

Sloepen zitten met hun schroeven vast in een jungle van waterplanten. De boot is het belangrijkste transportmiddel voor de lokale bevolking van het Inle-meer.



De verrijzenis van Myanmar

Op bijna elke straathoek loopt een monnik, verschijnt een tempel of pagode en staren nieuwsgierige ogen je aan. Myanmar krijgt na jarenlange onderdrukking eindelijk de mogelijkheid om zijn ware gezicht en cultuur te laten zien en dat voelt aan als een warme deken.

TEKST ANGELIQUE VAN OS | FOTOGRAFIE HENK BOTHOF

De zon staat laag aan de horizon, terwijl de laatste nevelresten verdampen boven het water. De eerste Intha-visseren zijn in alle vroegte al op het Inle-meer te vinden en tonen hun inmiddels beroemde peddeltechniek. Sierlijk, als een ballerina, balanceren ze op één been op de voorplecht van de boot, terwijl ze met het andere been rond een peddel roeien, waardoor de boot in beweging komt. Een manshoge kegelvormige fuik van bamboe vormt hun visnet en wanneer er iets beweegt in het heldere water, zakken ze de fuik en wordt de vis gevangen. Tientallen kleine, grote, sierlijke, eenvoudige of rijk gedecoreerde houten en bamboehuizen op palen zien we voorbijglijden vanuit ons motorbootje. Vele beschikken over fraaie balkons met uitzicht over drijvende tuinen en het omringende berglandschap van de deelstaat Shan. Het meer ligt 900 meter boven de zeespiegel en is met zijn 158 km² groot genoeg voor de toenemende stroom toeristen, die vooral afkomen op de drijvende markt van Ywama, waar kooplieden per boot hun waren verhandelen. De enorme belangstelling is niet gek. Myanmar, voorheen Birma, is immers jaren moeilijk toegankelijk geweest. De voormalige Engelse kolonie was tussen 1962 en 1988 volledig geïsoleerd van de buitenwereld vanwege de dictatuur van generaal Ne Win en diens Revolutionaire Raad. Zijn totalitaire systeem en leger van spionnen hielden de bevolking nauwlettend in de gaten en iedereen die hem in de weg zat, werd de mond gesnoerd. Economisch raakte Birma in verval. Van 1974 tot 1981 waren er vele stakingen en (studenten)opstanden, waarbij in 1988 honderden doden vielen. Een staatsgreep, vrije verkiezingen, corruptie en strijd naar onafhankelijkheid hielden het land jaren in zijn greep. En het beruchte huisarrest van Aung San Suu Kyi zorgde voor meer internationale afkeer. Sinds 2010 lijkt eindelijk het tij te keren, mede onder internationale druk. Het militaire regime zwaait nog altijd de scepter, maar de voorzichtige democratie en de vrijlating van Aung San, Nobelprijswinnaar voor de vrede, bieden hoop voor de toekomst.

Oneindig waterschouwspel

We dalen af naar het zuiden, waar na bijna twee uur varen de drijvende dorpen afnemen. Gouden pagodes met hun stoepa's (een religieus complex met ronde torens) pronken aan de dorpsrand. Geen enkel ander Aziatisch land telt zoveel heilige bouwwerken als Myanmar. Het boeddhisme vormt de belangrijkste en meest tastbare levensfilosofie in de dagelijkse samenleving. (zie kader)

Het meer wordt smaller, kronkelt als een slang en verandert plots in een jungle van waterhyacinten. Meerdere sloepen voor ons zitten met hun schroeven vast in de planten. De boot wiebelt wanneer een vaarder vooraan op de punt balanceert en probeert om zich met een spaan een weg te banen door het wateroerwoud. Langzamerhand lukt het en is de weg vrij. De lange tocht van vijf uur verveelt geen moment; aan de oevers struinen koeien, boeren werken op het land, kinderen zwaaien en het waterlandschap



Een Intha-visser toont de beroemde peddeltechniek.



Tientallen kleine, grote, sierlijke, eenvoudige of rijk gedecoreerde houten en bamboehuizen glijden voorbij vanaf het water.



verandert constant: volle gewassen maken plaats voor het brede en kalere tweede meer, Samkar. Diamanten schitteren op het water door het felle zonlicht, gevolgd door een deken van laag gras. Het is een oneindig schouwspel, waarbij het constante gebrom van de motor en de stilte van de omgeving rustgevend werken, meditatief bijna. Om hier te reizen is toestemming nodig van de Pa-O, een van Myanmar's 135 etnische volken. Deze vriendelijke mensen spreken hun eigen taal en de vrouwen dragen zwarte kleding met gekleurde randjes en feloranje hoofddoeken.

