



**Viel Spaß mit dem Foto-Album:**

**Bahrain**

## Manama/Bahrain

### Auf den ersten Blick

Das Königreich Bahrain ist der einzige Inselstaat Arabiens. Mit rund 711 km<sup>2</sup> Fläche ist der Archipel mit seinen 36 Inseln nicht einmal so groß wie der Stadtstaat Hamburg. Die Hauptinsel Bahrain misst in der Länge 48 und in der Breite 16 Kilometer. Sie hat eine Fläche von rund 586 km<sup>2</sup> und ist seit 1986 über eine 25 Kilometer langen Brücke, den King Fahad Causeway, mit Saudi Arabien verbunden. Bahrain liegt östlich von Saudi Arabien im Arabischen Golf. Die Entfernung zu Qatar beträgt rund 35 Kilometer Luftlinie. Weitere große Inseln sind Muharraq, Sitra und Nabih Salih, allesamt durch Brücken miteinander verbunden. Im Nordosten liegt die Landeshauptstadt **Manama** mit etwa 148.000 Einwohnern und dem Hafen Mina Salman im Süden der Hauptstadt. Insgesamt leben auf den Inseln etwa 688.000 Menschen.

### Sehenswürdigkeiten in Manama

**Manama** ist eine Stadt der Gegensätze, der zwei Gesichter: Auf der einen Seite unterstreichen im **Diplomatic Area** die Glastürme, Hochhäuser und Bankentempel mit ihrem geschäftigen Treiben den Ruf einer Hauptstadt und eines Finanzzentrums. Gleichzeitig findet man direkt nebenan das traditionsreiche, orientalische Leben in Vierteln voller Charme mit Windtürmen und reich verzierten Holzbalkonen an den Häusern. In Manama liegen die Phantasien aus 1001 Nacht gleich neben der Realität des 21. Jahrhunderts. Den besten Zutritt ins Reich der gelebten Tradition hat man durch das Bahrain Tor, das **Bab al-Bahrain**. Wer es durchschreitet, findet sich gleich im bunten Treiben des **Souks** - des historischen Marktes wieder. Orient pur erlebt man zwischen duftenden Gewürzen, bunten Stoffen,

verführerischen Parfüms und leckeren Süßigkeiten. Auch Kräuter und Naturheilmittel sowie Weihrauch und Hennapulver sind im Angebot. Quer durch den Souk zieht sich die Goldstraße mit ihren glänzenden Auslagen. Früher lag der Souk von Manama direkt an der Küste. Doch weil die Städtebauer dem Meer immer mehr Land entreißen, rücken so manches Haus und so mancher Platz immer weiter vom Wasser ab. Um den Souk herum haben einige schöne, alte **Kaufmannshäuser** die Zeiten überstanden. Auffällige Schnitzarbeiten, hölzerne Balkone, verzierte Türen und Galerien lassen den einstigen Reichtum der Besitzer erahnen.

Eines der größten und bedeutendsten Museen der Golfregion ist das **Nationalmuseum** im Nordosten Manamas am Al-Fateh Highway. In drei doppelstöckigen Hallen sind die ganze wechselvolle Geschichte und die Kultur Bahrains aufbereitet. Hautnah kann der Besucher das Leben der Bahrainer in einem eigens nach gebauten, traditionellen Dorf mit Moschee und Basargasse nachvollziehen. Handwerker gehen hier zu bestimmten Zeiten ihrer Arbeit nach und knüpfen bunte Teppiche, Töpfer fertigen Vasen und andere Gefäße. Selbst ein paar Dhaus dümpeln in der Lagune. Als Museum für Tradition fungiert seit 1948 auch das **Heritage Center**, ein Gebäude aus dem Jahre 1937, das einst den Staatsgerichtshof beherbergte. Eine bedeutende Fotosammlung dokumentiert die Entwicklung des Inselstaates. Außerdem kann man sich über das Handwerk, die Perlentaucherei, Fischerei, Musik, Tänze und die arabische Küche informieren. Einen Besuch wert ist auch das Haus des Koran, das **Bait al-Qur'an**, an der Gouvernment Avenue. Neben Gebrauchs- und Ziergegenständen

aus dem Alltag des Islam sind hier die ungewöhnlichsten Exemplare des Heiligen Buches der Muslime ausgestellt. Das kleinste ist nur 4,7 mal 3,2 Zentimeter groß und die winzigste Inschrift passt gar auf ein Reiskorn. Bücher von unschätzbarem Wert werden hier aufbewahrt, das älteste stammt aus dem 8. Jahrhundert. Nur ein paar Straßen weiter befindet sich das **Münzmuseum**. 250 Münzen aus Gold, Silber oder Bronze werden hier aufbewahrt. Prachtstück aber ist der erste islamische Golddinar, eine der seltensten Münzen der Welt.

