

SONDERREISE
SÜDINDIEN
MIT UWE BRÄUTIGAM
23.01. – 06.02.2010



D E T A I L P R O G R A M M

REISEDETAILS 3

Reiseverlauf.....	3
TeilnehmerInnenzahl	6
Reisedauer	6
Termine und Preise	6
Enthaltene Leistungen.....	7
Nicht inbegriffen.....	7
Reiseleitung	7
Atmosfair	7
Versicherungen	7
Nebenkosten, Trinkgelder	7
Ausrüstung und Kleidung	8
Unterkunft und Verpflegung	8
Transfers.....	8

PRAKTISCHE HINWEISE 9

Anreise.....	9
Einreisebestimmungen	9
Sicherheitshinweise.....	10
Gesundheit und Impfungen	10
Währung	11
Wissenswertes	11

LAND UND LEUTE..... 12

Zeitverschiebung und Klima	12
Sprache und Verständigung.....	12
Religion und Kultur.....	12
Besondere Verhaltensweisen	13
Essen und Trinken	13
Einkaufen und Souvenirs	13

ANHANG 15

Reiseliteratur	15
Kontaktdaten und Anmeldung	16

REISEDETAILS

REISEVERLAUF



Unsere Reise führt uns nach Tamil Nadu in Südindien, in das Land zwischen dem Arabischen Meer und dem Golf von Bengalen, das mit seinen beeindruckenden Tempelanlagen, kulturhistorischen Stätten und Pilgerorten eine reichhaltige und ungewöhnliche Vielfalt an Eindrücken und Erlebnissen zu bieten hat. Es ist eine Hochburg der dravidischen Kultur, die ihre Aktualität über einen Zeitraum von mehr als 1500 Jahren bewahrt hat und deren Bauwerke das hinduistische Weltbild in unvermischter Form zum Ausdruck bringen. Mit Sri Aurobindos und Ramana Maharshis Ashrams finden wir hier zudem die Gemeinschaften der bedeutendsten Yogis des 20. Jahrhunderts. Ein Land mit alten Traditionen, anmutigen Landschaften und einem pulsierenden Charme, dessen lebendige und fremdartige Kontraste uns Tag für Tag aufs Neue in ihrem Bann ziehen werden! Besonderheit ist die fachkundige Führung durch Lisa Thole, die in Auroville geboren wurde und mit der Indischen Mythologie und Philosophie aufgewachsen ist. Sie versteht es, die

Indische Geisteswelt in Vorträgen und Führungen näher bringen.

Programm:

Vorgesehener Reiseplan

(Änderungen vorbehalten)

1. Tag:

Abflug aus Deutschland mit Emirates ab Frankfurt. Gerne organisieren wir Ihre Anreise mit Zug oder Flug nach Frankfurt.

2 - 5. Tag: Pondicherry / Auroville

Morgens Ankunft und Transfer nach Pondicherry / Auroville.

Der Integrale Yoga Sri Aurobindos ist die spirituelle Grundlage dieses 1968 gegründeten internationalen Stadtbau-Projektes. Hier leben und arbeiten ca. 2000 Mitglieder aus über 40 Nationen. Das Ziel der Gemeinschaft ist die Verwirklichung einer menschlichen Einheit im Rahmen der Zusammenarbeit am Aufbau der Stadt.



Geplante Aktivitäten:

Ausflug nach Auroville, Einführung in die Themen „Auroville“ und „Matrimandir“. Besuch im Visitors Centre von Auroville und Spaziergang zum Matrimandir-Garten. Einführung in den Integralen Yoga von Sri Aurobindo. Besuch des Sri Aurobindo Ashram in Pondicherry und Gelegenheit zum Bummeln/Shoppen in der Stadt. Am Geburtstag der „Mutter“ (spirituelle Gefährtin von Sri Aurobindo und Gründerin von Auroville) Teilnahme an der Meditation zum Sonnenaufgang im Amphitheater von Auroville.



6. Tag: Chidambaram / Thanjavur

Transfer nach Thanjavur via Chidambaram und Darasuram

Der von vier imposanten Tempeltürmen gesäumte Nataraja-Tempel in Chidambaram gilt als eine der heiligsten Stätten Südindiens. Hier wird Shiva in der bekannten Gestalt des kosmischen Tänzers verehrt, der in seiner Bewegung fünf Wirkkräfte zum Ausdruck bringt: Schöpfung, Erhaltung, Zerstörung, Illusion und Gnade.

