

HOHER STANDARD
Das Tigernest-Kloster sitzt
tollkühn auf einem Fels-
vorsprung auf 3 100 Metern

Auf GUT GLÜCK

Die Einwohner des kleinen Königreichs Bhutan gehören zu den zufriedensten Menschen der Welt. Unsere Autorin machte sich auf die Suche nach der Glückseligkeit, besuchte ein Tigernest, badete im Holzschuppen – und entdeckte die Langsamkeit im Verkehrsgemüsel der Hauptstadt Thimphu



text & fotos
MICHAELA STRASSMAIR



ALLES BEIM ALTEN
Verkehrspolizist statt Ampel in der Hauptstadt

Auf der Fahrt zum Tigernest, dem berühmtesten und heiligsten Kloster Bhutans aus dem 17. Jahrhundert, weitet sich mein Blick. Bergflanken leuchten in sattem Grün, überall Kiefern und Zypressen.

Atemberaubend. Ein anderes Wort fällt mir so schnell nicht ein. Schließlich neigt sich mein Kopf gerade mit dem Flugzeug in Schräglage während ich mich mit den Händen an der Armlehne festklammere. Mein Herz rast, mein Puls wahrscheinlich auch, und gerade sieht es so aus, als ob die rechte Tragfläche das Haus am Hang noch mitnehmen würde. Mit einem Ruck setzt die Maschine der Royal Bhutan Airlines auf dem einzigen internationalen Flughafen des Landes auf – in einem Himalaja-Tal auf 2200 Metern Höhe, eingerahmt von 4000 Meter hohen Bergen. Kurz nach der Landung bin ich schon zum ersten Mal glücklich: Heil angekommen.

Mehr als 60 Prozent des Zwergstaates sind bewaldet und das soll auch so bleiben. „Der Umweltschutz ist eine der neun Komponenten unseres Bruttonationalglücks“, erklärt mein Guide und lächelt stolz. 1972 erfand König Jigme Singye Wangchuck das Bruttonationalglück, als Gegenpol zum Bruttoinlandsprodukt, dem Wohlstandsmaß des reichen Westens. Das weltweit einzigartige Glückskonzept besagt, dass spirituelle und kulturelle Werte vor den materiellen Elementen entwickelt werden müssen – kurz: Glück ist wichtiger als Wirtschaft. Seitdem schielt der Rest der Welt neidisch auf das märchenhafte Reich im östlichen Himalaja. Wie macht es seine Bürger glücklich, wenn es doch rein statistisch immer noch zu den ärmsten Ländern zählt?

„Willkommen in Bhutan“, tönt die sanfte Stimme der Stewardess, einer Schönheit im traditionellen Wickelrock. Sie strahlt wie die Morgensonne draußen und führt mich durch die kleine Lounge direkt in die Arme meines Guides. Nach der Ankunft im kleinen Königreich muss ich mich um nichts mehr kümmern, alles ist geregelt: Mein freundlicher Guide, mein Fahrer, das Auto, die Hotels und Restaurants, die Route. Auf eigene Faust zu reisen, ist verboten, der Eintritt ins Paradies der Glückseligkeit dementsprechend teuer: 250 US-Dollar pro Tag. Für die Pauschale bekommt man ein All-inclusive-Paket auf Drei-Sterne-Niveau, das gegen Aufzahlung auch auf fünf Sterne aufgestockt werden kann. Dadurch will man in Bhutan verhindern, was dem nicht weit entfernten Himalajastaat Nepal passiert ist: von Rucksacktouristen überrannt zu werden.

Die Antworten stehen in einem Katalog, der seit 2007 alle drei Jahre an die Bürger verteilt wird. Mehr als 200 Fragen müssen sie beantworten, damit die staatlichen Glücksforscher eine komplizierte mathematische Formel errechnen können. Da wird zum Beispiel gefragt: „Wie sehr genießen Sie das Leben?“ Oder auch: „Wie sicher fühlen Sie sich nach Sonnenuntergang vor Geistern?“ Das Glück wird umfassend verstanden, dazu gehören auch der Zugang zu sauberem Wasser und geteerten Straßen, die Gesundheitsfürsorge, Bildung sowie das Leben im Einklang mit der Natur.