Mehr als beeindruckend ist die **Al-Fateh-Moschee**. 5.000 Menschen finden in ihrem Inneren und noch einmal 2.000 unter den Arkaden des Vorhofes Platz. Der Grundstein für diese große Moschee wurde 1983 gelegt, erst fünf Jahre später war sie fertig. Die gigantische Kuppel wird flankiert von 70 Meter hohen Minaretten. Der Kronleuchter unterhalb der Kuppel besteht aus 52 Lampen, 2900 Quadratmeter italienischer Marmor wurden verlegt; französisches Kristallglas, indisches Teakholz und schottische Teppiche zieren den 20 Millionen Dollar teuren Prachtbau. Als eine der wenigen Moscheen in der Golfregion öffnet die Al-Fatih Moschee vormittags auch Nichtmuslimen ihre Pforten. Die älteste Moschee des Landes steht westlich des Hauptstadtzentrums: Die **Al-Khamis-Moschee** wurde im 8. Jahrhundert erbaut und gilt als Beispiel früher islamischer Architektur.

### Sehenswürdigkeiten außerhalb

#### Muharraq

Das Städtchen **Muharraq**, per Damm mit Manama verbunden, hat sich seine Ursprünglichkeit bewahrt. Die Häuser in der Altstadt gehören zu den ältesten des Landes. Unter Denk-

malschutz steht das prachtvolle Haus des Perlenhändlers, **Bait as-Siyadi**, das als einzigartiges Beispiel für ein reich verziertes Handelshaus aus dem 19. Jahrhundert steht. Das **Bait Isa bin Ali** ist ein ehemaliges Herrscherhaus. Die Räume sind zwar weitgehend leer, doch können reiche Stuckverzierungen bewundert werden. Ebenso kann man sich hier von der Effektivität der genial konstruierten Windtürme überzeugen und sich als praktischen Beweis eine kühle Brise um die Nase wehen lassen. Das **Arad Fort** liegt strategisch günstig am Eingang der Muharraq-Bucht. Es wurde zur Zeit der Portugiesen Ende des 15. Jahrhunderts errichtet. In der **Muharraq Dhau-Werft** kann man den Bootsbauern über die Schulter schauen.

#### Heilige Quellen & geweihte Stätten

Eine Vielzahl von Süßwasserquellen speisen die üppigen Palmenhaine im Norden Bahraíns. Die **Heiligen Quellen** im einstigen Land der tausend Palmen sprudeln noch immer, so dass die kostbaren Wasser von Ain Adhari, Ain Quasari, Ain Abi Zaidan und Ain Umm As Sujur Granatäpfel, Zitronen, Orangen und Baumwollstauden wachsen lassen. Ober- und unterirdische Kanalsysteme sorgen für die Verteilung des Wassers. Es lohnt ein Spaziergang entlang der Kanäle und vorbei an den heiligen Quellen. Mitten in einem der Palmenhaine liegt das Örtchen **Karbabad**. Die Handwerker hier haben sich auf vielfältige Flechtarbeiten spezialisiert. Geschickt verarbeiten sie die Fasern der Dattelpalmen zu Körben, Matten oder Tischsets. Seit den 1950er Jahren ist **Qal'at Al Bahrain** eine der bedeutendsten Ausgrabungsstätten der Golfregion. Archäologenteams haben hier Tempel und Wohnanlagen freigelegt, die vermutlich aus dem 2. Jahrtausend v. Chr. stammen. Die Anlagen sind wichtige Zeugen aus der **Dilmun-Zeit**. Dilmun ist der sumerische Name für „paradiesisches Land“. Der britische Archäologe Geoffrey Bibby ist der Überzeugung, auf der Insel Bahrain das geheimnisvolle Dilmun entdeckt zu haben. Es ist in der sumerischen Mythologie ein sagenhafter Ort ewigen Lebens. Als südlichster Fund der Keilschrift gelten 20 Tontafeln, die 1995/96 gefunden wurden. Ganz in der Nähe wurden die **Tempel von Barbar** freigelegt. Sie geben Aufschluss über