Ein weiteres Schmuckstück Tempelbaukunst ist der im 12. Jahrhundert in der Spätzeit der Chola-Dynastie erbaute Airateshwara-Tempel in Darasuram. Eine Besonderheit ist das nach

Süden ausgerichtete und in der Form eines Wagens angelegte Aufgangsportal.



7. Tag: Thanjavur

In der Art Gallery im alten Nayak Palast ist eine hervorragende Sammlung von Kultbronzen und Steinskulpturen des 9.-12. Jh. ausgestellt. Nur hier kann man gleich mehrere Großbronzen des tanzenden Shiva im Vergleich sehen. Der im Zentrum der Stadt gelegene Brihadeswara Tempel wurde vom Chola-König Raja Raja I. in den ersten Jahren des 11. Jh. erbaut. Er gehört zum Weltkulturerbe und gilt als krönendes Meisterstück der Chola-Architektur. Besonders schön ist ein Besuch am frühen Abend, wenn das majestätische Gebäude im Licht vieler Scheinwerfer erstrahlt.

8. Tag: Srirangam

Die auf einer Insel im Cauvery-Fluss gelegene Tempelstadt von Srirangam stellt das Zentrum des südindischen Vishnu-Kults dar. Viele berühmte Heilige, Philosophen und Dichter des Vishnuismus haben hier gelebt. In Srirangam wird der Weltenerhalter in der Form des Ranganatha (Herr des Universums) verehrt. Mehrere südindische Dynastien haben zum Bau dieser Anlage beigetragen. Der imposante Tempelkomplex besteht aus sieben konzentrischen Höfen und 21 Eingangstürmen. Besondere Highlights sind die Aussichtsterrasse und die von der Vijayanagara-Dynastie erbaute Pferdehalle.



9. - 11. Tag: Tiruvannamalai

Transfer nach Tiruvannamalai (ca. 7 Stunden). Die kleine Stadt liegt am Fuß des heiligen Berges Arunachala, der als Manifestation des Gottes Shiva gilt. Hier hat bis zum Jahr 1950 Sri Ramana Maharshi gelebt, ein weltweit bekannter Meister, der zu den großen Gestalten des spirituellen Lebens Indiens gehört. Ramana Maharshi lehrte die Selbsterforschung durch die Frage „Wer bin ich?“. Er gilt als einer der bekanntesten Weisen und Vertreter des Advaita-Vedanta des 20. Jahrhunderts.

Vom Shri Ramana Ashram aus führt ein Fußweg auf den Arunachala, wo sich zwei Einsiedeleien befinden, in denen der Meister viele Jahre verbracht hat. Direkt in der Stadt liegt der bekannte Arunachaleshwara-Tempel, in dem Shiva in Gestalt des Elementes Feuer verehrt wird.



Geplante Aktivitäten:

Yoga. Einführung in die Bedeutung von Tiruvannamalai. Besuch im Ashram von Sri Ramana Maharshi.

Aufstieg auf den Arunachala und Meditation in den Einsiedeleien, in denen der Maharshi viele Jahre gelebt hat. Besuch im bekannten Arunachaleshwara-Tempel und rituelle Bergumwanderung (Giripradakshina). Textstudien: Jnana Yoga (Sri Ramana Maharshi, Advaita Vedanta) und Karma Yoga (Bhagavadgita). Erkundigung der Stadt in Kleingruppen.

12. - 14. Tag: Mahabalipuram

Transfer nach Mahabalipuram (ca. 4 Stunden)



In Mahabalipuram lassen sich Strandfreuden mit Kulturgeschichte kombinieren. Der zum Weltkulturerbe gehörende Ort wird als Wiege der südindischen Kultur bezeichnet und ist eine wahre Fundstätte von Meisterwerken der Pallava-Dynastie (7. - 9. Jh.). Zu den Sehenswürdigkeiten gehören Monolithtempel, Höhlentempel und der erste gemauerte Tempel der Region. In Granit geschlagene Reliefbilder erzählen Legenden der hinduistischen Mythologie. Der Ort ist auch als Zentrum traditioneller Bildhauerkunst bekannt. Viele kleine Betriebe fertigen kleinere und größere Götterstatuen, die oft ein beliebtes Souvenir darstellen.



Geplante Aktivitäten:

Yoga, Workshops zur Indischen Mythologie, Besichtigung von Sehenswürdigkeiten Mahabalipurams,

Am 14. Reisetag planen wir einen Besuch des Krishnamacharya Yoga Mandiram (Termin ist angefragt).

Alternativ bietet sich ein Ausflug Kancheepuram und Thirukallikundram an. Auf dem prägnanten Tempelberg Thirukallikundram unweit von Mahabalipuram lässt sich der indische Sonnenuntergang mit weitem Blick über das Land erleben.

