

## WIE WAR'S?

## Als Abenteurer um die Welt

Mit 17 trampte Helge Timmerberg nach Indien. Seitdem ist er ständig unterwegs – und schreibt darüber. In seinem Buch „In 80 Tagen um die Welt“ etwa, das zum Bestseller wurde. In seinem neuen Band „Der Jesus vom Sexshop“ vereint er abenteuerliche und denkwürdige Geschichten von unterwegs – aus vier Jahrzehnten. Wir wollten einige von ihm hören.



Alles andere als sesshaft: Reiseschriftsteller Helge Timmerberg.

PRIVAT

**Reisen und Routine:** Das Reisen nimmt in der Regel die Routine aus dem Leben. Die Routine macht uns blind für den Zufall. Und taub für das Schicksal. Routine hat auch positive Seiten, aber auf einer Reise brauchen wir sie nicht. So gesehen ist Reisen ein recht jungfräuliches Leben. Als wäre alles neu. Ich reise, seitdem ich 17 bin. Wie viele Länder ich seitdem schon gesehen habe – ich weiß es nicht. Dafür müsste ich vor einer großen Weltkarte stehen mit vielen bunten Nadeln in der Hand. Das macht Spaß, aber ich habe die Zeit gerade nicht.

**Romantik und Musik:** Ich landete mal mit einer Inderin in einem Lokal in Nevada. Drumherum war Wüste und Staub. Wir kannten uns seit zwei Wochen und es war eine schöne Spannung zwischen uns, aber noch war nichts passiert. Ich warf ein paar Cent in die Musikbox und wählte ein Lied aus. „Stand by me“. Als das Stück durch war, ging sie zur Musikbox und wählte auch eins aus: „Stand by me“

**Geld und Glück:** Indien. Maharaschastan. Ich wollte zu einem abgelegenen Dorf das die Pest besiegt hatte. Ich fragte einen Jungen nach dem Weg und er bot sich an, mit mir zu fahren. Als wir das Dorf erreichten, wollte ich ihm ein paar Rupien für seine Hilfe geben, denn ich war vorher in Marokko und da will jeder Geld. Der kleine Inder lehnte die Rupien fast erschrocken ab. „No, Sir, no!“ Ich verstand ihn sofort. Er wollte mir helfen. Es machte ihn glücklich, helfen zu können. Das Geld hätte ihm dieses Glück genommen.

**Gefahr und Goldsucher:** Ich weiß nicht, wie oft ich auf Reisen in wirklich gefährliche Situationen geriet. Vielleicht zwölf, vielleicht zehn Mal. Vielleicht waren es aber auch viel mehr und ich habe die Gefahr nicht mitgekriegt. Die aufregendsten Momente dieser Art erlebte ich, als ich mit Goldsuchern im Amazonas unterwegs gewesen bin. Das habe ich meinem neuen Buch ausführlich beschrieben.

Aufgezeichnet von C. Tomerius

„Der Jesus vom Sexshop. Stories von unterwegs“, von Helge Timmerberg, erschien bei Rowohlt Berlin, 304 Seiten, 18,95 Euro.



PETER HAMEL

**VON OBEN** Leuchtende Eisschollen, eine durch Wind, Wasser und Wellen geformte Landschaft, karibisch anmutende Sand- und Muschelbänken – wer glaubt, dass Watt sehe doch immer irgendwie gleich aus, hat den Bildband „Die Nordsee von oben“ von Peter Hamel

nicht gesehen. „Es war wie im Rausch, als wir mit unserer kleinen Cessna über der Nordsee kreisten – wir konnten uns nicht sattsehen an der Malerei der Natur, die sich uns offenbarte“, so schwärmerisch beschreibt Hamel seine Arbeit. Herausgekommen sind großartige Bilder,

die zeigen, dass das Wattenmeer zu Recht zum Unesco-Welterbe gewählt wurde.

„Weltnaturerbe Wattenmeer. Die Nordsee von oben“, Peter Hamel, erschienen im Verlag für Lichtbilder, 72 Seiten, 29,50 Euro.

