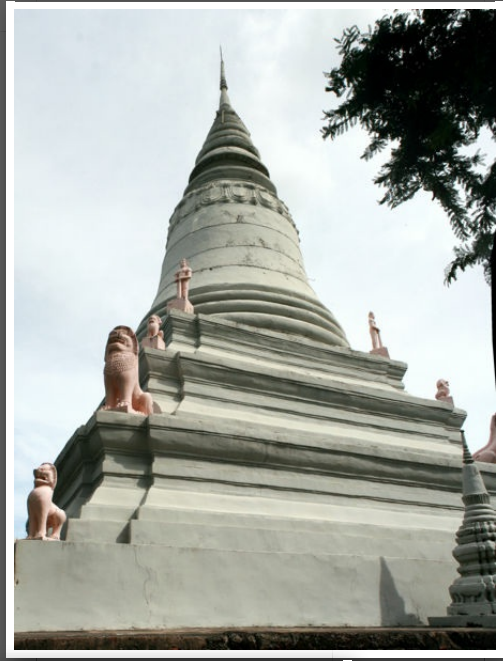


PHNOM PENH

Kambodscha, wo liegt das nochmal? Was gibt es da neben Angkor Wat? Phnom Penh hat das nicht irgendwas mit den Roten Khmer zu tun? Ist es da nicht gefährlich? All diese Fragen könnte man sich auf die Schnelle stellen, aber besser ist es einfach hinzufahren.

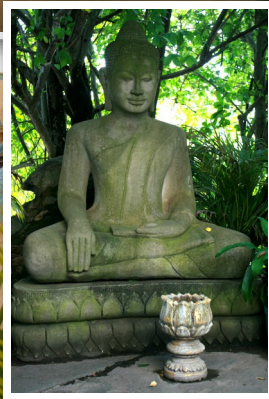
Von Deutschland aus gesehen muss die Erde sich ein ganzes Stück drehen, bis man in Südostasien Kambodscha, zwischen Thailand und Vietnam, landet. Kurzfristig erhielt ich von meinem Arbeitgeber die Aufgabe zu einem Meeting nach Phnom Penh zu fliegen. Der Flug war lang, aber in der entsprechenden Klasse angenehm. Der Termin und noch ein wenig Nacharbeit im Hotel waren schnell erledigt, so dass ich am Freitagnachmittag bereit war in die Hauptstadt Kambodschas einzutauchen.



Temperaturen wie in Deutschland in der Nähe des Gefrierpunktes konnte ich nur mit Hilfe der Klimaanlage im Hotelzimmer erreichen. Sobald das Hotel verlassen wurde, lagen die Temperaturen bei 36°C und aufgrund des heftigen Regens am Vorabend, war die Luftfeuchtigkeit im Saunabereich. Trotz der Hitze entschied ich mich dazu die zahlreichen Tuk-Tuk Angebote abzulehnen und die Stadt zu Fuß zu erkunden und zu erfühlen. Ich ging zunächst Richtung Norden zum Central Market - einem gigantischen Kuppelbau mit zahlreichen Geschäften und Ständen innerhalb und außerhalb des Gebäudes.

Meine Erfahrungen mit Asien basieren hauptsächlich auf Indien, mit dem ich auch immer wieder Vergleiche anstellte. Im Verhältnis zum Subkontinent ist es in Phnom Penh sauber, es stinkt nicht, es sind nicht überall Tiere unterwegs, die Leute sind sehr freundlich und wollen nicht ständig irgendwas verkaufen oder sonst was. Der Verkehr ist chaotisch, aber an den roten Ampeln halten die meisten Verkehrsteilnehmer an; ok zum Überqueren der Straße gehört trotzdem ein bisschen Mut.

Vom Central Market war es nicht mehr weit zum Wat Phnom – an der angeblich 1372 die Stadt gegründet wurde. Die Stupa liegt auf dem höchsten Hügel der Stadt (27m) und beherbergt viele Buddhas und Schreine.