Grote happening

Na het derde kleinere meer, Hpekhn, vervolgt de tocht met een busje, dwars over hobbelige wegen langs vele dorpen, waarbij de Shan- overgaat in de Kayah-staat. Hier is geen toerist te bekennen en de mensen kijken nieuwsgierig naar deze reizigers met een lelieblanke huid. Een grote glimlach verschijnt bij oogcontact, samen met de eenvoudige begroeting 'mingalaba' (hallo). Onderweg wisselen rijst- en korenvelden elkaar af, gevolgd door heuvelachtige rode kleivlakten. Bij een controlepost met slagboom en streng ogende militairen haalt gids Thandar Oo een dik pakket paperassen tevoorschijn. Sinds 2005 is het mogelijk om hier te reizen, weliswaar met een goedgekeurde permit. Thandar kent de procedure, ze is ruim negen jaar gids. Even later krijgt ze met een glimlach de papieren terug. Binnen twintig minuten is hoofdstad Loikaw in zicht. Daar is >

het een drukte van jewelste. De straten zien zwart van de scooters en brommers vanwege de jaarlijkse viering van de Kayah-staat, die begin januari plaatsvindt. Het is een grote happening voor de lokale bevolking. Het festival bestaat uit een imposante kermisachtige markt vol spotgoedkope spullen uit China. De tientallen stands vormen een bont kleurenpalet, van schoenen, kleding, traditionele *longy's* (omslagrokken voor zowel mannen als vrouwen), speelgoed, tot tassen, accessoires, fruit en snacks; er is vanalles te vinden. Mensen onderhandelen, jongelui dwalen vrolijk dronken rond en stoere mannen laten zich ter plekke tatoeëren.

Padaungvrouwen

's Avonds zijn er op een groot podium diverse traditionele dansoptredens van etnische stammen uit het hele land. Vanuit grote smoezelige boxen galmen oosterse klanken over het imposante grasveld, dat gevuld is met geruisloos toekijkend publiek. Naar westerse begrippen zijn de dansen niet boeiend, in tegenstelling tot de vertederende warmte

die de mensen aan elkaar tonen. Wanneer de zachtaardige Padaungvrouwen ons zien, zwaaien ze enthousiast. We hebben ze 's middags opgezocht in het dorpje Sunboon, waar slechts tien zogenaamde traditionele *longnecks* ofwel giraffevrouwen wonen. De Padaung zijn bekend vanwege hun lange zware nekringen, die ze overigens ook aan beide benen onder de knie dragen. De omgeving van Loikaw is hun oorspronkelijke leefgebied, en niet het noorden van Thailand. Veel vrouwen zijn gevlucht naar het buurland vanwege de onrust en armoede in de omgeving. Daar dragen ze voornamelijk traditionele sieraden om geld te verdienen met het poseren voor toeristen. Een voor een kwamen ze aanwaaien, met hun vrolijk gekleurde haartooi, zilveren kammen in het haar en manden vol handgeweven sjaaltjes op de rug. Ze maakten zich net klaar voor het festival. In de regio leven nog zo'n twintig traditionele Padaungvrouwen, waarvan tien in Sunboon. Ze zijn tussen 44 en 60 jaar. Wat vinden ze ervan dat hun gebruiken langzamerhand verdwijnen? "Heel jammer. Het is onze cultuur, ons erfgoed. Toch begrijp ik het wel, want het is best zwaar. Sommige

vrouwen kunnen zich moeilijk bewegen of hebben moeite met slikken", tolkt onze gids. "Ik kreeg mijn eerste ring toen ik vijf jaar was. Nu ben ik zestig en heb in al die jaren nog nooit de ringen afgedaan. Dit hoort bij mij", zegt de oudste vrouw liefdevol. De ringen kunnen tot vijf kilo wegen. Ze rekken de nek niet op – zoals veelal gedacht wordt – maar drukken de schouders naar beneden. Het is optisch bedrog. Elk jaar komt er een ring bij, tot maximaal 20 à 25 ringen, waarbij de onderste breder zijn en aansluiten op het sleutelbeen. Waarom vrouwen de ringen dragen, is onduidelijk. Een veelvoorkomende historische verklaring is de bescherming tegen tijgerbeten. Volgens de vrouwen staan de ringen symbool voor hun identiteit en schoonheid. Eén vrouw draagt bijzonder gedetailleerde oorbellen. "Die zijn van mijn overgrootmoeder geweest, mijn kostbaarste bezit."