Der indischen Tradition zufolge gehört das den Göttern Shiva und Vishnu geweihte Pilgerzentrum Kancheepuram zu den sieben heiligen Städten des Hinduismus. Kancheepuram besitzt viele sehenswerte Tempelanlagen aus drei südindischen Kulturepochen (Pallava-, Chola- und Vijayanagara-Zeit) und ist bekannt für eine lange Tradition in der Herstellung edler Seidenstoffe.

15. Tag:

Frühmorgendlicher Transfer zum Flughafen Chennai. Rückflug nach Frankfurt. Ankunft am Abend des gleichen Tages.

TEILNEHMERINNENZAHL

Mindestens 10, höchstens 22

REISEDAUER

15 Tage

TERMINE UND PREISE

Reise Nr. Von - Bis
OING5006 23.01.– 06.02.2010

Teilnehmerzahl	Preis
10 – 19 Teilnehmer	2.780 €
20 – 22 Teilnehmer	2.680 €

EZ - Zuschlag: 490 €
Zuschlag Abflug Düsseldorf: 40 €

Rail & Fly: 50 €

Gerne bieten wir Ihnen auf Wunsch den Business- Class Tarif oder Flüge ab Wien und Zürich an.

ENTHALTENE LEISTUNGEN

Linienflüge ab / bis Frankfurt mit Emirates in der Economy-Klasse nach Chennai (Madras); erforderliche Transfers; Übernachtungen mit Halbpension im Doppelzimmer in landestypischen Hotels der indischen Mittelklasse, in Pondicherry / Auroville evtl. auch Guesthouse; Programm laut Reiseverlauf – Änderungen vorbehalten, Eintrittsgelder, Reiseleitung durch Uwe Bräutigam und Lisa Thole, Infopaket.

NICHT INBEGRIFFEN

Visumgebühren Indien (ca. EUR 50), Touristentaxen, Versicherung, Trinkgelder.

REISELEITUNG

Uwe Bräutigam, Yogalehrer BDY/EYU, Indologe/Tibetologe, seit vielen Jahren Referent in der Yogalehrerausbildung, Leiter von Meditationskursen, Buchautor, leitete schon zahlreiche Gruppen nach Indien

Lisa Thole, in Auroville aufgewachsen und mit der Indischen Mythologie und Philosophie seit ihrer Kindheit vertraut. Sie versteht es, die Indische Geisteswelt in Vorträgen und Führungen näher bringen.

ATMOSFAIR

Atmosfair bedeutet, dass Flugpassagiere freiwillig für die von ihnen verursachten Klimagase zahlen. Das Geld wird zum Beispiel in Solar-, Wasserkraft-, Biomasse- oder Energiesparprojekte investiert, um dort eine Menge Treibhausgase einzusparen, die eine vergleichbare Klimawirkung haben wie die Emissionen aus dem Flugzeug. Finanziert werden

Projekte in Entwicklungsländern. Das Geld trägt dazu bei, diese Projekte zu ermöglichen. Atmosfair ist freiwillig und kann direkt bei Buchung der Reise bei uns mitgebucht werden. Wir beraten Sie dazu gerne!



Für den Flug nach Madras fallen ca. 2.380 kg CO₂ Emissionen an, dies entspricht einem Atmosfairbetrag von 119 Euro. **Bei jeder Atmosfairbuchung von Ihnen geben wir die Hälfte des Beitrags dazu!**

VERSICHERUNGEN

Wir empfehlen den Abschluss einer Reise-Rücktrittskosten-Versicherung (ab 74 Euro pro Person). Die Versicherung können Sie gleich bei Buchung Ihrer Reise direkt bei uns abschließen. Ein umfangreiches Versicherungspaket der „Touristik Assekuranz“ mit Reisekrankenversicherung, Medizinische Notfallhilfe und Reisegepäckversicherung ist ab 116 Euro buchbar. Bitte beachten Sie, dass ein Abschluss spätestens 14 Tagen nach Buchung erfolgen muss, bei kurzfristiger Reisebuchung muss der Abschluss sofort bei Anmeldung erfolgen.

NEBENKOSTEN, TRINGKELDER

Wenn Sie mit dem Service zufrieden waren, dann ist ein angemessenes Trinkgeld angebracht, denn die Löhne sind in ganz Asien sehr niedrig angesetzt. In Indien sind ca. 50 Rupies für kleine Dienstleistungen angebracht. In den Restaurants ca. 5 %. Lokale Reiseleiter und Fahrer, die zum Gelingen der Reise beitragen, erwarten eine großzügige

Geste. Ihre Reiseleitung wird Sie vor Ort entsprechend informieren. Rechnen Sie für die ganze Reise mit ca. 50 Euro für Trinkgelder.

