

# Inhaltsverzeichnis

Vorwort .....	9
Ist eine Reise nach Tibet überhaupt empfehlenswert? .....	10
Wo nimmt China das Recht her, Tibet zu besitzen? .....	16
Wer von Peking her einreist, spürt bald einmal an Leib und Seele, dass Tibet ein geteiltes Land ist .....	27
Wenn wir ohne unser eigenes Land im Rücken nach Tibet reisen .....	45
Die seriöse Vorbereitung auf Tibet .....	52
Dem Himalaja entgegen .....	59
Am Mt. Everest vorbei nach Lhasa .....	74
Erste Schritte in Lhasa .....	82
Über dem Grosskloster Sera kreisen Geier .....	91
Das Yarlungtal zieht uns in seinen Bann .....	98
Der Karo La (5.048 m) .....	106
In Gyantse gehen wir Hunderte von Jahren zurück .....	113
Höchst privat zu Besuch .....	121
Shigatse, das Tor zu Tibets Westen .....	127
Tibets legendärem Westen entgegen .....	135
Mit Pilgern am grössten Süsswassersee Tibets .....	143
Am Berg Kailash wohnen Menschen und Tiere bei den Göttern .....	150
Bei den Geysiren von Tirthapuri hat die Unterwelt das Sagen .....	156
Abschied und Abstieg vom Dach der Welt .....	162
Kein Schneeleopard gibt seine Flecken her .....	172