

Costa Rica



Dienstag, den 21. Juli 2009 um 04:20 Uhr



Liebe Freundinnen, liebe Freunde und Lesergemeinde!

01.07.2009

Nun zur Auflösung des Rätsels vom letzten Report, habe ich das Flugzeug erreicht ja oder nein. JA, ich habe das Flugzeug nach Guayaquil/Ecuador erreicht. In der Rekordzeit von 31 Minuten war ich vom Checkin durch alle Checks durch. Für die Flughafenpauschale akzeptierten sie keine US-Dollars (würde ich auch nicht :-), also noch einmal zurück und Soles beim Bankomaten holen. Leises Stossgebet von mir: *"Bitte quält mich weiter!"*, aber gleich dahinter ein Schmunzeln. Aber sie taten es nicht mehr. Als Lernprozess für mich, ganz

ohne Stressgefühl - in der totalen Gelassenheit – wäre es in 28 Minuten oder noch weniger erledigt und gesünder wäre es auch noch gewesen. Vor dem Gate habe ich mir aber noch 2 Flaschen Wasser gekauft, die Zeit hatte ich noch. Flug von Cusco nach Lima 1:10 Stunden, Flug von Lima nach Guayaquil (Ecuador) 1:15 Stunden, von Guayaquil nach San Jose (Costa Rica) 1:54 Stunden. Ankunft um 17 Uhr 30 in San Jose. Üblicher Ablauf. 1-3 Dokumente ausfüllen (schon im Flugzeug), Toilette besuchen um gelassen und ohne zu zappeln die diversen Schlangen durchzustehen. Tramperrucksack holen, Geld wechseln und/oder abheben. Karotte fertig essen und nur kleinen Rest belassen, wird aber bei Agrarcheck nicht entdeckt, ist ihnen egal. Touristinfo am Flughafen nach Zimmer fragen, mit dem Taxi zum Hostel Pangea fahren. 17.400.- Colones pro Nacht. Ein großes Bett und ein Safe auf Ständer, sonst nix im Zimmer.

02.07.2009

Habe leichte Kreislaufprobleme und Schwindelgefühl. Die Umstellung von Peru und saukalten Nächten zum subtropischen Klima hier, warm und feucht will gemacht sein.

Kaufe mir einen neuen Rasierapparat, weil ich glaube meinen verloren zu haben (stimmt nicht, finde ihn später). Tut mir eh nicht leid, weil schon ein Drittel Scherblatt mit Tixo abgeklebt ist um ein großes Loch abzudecken. Infostand mitsamt jungen und freundlichen Mann im Hostel liefert mir alle wichtigen Daten für meine Rundreise und bucht auch gleich mein Mietauto.

03.07.2009

Mietauto ist da, 4WD, Suzuki, klein und schnuckelig. Abfahrt in die Prarie. Highway 2 Richtung Süden. Nicht ganz einfach aus San Jose heraus zu finden, da viele Straßennamen nicht ausgewiesen werden. Die Fahrt geht über einen Pass. Plötzlich einige Warnschilder, die ich nicht verstehe. Fahre langsamer und das ist gut so. Einige Meter meiner Fahrbahnseite liegen etwa 100 Meter tiefer. Fahre ganz auf die Hangseite und hoffe, dass die Gegenfahrbahn noch in meiner Höhe bleibt und nicht auch abrutscht. Eintreffen in Buenos Aires, einem kleinen Nest im Süden von Costa Rica.

04.07.2009

Körper hat sich inzwischen brav umgestellt. Bin stolz auf ihn. Parque Internacional La Am Stad -> Straße suche ich zwar, finde sie aber nicht. Dafür fahre ich nach Salitre, einem ganz kleinen Nest in der Nähe von Buenos Aires. Extrem frostiger Empfang dort, mein Gruß wird nicht erwidert. Na gut, hau ich halt wieder ab.