AUSRÜSTUNG UND KLEIDUNG

Gepäck

Guter Rucksack, Seesack oder Koffer, wenn möglich nicht neu; das Gepäck wird in Indien bei Bus- und Zugfahrten nicht gerade sanft behandelt. Ein Tagesrucksack für die Ausflüge ist sehr empfehlenswert.

Kleidung

Wir empfehlen leichte Sommerkleidung und guter Sonnenschutz (auch Hut). Etwas Waschseife oder -pulver zum Waschen der Kleidung während der Reise ist immer empfehlenswert. In den meisten Hotels können Sachen jedoch auch zum Waschen gegeben werden. Frauen sollten sich in der Kleidung an die Sitten und Gebräuche der Inderinnen anpassen, also lange Beinkleidung bzw. Röcke, bedeckte Schultern und undurchsichtige Oberteile tragen.

Bitte denken Sie an leichte Schuhe oder Sandalen, die man auch leicht ausziehen kann, da man an religiösen Stätten, die Schuhe ausziehen muss.

Diverses

Alle Toilettenartikel mitnehmen, Medikamente (siehe Liste), Insektenschutzmittel (z.B. Autan), Sonnenschutz, Lippenstifte, Mittel gegen Erkältungen und Halsentzündungen (die in Indien sehr leicht auftreten!), Taschenmesser, gute Taschenlampe (Stromausfall), Reservebatterien, Reservebirne, gute Sonnenbrille, Reservebrille, Notizmaterial, Kugelschreiber, Taschentücher, Schirm oder Regenschutz.

Bitte beachten Sie dabei die Handgepäckbestimmungen der Airlines.

UNTERKUNFT UND VERPFLEGUNG

Sie übernachten in landestypischen Hotels der Mittelklasse, in Auroville / Pondicherry evtl auch in einem gemütlichen Guesthouse. Halbpension ist im Reisepreis enthalten.

TRANSFERS

Für die Fahrten vor Ort steht für die Gruppe ein klimatisierter Bus zu Verfügung.



PRAKTISCHE HINWEISE

ANREISE

Die Anreise erfolgt ab Frankfurt mit renommierten Linienfluggesellschaften in der Economy-Class. Andere Abflughäfen, auch Wien oder Zürich, sowie Flüge in der Business Class sind gegen Aufpreis möglich.

EINREISEBESTIMMUNGEN

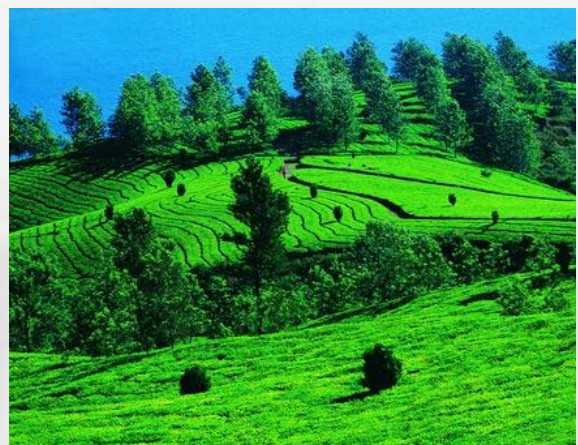
Für Reisen nach Indien ist ein noch mindestens 6 Monate gültiger Reisepass und ein Visum erforderlich, welches in den meisten Bundesländern von den Vertretungen Indiens (Botschaften und Konsulaten) ausgestellt wird. Für Anwohner der Bundesländer Hessen, Saarland, Rheinland-Pfalz und Nordrhein-Westfalen ist ein dem Konsulat vorgeschalteter Visumservice in Frankfurt zuständig, für Anwohner der Bundesländer Hamburg, Bremen, Niedersachsen und Schleswig-Holstein ein Visumservice in Hamburg. Die Visumbeantragung nehmen Sie selbst vor. Das Antragsformular und alle weiteren erforderlichen Informationen werden Ihnen mit der Buchungsbestätigung von uns zugesandt. Die Kosten für das Visum betragen 50 € (Stand Oktober 2008), die oben genannten Visumservices zusätzliche Bearbeitungsgebühren.



Die Einreise mit einem Personalausweis oder Pass ohne Visum ist nicht möglich. Das Visum kann nicht an der Grenze oder am Flughafen beantragt werden. Touristenvisa werden mit einer Gültigkeitsdauer von 6 Monaten ab dem Tag des Ausstellungsdatums ausgestellt. Die Beantragungsdauer des Visums beträgt erfahrungsgemäß 2 – 3 Wochen. Wir empfehlen Ihnen die postalische Beantragung etwa vier Wochen vor Reisebeginn vorzunehmen.