Triest circus

De Padaung is niet de enige minderheidsgroep waarvan het ledental blijft afnemen, dat geldt ook voor de Kayah, die alleen traditionele kleding dragen tijdens bijzondere

ceremonies of feesten. Tijden veranderen, maar hoe langer deze eeuwenoude volkeren de westerse cultuur absorberen en naar economische vooruitgang streven, hoe meer het einde van hun cultuur dreigt. De snelle toename van het toerisme is voor het land een enorme verandering. Volgens onze gidsen is er alleen al tussen 2011 en 2012 een toename van 50%! Deze vier kenners zijn het erover eens dat het toerisme zeer goed is voor de economie; dat zorgt immers voor meer werkgelegenheid. De infrastructuur kan de vraag evenwel nauwelijks aan. Toch wil men niet weten van een tweede Thailand, waar de cultuur door het massatoerisme haar authenticiteit verloren heeft. In Amarapura, een voorstadje van Mandalay, zijn we getuige van de poppenkast rond het grote klooster Mahagandayon. Tien jaar geleden kwamen daar nauwelijks toeristen, maar nu zijn er bijna meer bezoekers dan monniken. Toeristen dringen zich op wanneer gelovigen in de rij wachten voor hun eten en gaan soms respectloos als paparazzi te werk. Wat vinden de monniken hiervan? "We stellen ons open voor bezoekers; zijn nieuwsgierig naar hun achtergronden en tonen graag



Een marktvrouw die thanaka verkoopt, de beschermende gezichtscreme.



In de eeuwenoude stad Bagan zijn ruim 2.200 intacte tempels, pagodes en stoepa's te vinden.



Heilige plek Mahamuni-pagode, waar de lokale bevolking dit eeuwenoude beeld eert met bladgoud.



Ananda-temple complex.



Gubyaukgy-temple.



Foto's links: Myanmar telt zo'n 135 etnische volken, zoals de kleurrijke Pa-O, herkenbaar aan hun oranje hoofddoeken, en de traditionele Padaung (longnecks). In de regio van Sunboon leven nog slechts 20 traditionele Padaungvrouwen.



hoe we hier leven. We zitten hier niet op massatoerisme te wachten, en dat zie je hier inmiddels wel. Er is weinig privacy en rust. Bezoekers tonen soms te weinig respect en zijn te veel aanwezig tijdens gebeden of het diner. Het is zeer wenselijk dat dit in de toekomst verandert. Een spreiding of beperkte toelating van bezoekers zou een goede oplossing kunnen zijn", aldus Ashim Kelasa, meditatief mentor van het klooster. Het circus van Amarapura is triest, maar het is ook niet het enige geval. Ook het klooster van de Springende Kat bij het Inle-meer is veranderd in een toeristenattractie. Hier sprongen katten door hoepels, maar door de toestroom zijn de dieren te moe. Een gids vertelt dat de monniken tegengas geven, maar sommige touroperators hebben dubbele belangen en oefenen druk op hen uit. Een twijfelachtige vorm van toerisme.