Fahrt nach Puerto Jimenez, ganz im Süden. Dünner Schweißfilm am ganzen Körper begleitet mich wieder. Genieße Swimmingpool mit Jetdüsen. Quartiergeber empfiehlt mir, morgens um 6 Uhr in der früh nach Parque Nacional Corcovado aufzubrechen. 42 km Schotterstrasse und einige Bäche zum Furten warten auf mich.



Foto: Bäche furten

05.07.2009

Vor dem Furten mit dem Auto von 2 der 9 Bäche habe ich schon ein wenig Bauchweh, die Suppe ist so trüb, dass ich nicht abschätzen kann, wie tief das Wasser ist. Augen zu und durch. :-) Dauerregen bei Ankunft. Schei...! Versuche doch noch die 3,5 km Sandstrand bis zum Parkeingang zu gehen, drehe aber entnervt, wegen Regens um. Rückfahrt 42 km Schotterstrasse, wieder 9 Bäche furten. Ein wenig Angst, denn der Regen hat die Bäche ansteigen lassen. Durchschnittsgeschwindigkeit etwa 20 km/h. Fahre dann gleich weiter über Baru in Richtung Qepos.



Foto: Abschied vom Pazifik

Vor Baru sitze ich ganz alleine an einem Strand am Pazifik und nehme Abschied vom Pazifik. Tut erstaunlich weh. Kann die Vergänglichkeit der Formen noch nicht so akzeptieren, wie ich es sollte. Lasse aber zu, bleib in der Hingabe, das habe ich schon gelernt. Nach Baru beginnt eine fürchterliche Strasse, ein Schlagloch neben dem anderen. Habe so etwas noch nie erlebt. Maximal hin und wieder 10 Meter ohne Loch. Sitze an diesem Tag 11 Stunden hinter dem Steuer. Nach 30 km Lochstrasse beginnen meine Nerven zu flattern. Nur noch bewusstes und tiefes Atmen lässt mich noch ein Hotel erreichen. 52.000.- Colones die Nacht, fühle mich genept aber akzeptiere. Nach dieser Fahrt kenne ich durch diese dauernde Rüttelerei alle 10 hoch 27 Atome meines Körpers beim Namen. Hat ja auch seinen Vorteil. :-)

06.07.2009

Erreiche nach dem ausgezeichneten Frühstück den Parque Nacional Manuel Antonio in Qepos. Allerdings die Fahrt über den Berg davor war extrem schlüpfrig und rutschig. Hat einige Zeit gedauert, bis ich verstanden habe, dass es mit 4WD deutlich leichter funktioniert. Heute leider zu, der Park. Kein Glück mit den Nationalparks. Aber natürlich ist ein Privatführer da, der mir auch das Parkplatzproblem um 2000.- Colones löst. :-) Wir marschieren 2 Stunden am Rande des Nationalparks mit schönem Blick hinein. Schon nach 10 Minuten ist mein gesamtes Gewand schweißdurchtränkt. Die einzigen Tiere, die wir sehen sind hunderte Moskitos. Trotzdem schön. Schlafe in Miramar in einem der üblichen Cabinas.

07.07.2009

Erster Sonnentag in Costa Rica. Gekos schmatzen auch hier in der Nacht und viele Leguane sind auf der Strasse zu sehen. Viele Kilometer Schotterstrasse, aber nur wenige Schlaglöcher bis Santa Elena, Ziel ist der Cloud Forrest. Geführter Walk durch den Cloud Forrest, schwitze fast nix. Lerne, dass 60% der Biomasse im Regenwald Epiphyten sind. Das sind Pflanzen die an einem Baum wachsen, manche davon lassen dann Wurzeln runter. Sogenannte Schmarotzer. Wohne hier in einem kleinen Haus ganz alleine.

08.07.2009

Fahre ans andere Ende des Cloud Forrest und mache dort alleine einen 2 Stunden Walk im Reserva Biologica Bosque Nuboso Monteverde.



Foto: Schönheit der Natur - Raupen

Jede Raupe wird zur Sensation. Danach Besuch einer Schmetterlingsfarm. Super. :-) Es gewittert extrem heftig und schüttet.