Weiter Infos finden Sie auf der Website der Indischen Botschaft:

<http://www.indischebotschaft.de/>



SICHERHEITSHINWEISE

Indien ist im Allgemeinen ein sicheres Reise-land. Da die Gefahr von Taschendiebstahl in Touristenzentren recht hoch ist, empfiehlt es sich Geld, Flugticket und Pass am besten immer am Körper zu tragen. Eine Kopie der Passinnenseite und des Visums sowie Passfotos und ggf. Schecknummern bitte separat aufbewahren. Gepäckstücke nicht unbewacht lassen oder in Hotels Wertgegenstände offen im Zimmer herumliegen lassen.

Aktuelle Informationen zur Sicherheitslage gibt die Homepage des Auswärtigen Amtes: <http://www.auswaertiges-amt.de/diplo/de/Laenderinformationen/01-Laender/Indien.html>

GESUNDHEIT UND IMPFUNGEN

Der Gesundheitsdienst des Auswärtigen Amtes empfiehlt generell immer den Schutz gegen Tetanus, Diphtherie, Polio und Hepatitis A, bei Langzeitaufenthalt über vier Wochen oder besonderen Risiken auch Hepatitis B, Japanische Encephalitis, Tollwut, Typhus, evtl. Cholera.

Aktuelle Informationen unter:

<http://www.auswaertiges-amt.de/diplo/de/Laenderinformationen/Indien/Sicherheitshinweise.html#t6>

Vor Ihrer Reise empfiehlt es sich, den Rat eines Tropenarztes einzuholen. Gute Informationen zu Gesundheit und Impfungen erhalten Sie beim Zentrum für Reisemedizin unter z.B. unter <http://www.crm.de/> (Zentrum für Reisemedizin) oder <http://www.gesundes-reisen.de/> (Tropeninstitut Hamburg). Dort finden Sie auch Angaben zur Malariaprophylaxe.



Am besten nur Mineralwasser aus gekauften, original verschlossnen Flaschen trinken (überall in Indien käuflich). Ansonsten sind auch andere in Flaschen abgefüllte Getränke (z. B. Softdrinks wie Cola...) in Ordnung, solange die Flaschen vor dem trinken original verschlossen waren. Absolut tabu sind Eiswürfel in Getränken. Vorsichtshalber kein Speiseeis oder ungeschältes Obst essen. Generell gilt: "Schälen Sie es, kochen Sie es, oder vergessen Sie es!"

Achten Sie darauf, dass Fleisch und Fisch immer gut durchgebraten sind. So können Sie Durchfälle und viele Tropen- und Infektionskrankheiten vermeiden. Kein Land der Welt bietet außerdem eine größere Vielfalt an vegetarischen Köstlichkeiten.



Wichtige Medikamente

Mittel gegen Erkältungen (Hustensaft, Nasen-Gel), Halsentzündungen, allg. Schmerzmittel (Kopfweh, Fieber), Antibiotika, Antibiotika-Wundcrème, Betadine (zur Wunddesinfektion), Pflaster, Augeninfektionen, Salbe für Insektenstiche und Allergien, Insektenschutzmittel (Spray), Mittel gegen Durchfall und Verstopfung (Imodium, Lactoferment), Vitamintabletten, Lippenpomade.

Wer regelmäßig Medikamente einnehmen muss, unter psychischen oder physischen Krankheiten leidet, sollte vor Abreise seinen Hausarzt konsultieren.

WÄHRUNG

Die Währung ist die Indische Rupie. Sie ist gegliedert in 100 Paisa. 1 Euro = ca. 66 Rupie. (Stand Oktober 2008). Den aktuellen Kurs finden Sie unter www.oanda.com. Den ersten Geldumtausch (Euro in bar) nehmen Sie am besten direkt bei Ankunft am Flughafen vor. Ansonsten können Sie in Indien nahezu überall problemlos Bargeld wechseln. Nur in sehr abgelegenen Gebieten könnte es schwierig sein. Es empfiehlt sich weiterhin die Mitnahme einer gängigen Kreditkarte (Visa, Mastercard). Diese können Sie vielerorts als Zahlungsmittel einsetzen oder auch am Bankautomaten Landeswährung ziehen. Mittlerweile kann man in größeren Orten selbst mit einer EC / Maestro-Karte Landeswährung erhalten oder zahlen.