Unser Auto, ein japanischer SUV, stoppt mitten im Wald. Wir sind am Fuße des Tigernests. Wie ein Schwalbennest klebt es mit seinen verschachtelten Gebetsräumen in 3100 Metern Höhe an einem Felsen. Der große Guru Rinpoche ist dort angeblich einst auf dem Rücken eines Tigers gelandet, hat einen Dämonen besiegt – und den Buddhismus mitgebracht. Diesen Ort muss ich sofort sehen. Doch mein Guide zupft mich am Ärmel und erinnert lächelnd an Ruhe



4



2

TRADITION & MODERNE

- 1) *Gemüseladen* in der Hauptstadt Thimphu.
- 2) *Die beiden Frauen* rechts tragen die Kira, den traditionellen Wickelrock.
- 3) *Ein Touristenbus* stoppt an einer der vielen Haarnadelkurven hinauf zum Dochula-Pass



3



5

- GERN GESEHEN**
- 4) *Ein Mönch* auf den Eingangstrepfen zur Klosterburg von Punakha.
 - 5) *Nationaltier Takin* – eine lustige Mischung aus Kuh und Ziege in einem Reservat der Hauptstadt

GUT ZU WISSEN



Glücksindex: Das Recht auf Glück steht in der Verfassung. Eine staatliche Kommission überprüft alle Aktionen, Maßnahmen und Gesetzesentwürfe der Ministerien auf die Vereinbarkeit mit dem Nationalziel.



Bio-Land mit E-Mobilität: Als erstes Land der Welt setzt Bhutan vollständig auf biologische Landwirtschaft und Elektroautos. Die Regierung geht mit gutem Beispiel voran und will 2014 alle Dienstwagen ihrer Beamten gegen E-Cars tauschen.



Strenge Regeln: Seit 2004 ist Rauchen selbst auf öffentlichen Plätzen verboten. Der Handel mit Tabak ist illegal und wird mit hohen Geldstrafen geahndet. Immer dienstags ist „dry day“, der Tag an dem kein Alkohol getrunken werden darf.



und Gelassenheit. Eine Gruppe Buddhisten in Landestracht schreitet in meditativer Versenkung den steilen Felspfad zum Kloster hinauf, durch Märchenwälder und an Wasserfällen vorbei. Touristen keuchen kurzatmig hinterher, einige reiten, wie ich neidisch bemerke, auf klapprigen Mulis. Immerhin sind 900 Höhenmeter zu bezwingen.



1

GUTES KARMA

1) *Kinder* drehen die Gebetsmühlen, auf die goldene Mantras gemalt sind.
2) *Hotel Jakar View* in Bumthang: ohne WLAN, aber mit knisterndem Holzofen im Zimmer



2

Nach der Besichtigung der Tempelanlage bin ich derart beerauscht von Heiligkeit und Höhenluft, dass ich erst beim Einchecken ins Gangtey Palace Hotel spüre, wie müde meine Beine sind. Pema, die junge Dame an der Rezeption, hat das längst bemerkt. „Du brauchst sofort ein Hot-Stone-Bath“, sagt sie. Ob sie das auch mache, frage ich. „Natürlich“, sagt sie, „das hat Tradition“. In einer Stunde soll ich in den Schuppen hinter dem Palast kommen. In Bikini und Bademantel.

Im dunklen Badeschuppen flackert nur das Licht einer Kerze als ich in den Holztrogl voll Flusswasser steige. Der Bademeister schleppt mit einer Eisenzange einen rot glühenden Stein im Handballformat herein. Der soll in mein Badewasser? Ängstlich ziehe ich die Knie an, doch er beruhigt mich. Langsam lässt er den Stein in einen abgetrennten Teil der Wanne gleiten. Es zischt und blubbert. Das Wasser wird herrlich warm. Nun soll ich mich mit einem Bündel Beifuß einreiben. Die Heilpflanze und die Flussminerale wirken: Ich bin sofort entspannt.

Auch der Besuch der Hauptstadt Thimphu am anderen Tag ist völlig stressfrei. Hier wohnt mehr als ein Zehntel der

BHUTAN AUF EINEN BLICK

HINKOMMEN Die schnellsten Flugverbindungen führen über die indische Hauptstadt Delhi. Von dort fliegt „Drukair Royal Bhutan Airlines“ zum einzigen internationalen Flughafen nach Paro (auf 2200 Metern Höhe). Buchungstipp: Von der linken Bordseite aus sieht man den Mount Everest.