09.07.2009

Sitze um 6 Uhr Morgens in einer Bäckerei in Santa Elena und frühstücke ein schwabbeliges, gelbes Ding. Schmeckt super. Alles wird in Plastiksackerl verpackt. Wird uns noch mächtig beschäftigen, weltweit. Im Pazifik sind an manchen Stellen bereits 46x mehr Kleinstplastikteile als sonstige Mikroben zu finden. Habe ich in einer Zeitschrift in einem der vielen Flugzeuge gelesen. Wieder einmal liegen 30 km Schotterstraße vor mir. Umpff, das Frühstück wird jedoch super im Magen zerkleinert. Danach Asphaltstrasse viele Kilometer und dann wieder 9 km Schotterstrasse nach El Castillo, am Fuße des aktiven Vulkans Arenal.



Foto: Aktiver Vulkan Arenal

Sitze am erkalteten Lavastrom aus dem Jahre 1992 und staune. Fühle mich total leer und unrund. Bade danach in einem Hotspring und kaufe mir ein Supersteak. Danach fühle ich mich leer und reichlich beschenkt. Mit "leer" meine ich meine Innenwelt und nicht den Magen. Das Unrundsein ist das Abschiednehmen von der Formenwelt für mich. Siehe dazu unter Allgemeines. Sitze am Balkon, es ist sehr warm, fast schwül, finster, Nacht. Unmittelbar im Baum daneben hausen viele Glühwürmchen, der Vulkan an der Spitze glüht rot und es wetterleuchtet, ein wunderschöner Abend. Diese Inszenierung ganz speziell für mich - finde ich beeindruckend. :-)

10.07.2009

Vogelgezwitscher, Affengebrüll, Hufeklapper... - so beginnt mein Morgen. :-) Fühle mich noch immer total leer und doch reichlich beschenkt. Super. Gewöhne mich an dieses völlig neue Gefühl der angenehmen Leere. Fahrt nach Limon, eine Hafenstadt, am Atlantik. Den ganzen Tag. Immer wieder Wolkenbrüche. 10 Stunden lang. Dazwischen Wäschewaschen lassen in La Fortuna und Flugticketkauf für den Flug nach Washington am 12.7. kaufen. Der Verkäufer meint ich sei ziemlich spät dran. Bin ich doch immer auf dieser Reise und alles ist sich immer schön ausgegangen. Finde lange kein Zimmer nach Lima, es ist schon finster. Mein Ego jammert wieder einmal, entziehe ihm aber sofort meine Aufmerksamkeit. Plötzlich sagt meine Intuition dreh um und fahre links hinein. Kein Hinweis auf Cabinas, trotzdem finde ich hier mein Bett. Gemeinsam mit etwa 1000 oder mehr Gelsen. Eine einzige Blutauschorgie die Nacht. Auch hier beherrschen die Gelsen, so wie in Australien, die Multilayertechnik. Mehrere Beulen über einander. Bin massiv erstaunt, in der Früh bin ich ausgeschlafen und fühle mich fit. :-) Keine Ahnung wie ich das mache.

11.07.2009

Erforsche die Strasse 32 und 36, die entlang dem Atlantik geht. Sehe hier sehr viele schwarze Menschen. Besuche den Parque Nacional Cahuita, ein Regenwald direkt hinter dem Sandstrand. Sehe dort riesige Krabben die in großen Erdlöchern hausen, Salamander, höre Affengebrüll. Nehme wieder einmal Kontakt mit dem Atlantik auf. Fahre bis nach Bri Bri, so ziemlich am südlichsten Ende von Costa Rica. Auf dem Rückweg zweige ich noch in die Prarie ab und fahre eine Schotterstrasse Richtung Reserva Biologica Hitoy Cecere. Himmlisch dort, sollte etwa eine Woche dort bleiben. Vielleicht komme ich wieder. Wer weiß. Quartiere mich im Hotel Colon Caribi um 91.-US\$ Vollpension ein, ganz ohne Gelsen. Das Beste ist gerade gut genug für mich. Wann habe ich zuletzt mit soviel Wasser und so warm geduscht? Keine Ahnung, ist schon länger her.