WISSENSWERTES

Post

Postämter sind montags bis freitags von 10 bis 17 Uhr und samstags 10 bis 13 Uhr geöffnet. Hauptpostämter in den großen Städten auch rund um die Uhr. Briefe und Postkarten dauern in der Regel 5-8 Tage. Päck-

chen per Sea-Mail zwischen 2 und 6 Monate. Die Post arbeitet in der Regel zuverlässig. Pakete per Air-Mail 5-8 Tage (sehr teuer).

Strom

Die Stromversorgung in Indien ist mit 220-240 Volt und 50 Hz in etwa identisch mit der deutschen. Die indischen Steckdosen haben drei dicke Stifte, Hotels und gemietete Zimmer haben allerdings oft universale Steckdosen in die auch europäische oder amerikanische Stecker passen. Dennoch ist die Mitnahme eines internationalen Adapters empfehlenswert.

Telefonieren

Telefonieren kann man in vielen Postämtern in Telegraph Offices, oder von den privaten Telefonagenturen. Mittlerweile gibt es in jeder größeren Stadt Internet-Cafes. In den meisten Gebieten können Sie mittlerweile auch mit Ihrem deutschen Handy telefonieren. Genaue Informationen erhalten Sie von Ihrem Anbieter.

Telefonvorwahlen

Vorwahl von Indien nach Deutschland: 0049, nach Österreich 0043, Schweiz 0041. Vorwahl von Deutschland nach Indien: 0091.

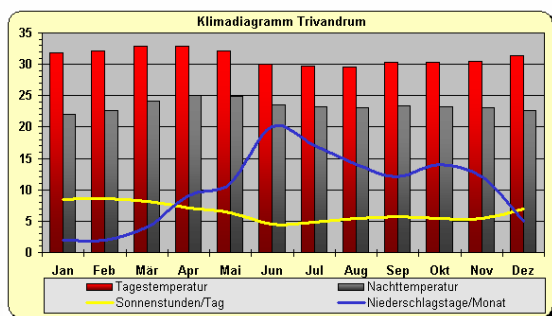
Foto

Fotoausrüstung, genügend Filme, Blitzlicht und Batterien. Man kann zwar auch vor Ort Filme kaufen, diese sind allerdings recht teuer und häufig schon alt. Für Digitalkameras ausreichend Chips und reichlich Ersatzakkus.

LAND UND LEUTE

ZEITVERSCHIEBUNG UND KLIMA

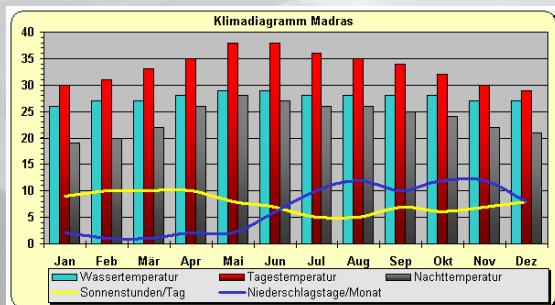
Die Zeitverschiebung zwischen Deutschland und Indien beträgt im Sommer +3,5 und im Winter +4,5 Stunden.



Die beste Reisezeit für Südindien liegt zwischen Oktober und März. In diesen Monaten herrschen in Südindien in der Regel sommerliche Temperaturen, die ab April weiter ansteigen bis dann im Juli / August der Monsun einsetzt. Der Regen zieht vorwiegend von Südwesten her auf, allerdings wird die südöstliche Küste von einem kurzen Nordost-Monsun gestreift, der Regen von Mitte Oktober bis Ende November mit sich bringt. Während des Monsuns regnet es durchaus nicht ständig und auch nicht den ganzen Tag über. Es regnet zwar fast täglich, aber meist nur für eine kurze Zeit. Kurz danach steht aber wieder strahlend die Sonne am Himmel und alles ist frisch und angenehm.

Klimainformationen unter:

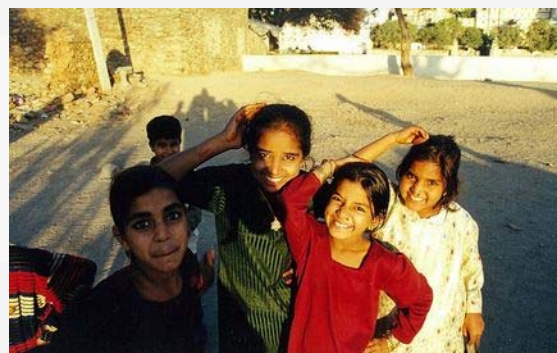
<http://www.iten-online.ch/klima/asien/indien/indien.htm>



SPRACHE UND VERSTÄNDIGUNG

Eine der beiden überregionalen Amtssprachen ist Englisch. Vor allem mit gebildeten Indern kann man sich problemlos auf Englisch verständigen. Der Bildungsstandard ist allerdings besonders in weniger erschlossenen Gebieten teils noch sehr niedrig, dadurch kann die Kommunikation dort Probleme bereiten. In Geschäften, Restaurants, Rikshas und Taxis gibt es in der Regel aber keine Probleme da die Englischkenntnisse meist zumindest für grundlegenden sachbezogenen Austausch reichen.