religiöse Riten, Mythologie und den hohen Grad der Zivilisation des Dilmun. Sowohl der Barbar-Tempel als auch die **Tempelanlage** bei Diraz an der **heiligen Quelle Ain Umm As Sujur** waren vermutlich Enki, dem Gott des Süßwassers, gewidmet. Wichtigste Funde in den Barbar-Ruinen waren ein Bullenkopf und ein Vogel aus Bronze sowie Alabasterkrüge und Specksteinsiegel.

#### Saar & Al Jasrah

Gräber, wohin man sieht: Dies mag ein erster Eindruck sein, der sich Bahrain-Besuchern aufdrängt. Tatsächlich ist die Insel eine der größten prähistorischen Grabstätten der Welt. Tausende von Hügelgräbern erstrecken sich auf 30 km<sup>2</sup> entlang der Straßen, zwischen den Stadtvierteln oder in Form von Hügeln. Die Anzahl der Gräber wird auf 170.000 geschätzt. Neben der kleinen Ortschaft **Saar** liegt Bahraíns gewaltigster Friedhof. Die geschätzten 100.000 Gräber stammen vermutlich aus der Dilmun-Epoche. Gleich in der Nähe entdeckten Archäologen Ruinen eines uralten Dorfes und Tempelreste aus der Dilmun-Zeit. In **Al-Jasrah** befindet sich das staatliche Handwerkszentrum, in dem man gut Souvenirs kaufen kann. Außerdem kann man den Handwerkern bei ihrer Arbeit zuschauen. Einen Besuch lohnt auch das **Al-Jasra-Haus**. Hier kann sich der Besucher in authentisch eingerichteten Räumen ein Bild davon machen, wie früher ein schlichtes bahrainisches Zuhause aussah.

#### Al-A'ali

Als Königsgräber werden die in **Al-A'ali** entdeckten Totengruften bezeichnet. Ob hier jedoch tatsächlich Könige ihre letzte Ruhe fanden, ist fraglich. Beeindruckend ist aber die Größe der Grabstätten, die teilweise 40 Meter im Durchmesser und 24 Meter in der Höhe erreichten. **Al-A'ali** ist aber auch als **Töpfereizentrum** des Landes berühmt. In den Pottery Factories bekommt man Krüge und Töpfe aller Größen, aber auch Schalen, Becher und Räuchergefäße.

#### Spießböcke & „Formel 1“

Und noch ein bemerkenswerter Kontrast: Während seit 2004 der Formel-1-Zirkus südlich der Hauptstadt einmal im Jahr Station macht, besucht man im **Reservat Al Areen** seit

1976 mitten in der Wüste des Südens beinahe ausgestorbenen Tier- und Pflanzenarten Raum und Schutz zu geben. Dem arabischen Spießbock, der bahrainischen Rheemgazelle sowie einer Ibxart gilt hier die größte Aufmerksamkeit. Bei einer Fahrt durch das Reservat lernt man eine Menge über Flora und Fauna der Wüste sowie das Zusammenspiel von Mensch und Natur. Und wer schließlich noch ein Wunder der Natur sehen möchte, sollte sich auf den Weg weiter nach Osten machen. Einsam und allen Widrigkeiten trotzend steht hier in der Hitze der Wüste der so genannte **Baum des Lebens**, eine Riesen-Akazie, von der niemand weiß, woher sie eigentlich ihr Wasser bezieht; ein Symbol des Überlebenswillens der Bahraíner.

### Essen & Trinken

Jahrhunderte alte Handelsbeziehungen spiegeln sich auch in der bahrainischen Küche wieder, sie ist vielfältig und international. Landestypisch sind natürlich auch hier die Vorspeisen aus Gemüsestücken, die mit ungesäuertem Fladenbrot gegessen werden. Dips aus Joghurt oder Pasten aus Kichererbsen stehen ebenso auf dem Speiseplan wie mit Käse oder Gehacktem gefüllte Teigtaschen. Als Hauptgerichte sind Fisch- oder Fleischspieße, gegrillte Lammhackwürstchen, Reis mit Fleisch und Gewürzen oder mit Datteln sowie Huhn mit Reis beliebt. Kaum widerstehen kann der Araber den Süßspeisen wie etwa halwa tamar (Dattelkonfekt).