Mystiek stillevens

Nog zo'n populaire bestemming is Bagan, stad van tempels, pagodes en stoepa's. Omdat dit gebied vrij groot is, valt de drukte goed te ontlopen als je de juiste timing aanhoudt. Gids Ko Naing Lin weet dan ook precies waar hij moet starten. Rond kwart over acht 's ochtends is er geen kip te bekennen bij de Shwesandaw-pagode. "Tegen zonsondergang ziet het hier zwart van de mensen", roept Lin terwijl we peentjes zweeten om boven te komen. De grote ongelijke stenen treden eisen al onze aandacht op. De pagode dateert uit 1057, de bloeiperiode van koning Anawrahta, en is een van de 2.200 nog intacte bouwwerken. Bovendien is dit een van de weinige monumenten die je nog mag beklimmen. De meeste bouwwerken verkeren in een te slechte staat of zijn beschermd. Het uitzicht op het bovenste vierkante terras is werkelijk adembenemend. Zover het oog reikt, doemen alleen maar pagodes en tempels op. Ze vormen een mystiek stillevens, dat ontwaakt onder een deken van nevel, omhuld door bomen, struiken en stoffige zandpaden. Overal gouden, bakstenen en witte stoepapuntjes. De een sober en slecht gerenoveerd, de ander mooi intact en fraai versierd, zoals de Gubyaukgyi-tempel (in Wetkyi), met dertiende-eeuwse fresco's van Boeddha. Het gebied telt in totaal zo'n 4.400 heiligdommen, waarvan de meeste zich in Oud-Bagan bevinden. Gedurende de Birmese 'gouden eeuw', van 1100 tot 1300, was Bagan de hoofdstad van het eerste Birmaanse koninkrijk en schoten de bouwwerken als paddenstoelen uit de grond. Lin verklaart nader: "Dat komt doordat koning Anawrahta (1044-1077) zich tot het theravada-boeddhisme bekeerd heeft. De monnik Shin Arahan overtuigde de vorst ervan dat hij nooit een goede boeddhist zou worden als hij niet beschikte over de Tripitaka, de Heilige Schrift. Die had koning Manuha van het Mon-koninkrijk Thaton (in het westen) in zijn bezit, en hij wilde die niet afstaan. Gevolg: een veldslag die Anawrahta won, waarna hij de inwoners - inclusief de koninklijke familie - van Thaton als slaaf inzette voor de bouw van een heel leger heiligdommen. Dit eerbetoon aan Boeddha hielden zijn opvolgers twee eeuwen lang in stand."



We kunnen helaas maar één dag in Bagan blijven en zijn toe aan wat beweging. We huren een fiets, wat een eitje moet zijn, want alle wegen zijn vlak. Lin trekt zijn wenkbrauwen op en heeft duidelijk binnenpretjes. Na een kleine tien minuten begrijpen we zijn reactie: het valt zwaar tegen, want de simpele stadsfietsen kunnen het mulle zand nauwelijks aan. Al snel staat het zweet op ons voorhoofd. Jaloers kijken we naar de relaxte stelletjes die met paard en wagen voorbijkomen, maar wij zijn natuur-lijk veel sportiever. Niet zeuren, doortrappen. We gaan volledig op in het dunbevolkte surrealistische landschap, want de ene tempel is van dichtbij nog meer intrigerend dan de andere. Een hoogtepunt is het beroemde witte vierkante Ananda-tempelcomplex uit de vroege periode (1091). Wederom hebben we het rijk voor ons alleen. Aan het einde van de middag is het bijna verlaten stil. Dit is niet zomaar een tempel; de muren zijn ruim tien meter hoog en bij vier nissen staan even grote gouden boeddha's. "Dit is de originele Boeddha, uit de elfde eeuw. De andere drie zijn later vervangen. Kijk naar het gezicht en loop nu een paar passen terug. Wat valt je op?" vraagt Lin. En ja, wanneer we achteruit stappen, zien we plots een grote glimlach op het gezicht; een knap architectonisch grapje.

Paradijsje Green Hill Valley

Na een binnenlandse vlucht naar Heho en ruim twee uur rijden bevinden we ons een dag later in een totaal andere

Een groepje nonnen, herkenbaar aan hun kaalgeschoren hoofden en oranje-roze kleding.