UNTERWEGS Einfach so einreisen geht nicht, denn Individualtourismus ist unerwünscht. Touren müssen vorher organisiert werden (z. B. über lotustravel.com). In der Reisepauschale, die pro Tag mindestens 250 US-Dollar beträgt, ist alles inklusive: Fahrer mit modernem SUV oder Bus, Guide, Verpflegung, Eintritte und Übernachtung. Es gibt neun Fünf-Sterne-Hotels, aber auch private Hotels mit entzückendem Service. Der oft übliche Holzofen im Zimmer ist stets angeheizt, auf Wunsch werden auch über Nacht Holzscheite nachgelegt.

TRINKEN Unbedingt probieren: Buttertee. Schmeckt weder ranzig noch fettig. Sondern leicht salzig, also eher wie eine köstliche Suppe.

rund 750000 Einwohnern Bhutans. Doch ich höre keinen Lärm, kein Hupen, kein Handyklingeln. Kinley Wandgi, ein Verkehrspolizist mit weißen Handschuhen, steht in einem Holzpavillon mitten im Kreisverkehr und bewegt seine Hände, geschmeidig wie ein Tänzer. „Ich mag meine Arbeit und den Kontakt zu Menschen“, sagt der 23-Jährige und schenkt mir dieses bescheidene, strahlende Lächeln, das ich auf meiner Reise so oft sehe. Seinen Job verdankt er dem siebten Sinn der Bhutaner für Lebensqualität. Denn mit der langsamen Öffnung des abgeschotteten Reichs kam Anfang des 21. Jahrhunderts auch die erste Ampel ins Land. Die Lichter sollten den Polizisten ersetzen. Doch die Autofahrer beschwerten sich massenhaft: Schrecklich unpersönlich sei diese Art der Verkehrssteuerung. Die Ampel verschwand und seither sorgen Herr Wandgi und Kollegen wieder

für den nötigen menschlichen Kontakt. An Kinley Wandgi vorbei fahre ich von Thimphu aus mit einem Bus die abenteuerliche und kurvige Strecke auf den 3116 Meter hohen Dochula-Pass hinauf. Von oben leuchten die Reisfelder grün-gelb in Handtuchgröße, Zypressen strecken sich gen Himmel, die Bäume stehen teilweise so dicht wie im Dschungel. Als ich aus-

steige kann ich mein Glück nicht fassen: strahlend blauer Himmel, freie Sicht auf die schneebedeckten Gipfel der höchsten Berge Bhutans, ein Tempel umringt von 108 weißen kleinen Kultbauten. Ein magischer Ort, um Kraft zu tanken und den Göttern zu danken. Dafür hängen die Einheimischen überall Girlanden mit Gebetsfahnen auf. Der Wind soll die aufgedruckten Wünsche und Segenssprüche in den Himmel tragen. Auch meine Gebetsfahne wird später dort flattern. Die Farben repräsentieren die fünf Elemente und verheißen gutes Karma. Außerdem sollen sie die bösen Geister beschwichtigen und die Götter um eine sichere Reise bitten. Das kann nicht schaden, vor allem wenn ich an den turbulenten Hinflug denke.

Als ich wenig später noch ganz benommen in der Flughafen-Lounge sitze und das WLAN-Zeichen sehe, greife ich automatisch zu meinem Smartphone. Doch da habe ich meine ganz persönliche Erleuchtung: Ich schalte aus und gucke stattdessen aus dem Fenster. Ich sehe die Berge, die freundlichen Menschen, spüre die Ruhe und Gelassenheit und fühle mich zum letzten Mal glücklich in Bhutan. ☺



1



2



4

FRIEDLICHE GEGEND

4) *Das Tal von Bumthang* ist ein Paradies für Wanderer.
5) *Buddhistische* Novizen im Kloster von Punakha: In Bhutan gibt es mehr Mönche als Soldaten.
6) *Die Nachbarn* Bhutan grenzt im Süden an Indien, im Norden an Tibet und China



5



3

ALLES GANZ NATÜRLICH

1) *Gebetsfahnen* auf dem Dochula-Pass, 3116 Meter hoch, mit Panoramablick auf Himalajariesen.
2) *Chilis* sind die wichtigste Zutat für das Nationalgericht Ema Datse (mit Käse und Hochlandreis).
3) *Körperwärme statt Kinderwagen* Über 40 Prozent der Frauen bringen ihre Babys zu Hause zur Welt