Die Altstadt von Phnom Penh liegt an den Ufern des Tonle Sap kurz bevor dieser in den Mekong fließt. Die Tonle Sap Promenade ist sehr modern mit zahlreichen Cafés und Restaurants. Hier am Fluss stehen ebenfalls die wichtigsten königlichen Bauten der Stadt. Als nächstes besuchte ich den für Besucher zugänglichen Teil des Königspalastes und die Silberpagode. Der Königspalast liegt mitten in der Innenstadt und strahlt eine unglaubliche Ruhe aus. In den Gartenanlagen zwischen tropischen Bäumen und Teichen mit Lotus und Wasserlilien, vergisst man schnell, dass man sich im Zentrum einer Hauptstadt befindet. Die Silberpagode (Wat Preah Keo Morokat) ist ein beeindruckender Tempel mit 5329 Bodenfliesen aus Silber und zahlreichen wertvollen Buddhas. Die Dächer sind von Nagas (Schlangwesen) mit flammenartigen Körpern verziert.

Mein weiterer Weg führte mich noch durch ein paar weitere Tempelanlagen (Wats) bis zum beleuchteten Unabhängigkeitsdenkmal. Am Abend war ich platt von der Hitze und vom Laufen.



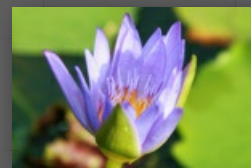
Der Central Market mit interessanter Verkabelung.



Irgendwie wollte die Weihnachtsstimmung nicht so recht aufkommen.



Tonle Sap Promenade.



Wasserlilien.



RADELN ENTLANG DES MEKONG

Phnom Penh liegt auf der westlichen Seite des Mekong, aber ich war auch neugierig auf das Umland. Allein hätte ich in so kurzer Zeit keine vernünftige Tour auf die Beine stellen können. Es gab zahlreiche Anbieter von Tagestouren, aber für die war meine Buchung zu kurzfristig. Nach längerer Suche war ein Anbieter gefunden, der geführte Radtouren anbot. Fahrradfahren in der Sauna? Ich wurde am Morgen mit einem Tuk-Tuk vom Hotel abgeholt und zum Fahrradgeschäft gefahren. Mein Guide Vicheka, wartete bereits auf mich. Da es keine anderen Teilnehmer gab, stand eine Privattour bevor. Ein weiterer Begleiter war Mike – ein Freund des Guides.



Nachdem mein Sattel eingestellt war, ging es mit dem Mountainbike an der Uferpromenade entlang, vorbei am Königspalast, bis zur Fähre über den Mekong. Im dichten Verkehr schlängelten wir uns wie eine kambodschanische Naga durch den Verkehr bis zur Fähre. Die Fähre, die weit weg von europäischen Sicherheitsstandards war, fuhr mit Schwung auf die Böschung. Auto, Tuk-Tuks, Fahrräder und Fußgänger drängten sich auf die Fähre. Während der 10minütigen Überfahrt, konnten wir die Boat-People sehen, die in recht primitiven Booten leben und im Mekong fischen.

Auf der anderen Seite fuhren wir mit den Rädern eine steile und ausgewaschene Böschung hinauf, um dann kurze Zeit später auf einem Markt halt zu machen. Hier gab es auf kleiner Fläche praktisch alles zu kaufen. Vicheka erklärte mir die unzähligen Früchte und lud mich zu einem Khmer Kaffee ein (ähnlich wie Cappuccino nur mit süßer Sahne und zertrümmerten Eiswürfeln – Lecker).



Wir radelten weiter Richtung Norden durch Bananen- und Mangoplantagen. An einem Feld wurde ein Bauer angetroffen, der gerade mit zwei Ochsen das Feld pflügte. Wir kamen mit dem Bauern über den Anbau von Bananen ins Gespräch und durften dann sogar mal eine Furche mit den beiden Ochsen und dem Pflug ackern.