Pluspunkte sammelt man jedoch, wenn man sich einige Wendungen der jeweiligen indischen regionalen Landessprache (z. B. Tamil oder Malayalam) aneignet.



RELIGION UND KULTUR

Der Hinduismus bestimmt das tägliche Leben in Indien. Regelmäßige Wallfahrten zu den heiligen Plätzen der zahlreichen Gottheiten sind für die meisten Inder selbstverständlich. Obwohl der Buddhismus in Indien seinen Ursprung hat, ist er in Indien fast nicht mehr vertreten.

Die Inder sind zu 80% Hindus, 13% Muslime, 3% Christen, 2% Sikhs und 1% Buddhisten.

Indien gehört zu den größten Kulturnationen der Welt mit einer reichen und Jahrtausende alten Kunst- und Philosophiegeschichte.

Zur weiteren Information empfehlen wir Ihnen zur Lektüre das Sympathiemagazin „Indien verstehen“, das Ihnen einen guten Querschnitt zu Geschichte, Religion und Alltagskultur bietet. Dieses bekommen Sie mit den Buchungsunterlagen.

BESONDERE VERHALTENSWEISEN

In Indien grüßt man sich bei formellen Anlässen mit gefalteten Händen, über die der Kopf gebeugt wird, und sagt Namaste. Beim Betreten heiliger Stätten wird man gebeten, die Schuhe auszuziehen. In Tempeln gilt es außerdem als Beleidigung sich mit dem Rücken zur Gottheit zu stellen oder zu setzen.

In den meisten Gegenden isst man mit der Hand, dabei wird ausschließlich die rechte Hand benutzt. Besteck ist jedoch erhältlich.

Zahlreiche Hindus sind Vegetarier und viele, besonders Frauen, trinken keinen Alkohol. In allen öffentlich zugänglichen Gebäuden ist Rauchen verboten.

Kleine Geschenke als Anerkennung der gebotenen Gastlichkeit sind angebracht.

Viele interessante Tipps finden Sie im Sympathiemagazin „Indien verstehen“ und im Buch KulturSchock Indien von Rainer Krack.

ESSEN UND TRINKEN

Im Laufe der Jahrhunderte lieh sich die indische Küche großzügig das Beste aus. Dieser Austausch führte zu einer erstaunlich bunten Speisekarte, wobei die indischen Gewürze die Basis der schmackhaften Speisen bilden. Berühmt ist Indien für seine Curries. Es sind unzählige, meist frisch gemahlene Gewürze, die in den verschiedensten Kombinationen miteinander gemischt und dann den indischen Speisen ihren unvergleichlichen Geschmack und ihre Variationsbreite verleihen.

Je nach Region des indischen Subkontinents ist die Küche unterschiedlich ausgeprägt. Es gibt jedoch eine große Auswahl vegetarischer Gerichte.

Überall in Indien kann man Dhal (scharfe Linsensuppe) und Dhali (Jogurt als Beilage) bestellen. Europäische Gerichte guter Qualität sind auch vielerorts zu finden.

Tee ist das beliebteste Getränk, und viele Teesorten aus Indien sind weltweit bekannt. Den typischen Tee, „Chai“ genannt bekommt man überall im Land für sehr wenige Rupien. Nimbu Pani (Limonensaft mit Soda), Lassi (Joghurtgetränk) und Kokosmilch direkt aus der Nuss sind angenehme Durstlöcher. Je nach Region und Stil der Restaurants können alkoholische Getränke zum Essen bestellt werden. Besonders in den Großstädten gelten bestimmte Tage der Woche als Trockentage, in denen Alkohol nicht verkauft werden darf.