#### Restaurant-Empfehlungen

**Tarbouche**, im City Center, libanesische Spezialitäten

**Al-Abraaj**, in der Al-A'ali Mall und in der Seef Mall, italienische, iranische, arabische und kontinentale Küche

### Shopping

Aus dem Königreich Bahrain kann man viele landestypische Andenken mitbringen. Die Auswahl in den Souks ist riesig. Dazu gehören sicherlich Weihrauch und entsprechende Räuchergefäße sowie orientalische Gewürze, Datteln oder die typischen Schnabel-Kaffeekannen. Goldschmuck ist relativ preiswert, und natürlich sind Perlen ein beliebtes Mitbringsel. Wer mag kann sich aber auch einen

besonders schönen Duft aus dem Königreich mit nach Hause nehmen.

Allgemeine Öffnungszeiten der Geschäfte: Täglich außer Freitag von 08.00 - 13.00 Uhr und 16.00 - 18.00 Uhr sowie bis 20.00 Uhr in den Souks.

### Von A nach B

#### Taxis

In der Regel stehen an der Anlegestelle Taxis bereit. Der Fahrpreis wird per Taxameter errechnet.

#### Mietwagen

Voraussetzung für die Anmietung sind zwei Jahre Fahrpraxis sowie ein internationaler oder nationaler Führerschein.

Avis, Diplomatic Area im Sheraton Hotel und im Crowne Plaza  
Hertz im Sheikh Raschid Building  
Bahrain Car Hiring, Exhibition Road

#### Busse

Der zentrale Busbahnhof in Manama liegt an der King Faisal Road an der Küste. Budaiya, Isa Town, Riffa und Awali sind mit Manama verbunden.

### Allgemeine Informationen

#### Notfallnummern

Polizei und Ambulanz: Tel. 999

#### Touristen-Information

Die Touristen-Information ist die "Bab al-Bahrain Tourism Projects Company", Tel.: (973) 211 700. Sie befindet sich im Bab-al-Bahrain, dem Eingangstor zum Souk.

Öffnungszeiten: Samstag bis Donnerstag von 07.00 - 19.30 Uhr.

#### Postamt

Das Postamt liegt an der Al Khalifa Road gegenüber des Bab-al-Bahrain.  
Öffnungszeiten: Samstag bis Donnerstag von 07.00 - 19.30 Uhr.

#### Thema Geld

In Bahrain wird mit dem Dinar bezahlt, er ist in 1000 fils unterteilt. Banken befinden sich hauptsächlich entlang der Geschäftsstraßen wie etwa der Exhibition Road oder der Palace Avenue sowie am Central Market. Geldautomaten sind in den großen Shoppingmalls aufgestellt.  
Öffnungszeiten der Banken: Samstag bis Mittwoch von 08.00 - 12.00 Uhr, Donnerstag von 08.00 - 11.00 Uhr.

#### Auslandsgespräche

Öffentliche Telefonzellen funktionieren mit Telefonkarten, die es in Supermärkten oder an Hotelrezeptionen gibt. Die Vorwahl für Deutschland ist 0049, anschließend wird die Ortsnetzvorwahl ohne 0 gewählt und dann die Teilnehmernummer.

#### Baden & Strände

Die größten öffentlichen Strände befinden sich an der Westküste, der bekannteste ist der Subh Beach nördlich von Budaiya. Den schönsten Strand, den Zallaq Beach, findet man etwa in der Mitte der Westküste. Allerdings sind diese Strände nicht groß erschlossen. Einen Hotelstrand mit allen Annehmlichkeiten findet man zum Beispiel im Le Royal Meridien an der Nordküste. Die Strände erreicht man am günstigsten per Taxi.