Unser nächster Stopp nach wenigen Kilometern war bei einer Seidenweberei. Neben den leckeren Früchten frisch vom Baum (Bananen, Litschi und namenlose Früchte) bekam ich Einblick in den gesamten Herstellungsprozess von der Raupe, über das Spinnen und Färben, bis hin zum Weben von Tüchern und Kleidern. Da ich auch hier wieder der einzige Besucher war, hatte ich viel Zeit alles genau anzuschauen und viele Fragen zu stellen. Sehr interessant.



Die Radtour führte weiter vorbei an Tempeln zu einer nächsten noch etwas klapprigeren Fähre, die uns auf verschiedene Inseln (Koh Oknha Tei, Koh Dach) im Mekong brachten. Auf den Inseln radelten wir auf schmalen Wegen immer am Ufer entlang und kamen durch kleine Dörfer, wo uns Kinder lachend zuwinkten. Eine letzte Fähre brachte uns zum Festland zurück, wo wir im dichten Verkehr den Wat Phnom umrundeten, bevor wir die Tour in einem typisch einheimischen Restaurant ausklingen ließen.





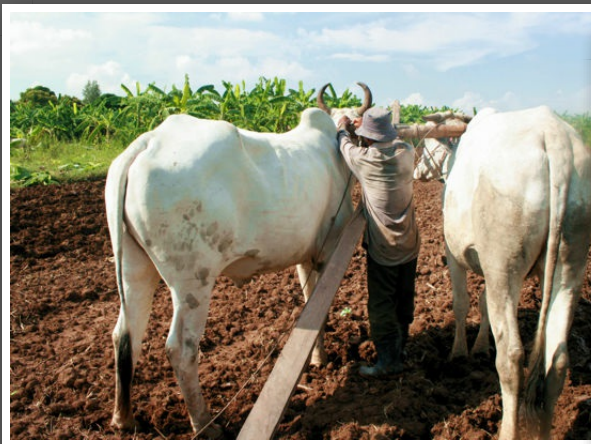


CYCLING ALONG THE MEKONG RIVER



Last weekend I booked the half day cycling trip along the Mekong River in Phnom Penh. In the morning I was picked up at my hotel. At the Grasshopper shop I met my guide Vicheka. We left the shop by bicycle southward, passed the Royal Palace and arrived the Arey Ksat Ferry Dock behind the Dreamland Park. At the shore a lot of people were waiting with motorcycles, tuk tuks and a few cars. On the other side of the Mekong river we made our first stop at a

small market place. Vicheka explained in detail different exotic products and we drank a really sweet Khmer Café with ice cubes. Along our way we met a farmer which was plowing his field with his oxen. After a short introduction it was my turn to plow the field with the oxen. The next stop was at a silk weaving house, where I could see the whole production process from the rearing of the silkworm to the final skirt or scarf. Our tour continued along the river between banana and mango plantations and across two other ferries.



Our route (25 km) was mostly on small graveled roads without traffic. The tour is very diversified and provides a good feeling of the landscape and people around the capital. The advice in the Grasshopper shop was good and the mountain bikes are high quality bikes for a pleasant tour. My guide Vicheka is like a lexicon about Cambodia, because he knows a lot about various topics. During the tour there were always small stops for photos, small snacks (e.g. fresh coconuts to drink), lunch or interesting stories. If you have less time and you want to see more than the downtown, I would recommend this tour.