omgeving. De bosrijke bergen rondom Kalaw zijn koel en de vegetatie is afwisselend met bamboe, teakbomen, bananenplanten en de roze bloemen van de kerselaars. Op een verscholen heuvel ligt het paradijsje Green Hill Valley, van voormalig reisleader Htun Htun Wynn en zijn vrouw. Sinds 2011 runt het echtpaar een rusthuis voor (gepensioneerde) werkolifanten dat toeristen op een zeer integere manier kunnen bezoeken. “Het was eigenlijk de oom van mijn vrouw, Ba Kyaw Than, die ons inspireerde. Hij is een gepensioneerde gespecialiseerde dierenarts en heeft meegewerkt aan een uitwisselingsproject met Dierenpark Emmen in Nederland, waar nu nog steeds zes Birmese olifanten leven. Samen met hem proberen we mee te werken aan een beter lot van de hardwerkende (en mishandelde) olifanten, waarvoor de leefgebieden steeds beperkter zijn. We verzorgen hier acht olifanten die we leasen van de regering. Daarnaast vragen we iedereen die hier komt om een nieuwe teakboom te planten, want de regionale ontbossing is groot. We houden de toestroom van toeristen beperkt: 20 à 25 mensen in kleine clubjes verdeeld over de dag. We willen geen circus zijn.” En dat is het zeker niet, want na een korte wandeling door de prachtige groene vallei zien we vijf olifanten geduldig wachten met hun mahouts alias oozies (berijders en verzorgers). De dieren pakken liefdevol bananen aan met hun slurf, of ze laten je het fruit in hun muil duwen. Wanneer de snacks op zijn, slentert de kleine kudde met hun oozies naar een door rotsen omringd poeltje. “Med, med” roepen de mannen, en met een flinke plons zakken de logge lichamen in het koele water. Een afgezaagd stuk bamboe dient als waterkan, en een aan elkaar gebonden bast van zeepboom is de schrobdoek. Sopje erbij en boenen maar! Wat een heerlijke ervaring om zichtbaar genietende olifanten te verwennen. De grote dame flappert met haar oren en doet een dutje, terwijl de twee jongere kalveren spetterend met hun slurf in het water slaan. Eenmaal opgedroogd mag wie wil op verzoek een klein stukje voor mahout spelen. De grootste dame knielt sierlijk neer. Elke beweging is voelbaar. Het geeft een gevoel van vrijheid, daar hoog op de harde gerimpelde rug met uitzicht over dat prachtige land. Terug op de grond zie je overal weer die oprechte glimlach en twinkende ogen. Bijzonder, een natie die zoveel leed heeft moeten doorstaan en dan toch zo hartelijk en magisch is gebleven, dat kun je alleen maar koesteren en omhelzen, met duizend armen. ●



Een heerlijke ervaring om zichtbaar genietende olifanten te verwennen.



Een dame werkt aan de decoratie van een lakdoosje.

HANDWERK & AMBACHT

Wie naar Myanmar gaat, staat versteld van de vele authentieke volkskunsten: lakwerk, zilver, papier, parasols, goudplaatjes, houtsnijwerk, weven, beeldhouwen, zandschilderkunst, borduurwerk en *cheroots* (sigaren). Al deze ambachtelijke tradities zijn springlevend en zorgen voor leuke souvenirs. In Bagan is het mooiste lakwerk te vinden. Gids Ko Naing Lin is zelf lakontwerper. Hij vertelt dat het zwarte sap van de Melanhorrea usitata (thitsi-boom) de basis vormt van de lak; dat wordt dan gemengd met kleurstenen. Door telkens een nieuwe laklaag aan te brengen, gemengd met as en gevolgd door een week drogen, wordt het basismateriaal – bamboe en klei – verstevigd. Lin demonstreert de kracht van lak en laat met een harde plof een bord vallen. “Na zeven lagen is lak ijzersterk, waarna de decoratie kan beginnen. Lakproducten zijn dus prijzig vanwege het tijdrovende en gedetailleerde werk.” Vooral aan het Inle-meer vind je uitmuntende zilvermeden en weefateliers. In het dorp Nam Hu demonstreren dames stap voor stap hoe een sjaal, longy en blouse gemaakt worden. Intrigerend is dat door het draaien en afbreken zeer dunne draden ontstaan uit de steel van de lotusplant. Pas na drie maanden vormt dat een dikke rol, voldoende om mee te weven. Een zeer kostbaar proces dus. Het vakmanschap van zilvermederij Sein Thamadi (Heya-Ywama) is ook van een hoge kwaliteit. Zilveren vissen met ogen van robijn, halskettingen met traditionele designs, gedetailleerde armbanden... alles wordt met een fijne hamer en beitel gemaakt. Vergeet niet te onderhandelen als je iets koopt, dat is een sport in Myanmar.



Htun Htun Wynn ondersteunt wanneer een toerist opstijgt voor een kort ritje als mahout.