### Historischer Rückblick

Schon in der Steinzeit, also etwa 5000 Jahre vor unserer Zeitrechnung, war Bahrain besiedelt. Offenbar fühlten sich Jäger und Sammler von den Süßwasserquellen angezogen. Fischerei und Jagd bestimmten das Leben. Zum Ende der Steinzeit begannen die Menschen Rosenholzschnitzschiffe zu bauen. Der Grundstein für den Handel war gelegt, der das Königreich über viele Jahrhunderte prägen sollte. Frühe Handelsbeziehungen zu Mesopotamien und eine organisierte Gesellschaft lassen sich nachweisen. Seine größte Blütezeit erlebte der Inselstaat unter dem Namen Dilmun (rund 3200 bis 1600 v. Chr.). Eine der ältesten Hochkulturen der Menschheit entwickelte sich in dieser Zeit. Die günstige Lage inmitten der Handelswege der Sumerer und Babylonier nach Indien machten die Inseln zum idealen Umschlagplatz, Perlentaucherei und Handel ließen Bahrain zum wohlhabenden Handelszentrum aufsteigen. Tausende von Grabstätten, in denen man Töpfe und Krüge aus Mesopotamien und Indus sowie Waffen aus Magan (Oman) gefunden hat, zeugen von dieser Blütezeit. 1600 Jahre vor unserer Zeitrechnung begann eine wechselvolle Zeit für den Archipel. Zunächst übernahmen die Kassiten, eine Dynastie mit Sitz in Babylon, die Macht, die 450 Jahre lang andauern sollte. Zu Beginn des 7. Jahrhunderts v. Chr. wurde Dilmun

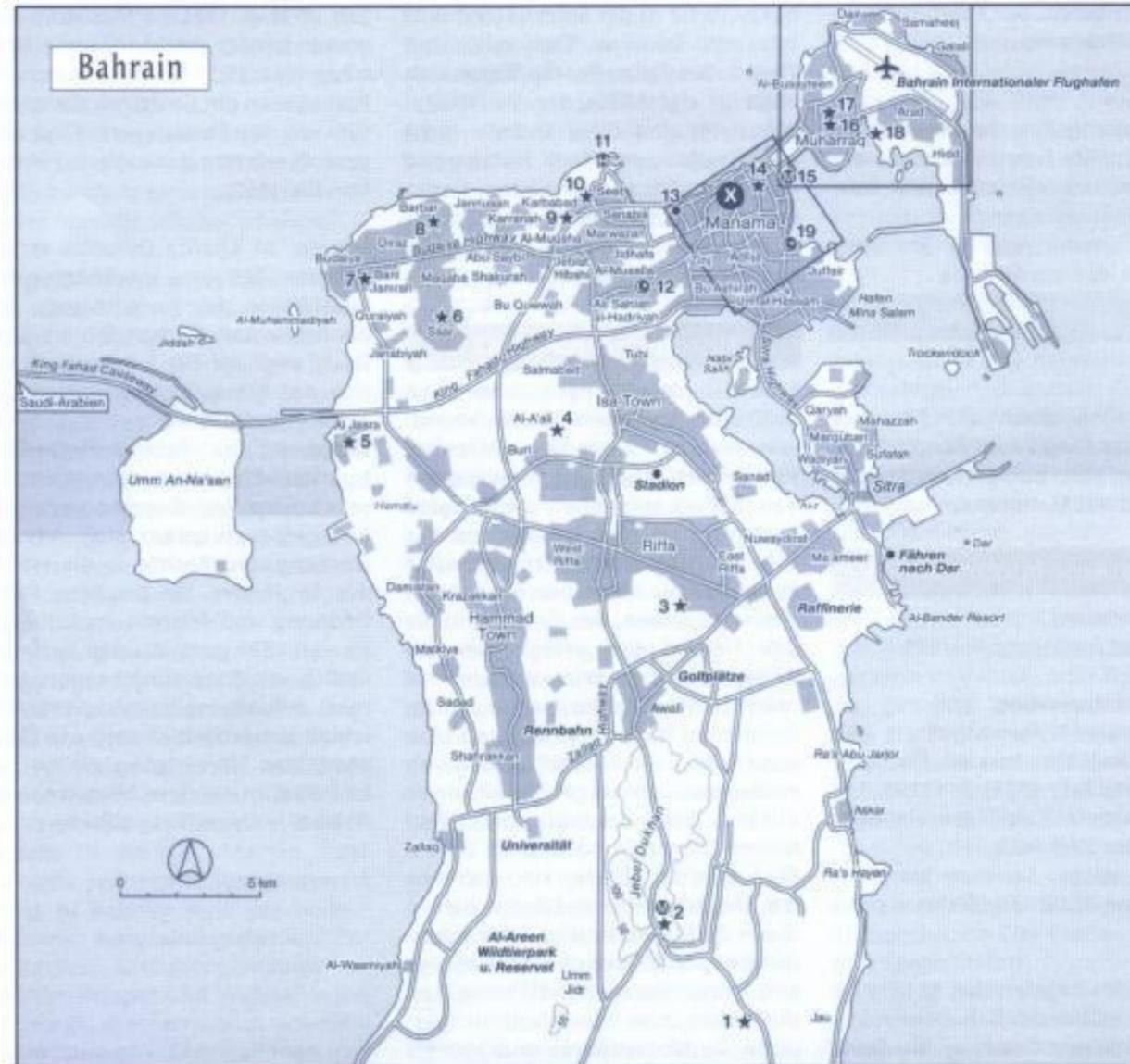
zur Provinz des Neubabylonischen Reiches, 539 übernahmen die Perser die Macht, um sie 331 v. Chr. an Alexander den Großen wieder zu verlieren. Dilmun wurde unter den Griechen zu Tylos und gehörte bis 140 v. Chr. zum neugriechischen Reich. Der Handel blühte wieder auf. Im Jahre 628 hielt der Islam Einzug und die Inseln unterlagen den Gouverneuren der Khalifen. Araber, Perser, Omanis und die Osmanen rissen in der Folgezeit im Inselstaat die Macht an sich, immer wieder wechselten die Herrscher. Von 1521 bis 1602 gaben die Portugiesen ein Gastspiel, die wiederum von den Persern vertrieben wurden. Die letzte portugiesische Bastion fiel 1650.

