

# Inhalt

**Willkommen auf dem Mekong!**  
Der Fluss, die Nagas – die Macht und der Tod

**An den Ufern des Mekong**  
Land und Leute – Erde und Wasser

## **Langsam durch Laos**

Mit dem Hausboot bis Vientiane

**1** Zur Abfahrt ein Gebet  
Anker hoch für die »Mekong Sun«

**2** Kontakt zu den Ahnen und zum Orbit  
Hausbesuche an den Ufern des Mekong

**3** In der Ruhe liegt die Kraft  
Die Königsstadt Luang Prabang

**4** Stärkung für den Glauben und die Sinne  
Tak Bat – Almosengang der Mönche

**5** Die dünne Haut der Dickhäuter  
Im Elefantenhospiz von Xiem Lom

**6** Paddeln für Buddha und die Nagas  
Bootsrennen in Luang Prabang

**7** Der schnelle Sieg der Langsamkeit  
Auf der »Mekong Sun« bis Vientiane

**8** Zentrum an der Biegung des Flusses  
Die Hauptstadt Vientiane

**Mekong hautnah**  
Von Vientiane bis zur Grenze Kambodschas

**9** Helm auf und beten  
Mit dem Speedboot bis Pakse

**10** In Buddhas Händen  
Familienanschluss in Pakse

**11** Über das Hochland auf die Insel  
Dong Daeng, Wat Phou und der vergessene Tempel

**12** Seiltanz für eine Handvoll Krabben  
An der Grenze zwischen Laos und Kambodscha

**Der Fluss ist das Ziel**  
Ökoabenteuer in Kambodscha

**13** Grenzenlos glücklich in Kambodscha  
Auf dem Mekong im Land der Khmer

**14** Leben am seidenen Faden  
Stung Treng – bei den Seidenspinnerinnen  
im Frauenzentrum

**15** Ein Mal leben wie ein Mönch  
Meditation und Einkehr in der  
Einhundert-Säulen-Pagode

**16** Kommen sie, oder kommen sie nicht?  
Kampi – Warten auf die Flussdelfine

**17** Wilder Mekong – beruhigender Fluss  
Von Kratie bis Phnom Penh

### Alte Hauptstadt im neuen Glanz

Phnom Penh 114

**18** Klassiker mit Charme und Geschichte  
Frühstück bei »Raffles« 116

**19** Immer dem Rüssel nach  
Stadtbummel mit Elefant 120

**20** Die Schule des Grauens  
S-21 – Toul Sleng 126

**21** Killing Fields  
Hier wuchs nur der Tod 128

**22** Die himmlischen Tänzerinnen  
Apsaras und die Kunst der Bewegung 130

### Gegen den Strom auf den Spuren der Khmer

Siem Reap und Angkor 134

**23** Auf dem Fluss, der rückwärts fließt  
Auf der »Toum Tiou« nach Siem Reap 136

**24** Tor zur Vergangenheit  
Siem Reap 140

**25** Zwischen Golfplatz und Pagode  
Hotel Heritage – das versteckte Paradies 144

**26** Sanftes Lächeln aus alten Steinen  
Die Tempel von Angkor 148

### Zwischen Krokodilen und Vögeln

Auf dem Tonle Sap bis Prek Toal 158

**27** Mit starkem Druck vom Mekong  
Der See Tonle Sap – Überlauf für den wilden Strom 160

**28** Buddhas Apotheker  
Mit dem Geistheiler auf Kräutertour 166

**29** Alles am Fluss  
Die Wasserwelt der Stelzendörfer 170

### Über den See und durch die Felder

Landgang in Battambang 176

**30** Ein Irrgarten aus Wasserlilien  
Eisenbahn aus Bambus – Abschied von Kambodscha 178

**31** 80 Tage auf dem Mekong  
Ein letztes Schiff nach Vietnam 184

Reisetipps für den Mekong 186

Register 190  
Impressum 192

1 Flusskreuzfahrtschiff »Mekong Sun«. 2 Blumen für die Gäste, Luang Prabang. 3 Der Bayon, Angkor. 4 Fitness für die Sinne, Luang Prabang. 5 Almosen für Buddha, Battambang. 6 »Kuh-Wash« bei Kratie. 7 Him-  
melszelt, Hotel Four Seasons, Goldenes Dreieck. 8 »Wasser marsch!«  
in Stung Treng. 9 Himmlische Tänzerinnen, Phnom Penh. 10 Frischer  
Mekongfisch, Luang Prabang. 11 Fischfang mit der Zwillie, Tonle Sap.