## DIE ZEIT NACH DEN KHMER ROUGE

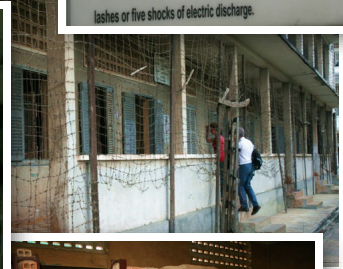
Bis zum Rückflug am Abend war noch etwas Zeit, weshalb ich mich auf den Weg zum Tuol Sleng, dem berühmten Foltergefängnis S-21 der Roten Khmer, machte. In der ehemaligen Schule inhaftierten die Khmer Rouge von 1975 bis 1979 zwischen 14.000 und 20.000 Menschen. Die ehemaligen Klassenzimmer wurden in 1x2m kleine Zellen unterteilt. Auf dem gesamten Gelände fanden systematische Folter mit Elektroschocks und Waterboarding statt, um den Gefangenen Geständnisse abzupressen. Wurde ein Opfer inhaftiert, dann wurde meist die gesamte Familie mit gefangen genommen. Wer die Folter überstanden hatte, wurde auf die "Killing Fields" vor der Stadt erschlagen und in Massengräbern verscharrt. Unter Pol Pot gab es zwischen 1.4 und 2.2 Millionen Opfer - vor allem Beamte, Intellektuelle und buddhistische Mönche, die in den etwa 100 Vernichtungslagern gefoltert und hingerichtet wurden.



**THE SECURITY OF REGULATION**

1. you must answer accordingly to my questions - Don't turn them away.
2. Don't try to hide the facts by making pretexts this and that. You are strictly prohibited to contest me.
3. Don't be fool for you are a chap who dare to thwart the revolution.
4. you must immediately answer my questions without wasting time to reflect.
5. Don't tell me either about your immoralities or the essence of the revolution.
6. While getting lashes or electrification you must not cry at all.
7. Do nothing, sit still and wait for my orders. If there is no order, keep quiet. when I ask you to do something, you must do it right away without protesting.
8. Don't make pretext about Kampuchea Krom in order to hide your secret or traitor.
9. If you don't follow all the above rules, you shall get many lashes of electric wire.
10. If you disobey any point of my regulations you shall get either ten lashes or five shocks of electric discharge.

Die Besichtigung des Gefängnisses war sehr bedrückend und erinnert an ein Konzentrationslager. Es gab unzählige Schwarz/Weiß-Aufnahmen von den Opfern und von den Foltermethoden. Am Ende, als Kambodscha von Vietnam befreit wurde, lebten gerade noch 14 Gefangene im Tuol Sleng. Das Museum wurde kurze Zeit nach der Befreiung eröffnet und ist heute ein wichtiger Ort zum Verständnis des Grauens.



Nach der Befreiung von den Khmer Rouge wurden diese an die Grenze zu Thailand vertrieben, wo sie noch mehrere Jahre ihr Unwesen trieben, bevor diese dann ganz zerschlagen wurden. In den 80er und 90er Jahren des letzten Jahrhunderts fand nur eine langsame Aufarbeitung der Vergangenheit statt aus Furcht vor den teilweise immer noch aktiven alten Kadern und den teilweise bürgerkriegsähnlichen Zuständen. Vicheka erzählte mir, dass man bis vor kurzem im Schulunterricht nichts über die Khmer Rouge Zeit erfahren hat. Ab den 2000er Jahren geht es in Kambodscha langsam wieder bergauf. In Phnom Penh schießen die gläsernen Hochhaustürme in die Höhe, die Leute beginnen wieder an ihr Land zu glauben und wollen bei dem Aufbau und der weiteren Entwicklung mitwirken. Es fließen viele Investitionen ins Land und man hat eine richtige Aufbruchsstimmung gespürt.

Als ich mit Mike und Vicheka durch den dichten Verkehr radelten, haben wir auch ein bisschen über die heutige Situation in Kambodscha philosophiert und sind dabei auf eine erstaunliche Parallele zum chaotischen Verkehr gekommen: "You can't control the flow, but the flow can't control you." Dieser eine Satz sagt aus, dass man nur schwer den Verkehr oder den Fluss der Dinge kontrollieren bzw. beeinflussen kann, aber auf der anderen Seite ist man auch nicht ganz ohnmächtig und wird zu 100% fremdgesteuert. Im Verkehr und im Fluss der Dinge hat jeder genügend Freiräume, wo er sich selbst verwirklichen und selbst was schaffen kann. Der Fluss ist dynamisch und elastisch, so dass es zu Interaktionen und Zusammenarbeit, aber nicht oder nur äußerst selten zu Unfällen kommt.