Mit der Al Khalifa Dynastie errang Bahrain 1783 seine Unabhängigkeit, eine Phase des Aufschwungs und kontrollierten Seehandels begann. Doch auch im 19. Jahrhundert sah sich das Königreich Angriffen von außen, insbesondere der Omanis, ausgesetzt. Beziehungen zu Großbritannien von 1816 an boten den Inseln Schutz. Mit diversen Verträgen übergab man immer mehr Verantwortung und Rechte in die Hände der Engländer. Sie brachten Ruhe, Ordnung und Frieden ins Land, bis sie sich 1971 ganz aus den Gebieten östlich von Suez zurückzogen. Bahrain erhielt seine Souveränität, schloß sich jedoch ebenso wie Qatar nicht den Vereinigten Arabischen Emiraten an, sondern blieb unter der Al-Khalifa-Dynastie unabhängig.

#### Hinweis:

*Die Angaben in diesem Hafenerführer wurden sorgfältig zusammengetragen und geprüft. Aber die Zeit kann Veränderungen bringen. Sollte eine Aktualisierung notwendig sein oder möchtet ihr uns eigene Informationen zukommen lassen, dann schreibt bitte an:*

AIDA Cruises  
Tours & Activities  
Am Strande 3d  
18055 Rostock



### Legende

- |                          |                                |                        |
|--------------------------|--------------------------------|------------------------|
| X Hauptstadt Manama      | 8 Tempel von Barbar            | 16 Bait as-Siyadi-Haus |
| 1 Baum des Lebens        | 9 Bahrain Fort                 | 17 Bait Isa bin Ali    |
| 2 Ölmuseum               | 10 Karbabad (Korbflechterdorf) | 18 Arad Fort           |
| 3 Riffa Fort             | 11 Hotel Le Royal Meridien     | 19 Al-Fateh-Moschee    |
| 4 Al-A'ali (Töpferdorf)  | 12 Al-Khamis-Moschee           |                        |
| 5 Al-Jasra-Haus          | 13 Perlen-Monument             |                        |
| 6 Saar (Ruinenstätte)    | 14 Haus des Koran              |                        |
| 7 Bani Jamra (Weberdorf) | 15 Nationalmuseum              |                        |

Hier können Sie Ihr eigenes **Foto-Album** *Pack&Go* erstellen:

[packandgo.web.de](http://packandgo.web.de)