HEILIGE PLEKKEN

Mandalay vormt het religieuze hart van het land; hier leeft 65% van de ruim 150.000 monniken. Vele locals bezoeken dagelijks heilige plekken, zoals de Mahamuni-pagode, vernoemd naar een vier meter hoog bronzen beeld uit de tweede eeuw na Christus dat bedekt is met een dikke laag bladgoud. Alleen mannen mogen ter plekke een goud-plaatje kopen en dat in het sanctum op het beeld plakken. Nog zo'n bijzondere pagode in Mandalay is Kuthodaw, het grootste boek ter wereld. Het is een serie van 729 (!) witte miniatuurpagodes die marmeren amuletten bevatten. Samen vormt dit het volledige Tripitaka, de Heilige Schrift. Een maquette geeft een overzicht van het enorme complex. Een stuk noordelijker, in de buurt van de plaats Pindaya, ligt de Shwe U Min, een gouden grotpagode van ruim 150 meter diep. Dit magische 'labyrint' dateert uit de twaalfde eeuw en bevat ruim 8.000 boeddha-beelden! Het is nog altijd een plek voor pelgrims en gelovigen, die door de eeuwen heen beelden doneerden. Achter een klein platform met een drie meter hoge stoepa dwaal je kriskras door de doolhof. Boeddha is er in alle soorten en maten, van miniatuur tot imposant. Minder toeristisch dan het imposante Shwedagon-complex in Yangon en toch vergelijkbaar mooi is de Shwemawdaw-pagode in Bago. De entree maakt indruk met twee enorme cinthes (mythische griffioenen) die de ingang bewaken. Hier komen mensen om Boeddha te eren of te mediteren. Een dagtrip van Yangon naar Bago is interessant, want er valt meer te zien, zoals de heilige python. Even buiten Bago ligt in een open kamer, omringd door kussens, een slang die na een visioen van een monnik kwam 'aanwaaien' bij het kleine klooster en nooit is weggegaan. Het verhaal wordt nog bizarder, want de monnik en de slang schijnen een telepathische band te hebben: de monnik is al een tijd ziek en de slang eet al vier maanden niet. Toeval bestaat niet? Nog heiliger is de liggende Shwethalyaung-boeddha, een van de grootste ter wereld! Het in 994 gebouwde beeld is overweldigend met zijn lengte van 55 meter, 16 meter hoogte en rijk gedecoreerde kisten van edelstenen waar het hoofd op rust! Ook immens groot, maar liefst 30 meter hoog, zijn de vier boeddha's van Kyaikpun (1476). Met hun ruggen tegen elkaar staren ze naar de vier windrichtingen en vormen een vierkante zuil. De beelden hebben een bijna hypnotiserende aantrekkingskracht, je blijft ernaar kijken.



Drie novices bidden in de heilige grot van Shwe U Min.

BOEDDHISME

Hoewel er Myanmar godsdienstvrijheid heerst, is het boeddhisme verankerd in het dagelijkse leven. Op bijna elke straathoek zie je monniken, de lokale bevolking aanbidt beelden en de levensfilosofie van een monnik staat hoog aangeschreven. Elke jongen (novice) brengt voor zijn twintigste levensjaar zelfs twee keer een tijd door in een klooster om de basis van het boeddhisme te begrijpen. De monniken moeten zich houden aan vijf geboden: niet doden, niet stelen en liegen, geen overspel plegen en geen gebruik van alcohol en drugs. Zich losmaken uit de cyclus van de wedergeboorte is het ultieme doel van elke boeddhist. En een nog hoger streven is het bereiken van het nirwana, de toestand van gelukzaligheid. De basis hiervan bestaat uit elementen als reïncarnatie, mediteren, (227!) gedragsregels hanteren en een goed karma (lot) creëren. Omdat elk individu de verlichting kan bereiken, is het boeddhisme eerder een levensfilosofie dan een religie. Voor veel jonge mannen is het leven als monnik te sober, anderen zien het als een missie. Weinig vrouwen worden non omdat ze hun haar niet willen afscheren en omdat ze geen gezin mogen

stichten. Monniken eten wat ze aangeboden krijgen. Daarom staan ze voor twaalf uur 's middags in lange rijen voor het klooster of 'bedelen' ze op straat. Monniken staan open voor buitenlands contact, zolang er sprake is van wederzijds respect en nederigheid. Een gespreid toerisme werkt het best. Ga bijvoorbeeld niet naar Amarapura, maar bezoek het kleinschalige Shwe Inbiu, een meditatie klooster met slechts dertig bewoners. Vanaf halfvijf kun je hier stilletjes hun gebeden gadeslaan. In Loikaw (Kayah-staat) ligt Dama Yone Kyaung, waar voornamelijk novices wonen en waar je geruisloos een kijkje mag nemen wanneer ze de *Bali* studeren (de taal van Boeddha). Tussen Bago en Yangon ligt in een verscholen bosje het Monelaltawya-klooster. Bijzonder is dat hier veertien monniken het dagelijkse leven delen met vier nonnen. Studeren gebeurt afzonderlijk. Karunika is al veertien jaar de gastvrije leider. Met hard studeren trad hij na tien jaar ervaring in de voetsporen van zijn leermeester. In dit vredige klooster kunnen geïnteresseerden zelfs komen logeren, mits de toestemming van de regering.