Ich war nur kurz in Kambodscha und ich habe auch nur die Hauptstadt gesehen. Ich habe ein sehr offenes und interessantes Land vorgefunden, was mich unglaublich neugierig macht einmal wiederzukommen um noch mehr zu entdecken.



GALLERY



Der Central Market mit interessanter Verkabelung.



Buddhistische Mönche besuchen die Pagode.



Räucherstäbchen überall.



Wat Phnom - Gründungsort von Phnom Penh.



Der goldene Buddha im Inneren der Pagode.



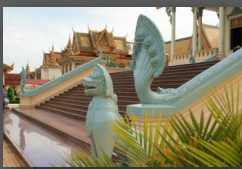
Irgendwie wollte die Weihnachtsstimmung nicht so recht aufkommen.



Tonle Sap Promenade.



Ein Blick durch den Königspalast.



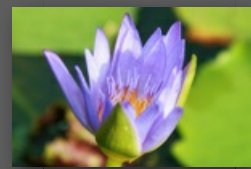
Der Aufstieg zur Audienzhalle.



Die berühmte Silberpagode.



Eine Oase der Ruhe.



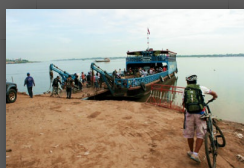
Wasserlilien.



Mit dem Tuk-Tuk durch den dichten morgentlichen Verkehr.



Unsere Radtour startete entlang des Königspalastes.



Mit der großen Fähre über den Mekong.



Die Boat-People leben und fischen auf dem Mekong.



Die schwimmenden Dörfer auf der anderen Mekongseite.



Ein kleiner Markt mit vielen leckeren Sachen.



Auf dem Markt gibt es auch frischen Fisch.



Khmer Café - einfach lecker bei den Temperaturen.



Unsere Tour führte entlang ruhiger Seitenstraßen.



Wichtige kulturelle Zentren bilden die allgegenwärtigen Tempel.



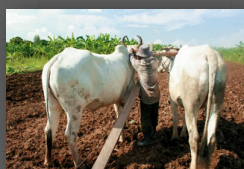
Blick über den Mekong zur Downtown Phnom Penh.



Mike und Camillo an den Ufern des Mekong.



Mit dem Fahrrad durch die Bananenplantagen.



Ein Bauer mit seinen beiden Ochsen auf dem Feld.



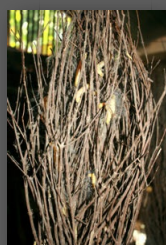
Zwei Bauern pflügen das Feld.



Seidenraupen werden gezüchtet und gefüttert.



Ein Webstuhl zur Herstellung von Tüchern und Kleidern.



Verpuppte Seidenraupen.



Die Fähren über den Fluss werden immer kleiner und abenteuerlicher.



Lecker Kokosnuß mit Strohaln.



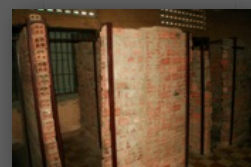
Ehemaliges Foltergefängnis S-21 Tuol Sleng.



Spartanische Einrichtung in den ehemaligen Schulräumen.



Mit Stacheldraht vergitterte Schulgebäude.



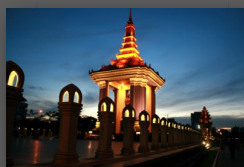
Einzelzellen auf 1x2m in den ehemaligen Schulräumen.



Unzählige Fotos der Gefolterten und Getöteten.



Durch die Innenstadt von Phnom Penh.



Statue des Königsvaters Norodom Sihanouk.



Unabhängigkeitsdenkmal.