## LESER FRAGEN

## Ayurveda in Europa

**Das Flugchaos dieser Woche hat mich in meinem Entschluss bestärkt, für die geplante Ayurveda-Kur in Europa zu bleiben. Worauf muss ich dabei achten?**

Das „Europäische Ayurveda“ bietet zahlreiche Vorteile: Zum Beispiel muss der Körper sich nicht an die Temperaturschwankungen der verschiedenen Klimazonen anpassen, er kann sich so ganz auf die Reinigung konzentrieren. Ob Ayurveda in den Alpen oder am Meer – die indische Heilkunst vertritt einen ganzheitlichen Ansatz und sollte daher von fachkundig geschulten Mitarbeitern durchgeführt werden. Vor Beginn einer jeden Kur sollte eine Konsultation beim Ayurveda-Arzt Bestandteil des Programms sein, gerade bei Anfängern. Das Vorgespräch ist insofern wichtig, da hier die Feststellung des Dosha-Typs – Vata, Pitta oder Kapha – erfolgt. Darauf aufbauend werden dann die ayurvedischen Anwendungen abgestimmt. Ein deutschsprachiger Ayurveda-Arzt erleichtert natürlich die Kommunikation. Die Ernährung spielt in der indischen Heilkunst eine zentrale Rolle. Resorts, die auf die Expertise eines ayurvedischen Küchenchefs zurückgreifen können, sind deshalb

klar im Vorteil. In „Europäisches Ayurveda“ werden Kräuter und Gewürze aus Europa verwendet – Produkte, die auch nach Beendigung einer Kur in jedem gut sortierten Markt zu kaufen sind. Doch erst durch das Beifügen der Kräuter und Gewürze erhalten die Speisen ihre heilsame Wirkung und gelten daher in Indien als göttliche Nahrung. In unseren Breitengraden werden hierfür besonders häufig Pfeffer, Safran, Zimt, Kardamon, Gelbwurz und Bärlauch verwendet. Das Essen wird in der ayurvedischen Lehre unter Berücksichtigung der Dosha-Typen angerichtet, denn ein Pitta-Typ verträgt andere Zutaten als der Vata-Typ.



PRIVAT

Ayurveda-Arzt **Dr. Gaurav Sharma** hat die Heilkunst in Indien gelernt und praktiziert jetzt im Tiroler Ayurveda Resort Sonnhof. [www.sonnhof-ayurveda.at](http://www.sonnhof-ayurveda.at)

Stellen Sie unseren Experten Ihre Frage zum Thema Reise: [reiseredaktion@raufeld.de](mailto:reiseredaktion@raufeld.de)

## TYPISCH...

## ... der Transitbereich



Warten, bis das Bording startet: Campen im Abflugsterminal. J. EISEL/REUTERS

Normalerweise beginnt hier der angenehmste Teil einer Reise: Wer es in den Transitbereich des Flughafens geschafft hat, der ist eingeeckelt, hat alle Sicherheitskontrollen passiert und kann in Ruhe in der Bar einen Espresso bestellen oder im Duty Free Shop Parfums testen. Es ist eine angenehme Leere, die Passagiere jetzt erfüllt. Alles ist getan, jeder ist gleich, nun hat man nur noch eine einzige Aufgabe zu erfüllen: Warten, bis das Bording beginnt. Doch manchmal, wie etwa in der vergangenen Woche, nimmt der Transitbereich plötzlich eine unangenehme, andere Bedeutung an. Wie in Dantes Fegefeuer irren die Passagiere dann umher, gefangen in einer seltsamen Zwischenwelt, ohne Visum für das jeweilige Land, in dem sich befinden, müssen sie hier ausharren. Bis sie erlöst

werden und weiterfliegen dürfen. Von der harten Matratze des Feldbettes aus sieht die Wartehalle plötzlich gar nicht mehr so bequem aus, sondern wird zum Inbegriff der Heimatlosigkeit und des Ausgeschlossenenseins.

Wie weit das gehen kann, zeigte Steven Spielbergs „Terminal“, der auf einer wahren Begebenheit beruht: Im Film wohnt Tom Hanks als Viktor Navorski aus dem fiktiven Land Krakosien neun Monate lang im New Yorker Flughafen JFK. Da sein Pass ungültig ist, kann er weder Einreisen noch zurückfliegen. Und so wird für Viktor das Flugterminal zu seiner ganz eigenen Welt. Der Gestrandete richtet sich dort so gut ein, dass die Künstlichkeit dieses Mikrokosmos fast in Vergessenheit gerät. Und so wird der Transitbereich wieder zur Verheißung. Johanna Rüdiger