12.07.2009

Zum Frühstück im Freien tanzen die Schmetterlinge. Herrlich. Ein Labsal für meine Augen. Aufbruch und Fahrt nach San Jose. Heute Abend geht es Richtung Washington weiter. Gebe meinen Suzuki in der Nähe des Airports zurück. Dabei irrt sich der Mann und verlangt anstatt der 530.- US\$ nur 410.- US\$. Ihr hättet sehen/hören sollen, was sich da in mir abgespielt hat.

"Endlich, wir sind eh schon so oft übers Ohr gehauen worden, lass uns abhauen." Tu ich auch, allerdings nur bis zur Tür, dort drehe ich um und zahle mehr. Ein tiefes Gefühl der Zufriedenheit stellt sich in mir ein. War aber nicht so einfach so weit zu kommen.

In San Jose sind Wasserflaschen beim Securitycheck kein Problem, darf ich offiziell mitnehmen. Nach einer Stunde Flug landen wir in El Salvador, dort werden wir noch einmal gefilzt und Wasserflaschen sind ein Problem. Ich trinke gelassen aus, die Filzdame schaut entnervt zu und fordert zum Weitergehen auf. Danach 4 Stunden Flug nach Washington. Im Flugzeug überprüft die Stewardess die Zettel, die wir für die Einreise in die USA ausfüllen durften. Dabei macht sie mich aufmerksam, dass ich große Probleme haben werde, weil ich keine Wohnadresse, kein Hotel in Washington angeben kann. Ich habe nix reserviert und Pseudoadresse habe ich auch keine erhoben, absichtlich. Schließlich ist das alles im Preis vom Flugticket inkludiert.

Mein Ego dazu: "Du wirst schon sehen, wir landen in Schubhaft."

Mein SEIN: "Macht nix, dort schlafen wir wenigstens billig." Dann entziehe ich meinem Ego wieder einmal die Aufmerksamkeit. Die Landung erfolgt um 2 Uhr Morgens. Mehr darüber im nächsten Bericht.

Allgemeines zu Costa Rica:

- Zeitverschiebung: Wien minus 8 Stunden
- endlich schwitze ich wieder, auch wenn ich nix tu. Australien kommt hoch in der Erinnerung. Auch beim Tanken, wenn Tank halb voll ist, wird aufgefüllt.
- Ab 16 oder 17 Uhr regnet es jeden Tag, manchmal auch dazwischen und davor, darüber. Habe aber immer bestes Wetter, wie schon gesagt.
- Sonnenuntergang ungefähr um 18 Uhr 15, Sonnenaufgang um etwa 5 Uhr 30.
- Auch hier wird das Toilettepapier nach der Benützung in den Mistkübel gegeben. Die Klärung des Wassers danach muss offensichtlich deutlich einfacher sein.
- Tucan, ein Vogel mit einem riesigen und bunten Schnabel dürfte so eine Art Symbol für Costa Rica sein.
- Relativ wenige Straßenverkäufer, im Vergleich zu Cusco
- Sehr viele Frauen in Costa Rica zeigen gerne was sie in den Körbchen haben - mit einem tiefen Dekollete. Es ist erstaunlich wie vielfältig Mutter Natur auch hier Formen und Größen gestaltet. :-)
- Bei ATM Banco Nacionale funktioniert auch Mastercard, bei BCR funktioniert nur Visa zum Bargeldabheben
- Reisebüro öffnet Tür erst, nachdem ich angeklopft habe. Es ist angeblich sehr viel Kriminalität in San Jose. Außerhalb von San Jose nicht. Fühle mich aber geborgen und sicher.
- Viel Geheue und viele Polizeisirenen zu hören
- Hunde laufen auch hier frei herum, aber deutlich weniger als in Südamerika
- San Joseer sind Metallkünstler, Fußboden, Wände, fast alles mit und aus Metall.
- Preise sind hier fast auf europäischem Niveau in San Jose
- Bin auf meiner Weltumrundung in keinem Land so viele miserable Strassen gefahren, wie in Costa Rica.
- Internet 600 bis 2000.- Colones die Stunde.
- Benzin: 427.- Colones je Liter
- Immer wieder Palmölplantagen zu sehen, leider
- Mir fällt auf, dass ich weltweit immer wieder Ketchup von Heinz kaufe.
- Rasen gemäht wird mit der Machete.
- Meine gekauften Holzmasken stellen die Gottheit Guuru dar. Er schützt Fauna und Flora.
- Duschwasser, die Einstellung kann sehr unterschiedlich sein. In Cusco voll aufdrehen und 10 Minuten rinnen lassen bis es halbwegs warm ist, in Santa Elena auf exakt hundert Tropfen pro Sekunde, was sehr wenig ist, einstellen und sofort darunter stellen, gerade mal lauwarm.
- Die Vögel- und Schmetterlingsvielfalt in Costa Rica ist ähnlich groß wie in Australien. Nur nicht so melodios.
- Se Vende: For sale - steht extrem oft vor Häusern.
- Viel zu wenig Hinweisschilder auf den Strassen. Meine Intuition wird super geschult.
- Costa Rica hat seit 1948 kein Militär. Super. Wir benötigen das Militär weltweit so dringend wie einen Fußpilz, außer eine Truppe für Katastropheneinsätze. Dafür gibt es in Costa Rica völlig freie medizinische Versorgung, auch für Ausländer, die sich hier niederlassen. Habe ich in Kanada erfahren. Wenn jetzt auch noch die "Neue germanische Medizin" nach Dr. Hammer (www.pilhar.com) praktiziert werden würde, wie schön wäre dann die Welt (Anmerkung Redakteur Ewald: In Bezug auf neue germanische Medizin deckt sich meine Meinung nicht mit der Friedensreichs)

Allgemeine Gedanken:

- Impfungen, weitere Infos dazu. Diese Daten habe ich von einer steirischen Ärztin, die österreichweit Vorträge gegen das Impfen von Kindern hält. Ein Drittel aller Rötterfälle sind geimpft!!!! Jährlich sterben in Deutschland nachgewiesenermaßen 1000 Kinder (in Worten EINTAUSEND) an Impfschäden. Die Dunkelziffer ist sicherlich höher. Der plötzliche Kindstod ist ausschließlich ein tödlicher Impfschaden.
- Was macht unsere Gesundheit aus?
 1. Klares, weites Bewusstsein - möglichst ohne Angst. Die "Germanische neue Medizin" ist/wäre hier eine große Hilfe für Angstfreiheit, weil ich sehr häufig genau weiß, was wie im Körper läuft.
 2. Soziale Sicherheit, die Grundbedürfnisse sind gedeckt. Damit sind 70% abgehakt.
 3. 2 bis 3 Liter täglich reines Wasser trinken

4. Viel Bewegung für den Körper, brauchbar gesundes Essen. "Sünden" sind durchaus erlaubt. :-) Oh mein Gott, was ich sündige. ;-)

5. Therapeut/Arzt, wer das auch immer sein mag.

- **Fast ALLE Gefühle sind im Körper gespiegelte Gedanken!!!**. Habe ich bei Eckhart Tolle gelernt. Von mir ist nur das kleine Wörtchen "fast" am Anfang. Ich finde, das ist eine extrem wichtige Entdeckung.
- Energiesparen ist doch super. Ein ganz heißer Tipp für Männer von den Taoisten. INJAKULATION statt Ejakulation, insbesondere bei der Selbstbefriedigung. Ich kenne 2 Wege dafür. Einen uneleganten, der jedoch sofort funktioniert und einen deutlich eleganteren, erfordert jedoch tägliche Übung.