EINKAUFEN UND SOUVENIRS

Textilien: Die Stoffherstellung ist eine der wichtigsten Industrien; indische Seiden, Baumwollstoffe und Wollfasern zählen zu den besten der Welt. Indiens Teppichindustrie ist ebenfalls eine der größten der Welt, und viele Beispiele dieses alten und wunderschönen Handwerks sind in Museen ausgestellt. Kleidung ist sehr preiswert und wird in vielen Geschäften auf Wunsch innerhalb kurzer Zeit nach Maß angefertigt oder geändert. Schmuck ist traditionsreich, schwer und über-

aus vielfältig. Indische Silberware ist weltberühmt. Man kann Schmucksteine direkt am Kaufort verarbeiten lassen. Weitere Spezialitäten: Kunstgewerbe, Holzartikel, Chutneys, Gewürze und Teesorten; Parfüm, Seifen, handgefertigtes Papier.

Es wird sowohl auf Bazaren als auch in festen Geschäften verkauft. Auf Märkten ist es generell üblich zu handeln. Für die, die auf Feilschen lieber verzichten, gibt es Geschäfte mit festen Preisen ("Fixed Prices").

Öffnungszeiten der Geschäfte: Mo-Sa
09.30-20.00 Uhr in den großen Geschäften.



ANHANG

REISELITERATUR

Wir empfehlen dringend sich für die Reise einzulesen und sich auf Besichtigungen mit Reiseliteratur vorzubereiten. Über Indien gibt es sehr viele Bücher und Publikationen. Eine kleine Auswahl interessanter Bücher ist hier aufgelistet. Die Bücher sind in jeder Buchhandlung zu bestellen.

Allgemeine Literatur

Englisch-Wörterbuch

Verschiedene Reiseführer

Singh, Sarina; Butler, Stuart und Paul Clammer:

Südindien. Lonely Planet. 1. Auflage. 2008 (broschiert), ISBN - 10: 3829715994

Barkemeier, Thomas und Martin Barkemeier:

Indien: Der Süden: Mit Mumbai und Goa. Reise Know How Verlag. 3. Auflage. 2006 (broschiert), ISBN- 10: 3831714991

Shalini Saran, Ashis Benerjee und R. Nagaswamy:

Nelles Guide Indien - Der Süden / Maharashtra, Goa, Orissa, Karnataka, Andhra Pradesh, Tamil Nadu, Kerala. Nelles Verlag. 2008. (broschiert), ISBN- 10: 3886187934

Krack, Rainer:

KulturSchock Indien. Reise Know-How Verlag. 10. Auflage. 2007 (broschiert)
ISBN- 10: 3831716021

Abram, David:

The rough guide to Kerala. Penguin Books Ltd. 1. Auflage. 2007 (broschiert)
ISBN- 10: 1843538539

Barkemeier, Thomas und Martin Barkemeier:

Kerala mit Mumbai und Madurai. Reise Know How Verlag. 2. Auflage. 2005 (broschiert)
ISBN- 10: 3831714045

Weitere Literatur

Studienkreis für Tourismus und Entwicklung (Hrsg.):

Indien Verstehen – Sympathie Magazin. 2005. (Broschüre)

Studienkreis für Tourismus und Entwicklung (Hrsg.):

Hinduismus Verstehen – Sympathie Magazin. 2007. (Broschüre)

Dürr, Brigitte:

Indien für Anfänger: Reiseerlebnisse aus Südindien. Books on Demand GmbH. 2. Auflage. 2008 (broschiert)
ISBN: 3833491051

Trojanow, Ilija:

Gebrauchsanweisung für Indien. Piper. 4. Auflage. 2006 (gebundene Ausgabe)
ISBN- 10: 3492275524

Wirth, Maria:

Von Gurus, Bollywood und heiligen Kühen. Eine Liebeserklärung an Indien. Herbig. 1. Auflage. 2006 (gebundene Ausgabe)
ISBN- 10: 3776624809

Timmerberg, Helge:

Shiva Moon. Eine Reise durch Indien. Rowohlt Tb. 2007. (gebundene Ausgabe)
ISBN-10: 3499621185

Roy, Arundathi:

Der Gott der kleinen Dinge. Btb Verlag. 1999. (broschiert).
ISBN- 10: 3442724686

KONTAKTDATEN UND ANMELDUNG



Angelika Sturtz
Asien Gruppenreisen
a.sturtz@neuewege.com

02255-9591-19



Wolfgang Keller
Sondergruppen Asien
w.keller@neuewege.com

02255-9591-16



Dr. Petra Holz
Individualreisen
Asien
p.holz@neuewege.com

02255-9591-15



Hannes Schleicher
Südostasien

h.schleicher@neuewege.com

02255-9591-18

Neue Wege Seminare und Reisen

Niels-Bohr-Str.22; 53881 Euskirchen
Tel: 02255-9591-0; Fax: 02255-9591-70
info@neuewege.com; www.neuewege.com