MYANMAR PRAKTISCH

ERHEEN

Er zijn diverse aanbieders van trips naar Myanmar. GRANDE reisde met Dimsum Reizen, reisspecialist van Bijzondere Azië reizen. Deze organisatie is al jaren actief in Myanmar en werkt uitsluitend met ervaren lokale gidsen en een uitstekende lokale partner. Alles is strak en goed georganiseerd. Dimsum Reizen verzorgt naast groepsreizen ook individueel maatwerk en boekt veilige binnenlandse vluchten. Naast de highlights richt Dimsum Reizen zich ook op off-roadbezoeken aan bergvolkeren, minder bekende steden en natuurgebieden. Info: www.dim-sum.nl, info@dim-sum.nl Kromme Nieuwegracht 12, NL-3512 HG Utrecht. Tel. +31 (0)30 23 00 847.

VERVOER & GELD

Direct vliegen kan via Brussel, maar dat is prijzig. Diverse luchtvaartmaatschappijen maken een tussenstop in Singapore of Bangkok. Reistijd: 13 à 15 uur. Een ticket kost 900 à 1.200 euro. Lokaal reizen met het openbaar vervoer is goedkoop, maar tijdrovend en niet comfortabel. Op het vliegveld of in de grote steden kunnen dollars (nieuwe biljetten) en vaak ook euro's omgewisseld worden voor de lokale kyat. Beste reistijd: december-maart.

VERBLIJF

Onze favoriete hotels uit de selectie van Dimsum Reizen: het Bagan Princess Hotel heeft smaakvolle ruime kamers in koloniale stijl, met zwembad en jacuzzi. Het Inle Resort is een grootschalig luxeverblijf met koloniale villa's aan het Inle-meer. Extra: uiteenlopende spabehandelingen, minpuntje: het massale, dure restaurant. Ontbijt is top. Hotel Queen Mandalay biedt ruime nette kamers in het hartje van de stad.

ETEN

Canal Mandalay Restaurant: prachtige tuin en verbluffend traditioneel lekker eten. 22nd Road, Btn 63th-64th Str., Mandalay. *Aye-Myit-Tar*: hier proef je de Myanmar cuisine zoals bij de locals thuis. 81st, Btn 29th-30th str. Nr. 371, Mandalay. *Phore Kawr Kay Restaurant, Loikaw*: heerlijke noedels, soepen en groenten voor een prikje. *Feel Myanmar Food*: dit restaurant is geliefd onder gidsen vanwege de diversiteit en de vermakelijke hectiek in de keuken. No. 124 Pyihtaungsu Avenue Str, Dagon, Yangon, www.feelrestaurant.com. *Inthar Heritage House*: dit koloniale lunchrestaurant, omringd door planten en bloemen, is een opvanghuis van 37 Birmese kat-

ten. Het sierlijke ras was bijna uitgestorven, maar kwam er weer bovenop dankzij China Exploration & Research Society. De beestjes hebben hier een eigen 'speelkamer, slaapvertrek en speeltuin'. Een must voor kattenliefhebbers! Inpawkhon Village, Inle-meer, www.intharheritagehouse.com. *Green Hill Valley, Magwe Village, Kalaw-regio*: na het bezoek aan de olifanten wacht een heerlijke lunch in de fraaie ontvangstlodge, een mooie combinatie tussen intense beleving en ontspannen genieten. All-inprijs circa 160 euro per persoon. De opbrengst gaat naar de olifanten en de mahoutfamilies. www.ghvelephant.com

MARKTEN

Het dagelijkse Birmese leven kun je proeven op de markt, met een potpourri van groenten, fruit, vlees, vis, rijst, snacks en kleding. Prachtige presentatie in manden van chilipepers, gember, bamboe, paksoi tot bloemkolen. Tips: China Town (Yangon, tot 10 uur), Nyaung Oo, (Bagan), Thaug Tho (Inle).

MET DANK AAN

Dimsum Reizen (Christel van Bree), de lokale agent Khin Soe en deskundige gidsen



De kleurrijke markt van het nieuwjaarsfestival van Kayah.



Proef het dagelijkse Birmese leven op de markt in Yangon.