Die Vorteile der Injakulation sind groß:

1. Jedes abgegebene Ejakulat ist ein großer Energieverlust für den Mann und verkürzt die Lebenserwartung. Männer in meinem Alter sollten überhaupt nicht mehr ejakulieren. Was nicht heißt sie sollen enthaltsam leben. Im Gegenteil, sie könnten diese Anregungen dazu nutzen deutlich mehr Genuss, Wonne beim gelebten Sex (in welcher Form auch immer) bis zum hohen Alter zu erleben.
2. Multiorgasmen über mehrere, ja sogar viele Sekunden sind relativ schnell erreichbar.
3. Die Herumkleckerei hört auch auf.

Details dazu auf Anfrage. :-)

Wenn ich schon bei dem Thema bin, nachfolgend eine Atemübung gegen massiven sexuellen Überdruck: In das Wurzelchakra (Steißbein) einatmen und während des Einatmens die Energie hoch durch die Wirbelsäule in das Kronenchakra ziehen. Ausatmen in die Antakarana (einer Röhre über dem Kopf) über dem Kronenchakra. Solange bis Überdruck (Gedanken daran) weg ist, dann noch eine Weile weiter Einatmen wie vorhin, jedoch kannst du nun beim Ausatmen die Energie vorne in das Herzchakra fließen lassen. Bitte nicht in das Sex- oder Nabelchakra, das wäre kontraproduktiv. Die Taoisten speichern dort üblicherweise die Energie. Diese Atemübung hat auch den Vorteil, dass die Antakarana gestärkt wird, die Anbindung an das Höhere Selbst wird klarer. Erfahrungsberichte, insbesondere von Frauen, würden mich sehr interessieren.

- Fieberblasen vom 27.6. sind nach 9 Tagen vollständig abgeheilt. Die Heilung erfolgte ohne den üblichen Schmerzen und Blutungen. Was habe ich anders als bisher gemacht? Ich habe sie WILLKOMMEN geheißen. Habe mich nicht dagegen gewehrt, war nicht im Widerstand. Das dürfte überhaupt die größte Heilwirkung haben, willkommen heißen, akzeptieren. Werde es noch weiter beobachten.
- Abschied von der Formenwelt. Wenn ich ganz tief durch meinen inneren Körper hinein gehe, dann komme ich zu einem Punkt, wo sich zwei Gefühle treffen. Die große Traurigkeit über die Vergänglichkeit aller Formen (Ideen, Gedanken, Schmerzen, Menschen, Gefühle, Materie...) und die unbeschreiblich große Freude über die Unsterblichkeit des Lebens. Das Auskosten dieses Punktes macht in mir die Leere.
- Ich glaube - ich habe einen Erkenntnisdurchbruch aus diesem Gefühl der Leere heraus. Muss darüber noch reflektieren. Alles was mir machen, es wird nix mehr, wir "verändern bloß unser Bewusstsein".
- Verwende seit etwa 5 Jahren keine Zahnpaste mehr. Das hat den wunderschönen Vorteil, dass die, laut meinen Zahnarzt unheilbare Paradontose, schön langsam völlig verschwindet und heilt. Anstatt dessen verwende ich eine 26%ige Salzsolelösung zum Spülen und Putzen. Allerdings nicht unser giftiges und raffiniertes Natriumchlorid (NaCl) aus dem Supermarkt, sondern ein händisch abgebautes Himalaya-Salz. Auf der Weltreise sehen meine Zähne allerdings meine Zahnbürste ausgesprochen selten.
- Würde mich über wesentlich mehr Kritik, Diskussion über meine Reports und Gedanken sehr freuen. Derzeit habe ich das Gefühl, ich berichte mehrheitlich in ein schwarzes Loch. Ist schon ok, aber vielleicht geht es auch anders. :-)

Es grüßt euch in AllLiebe
Euer Friedensreich

<http://www.friedensreich.at>

Aktualisiert: Sonntag, den 19. Juli 2009 um 16:34 Uhr