

Annäherung an die Philippinen	8
Tip Highlights einer Philippinen-Reise	10
Landeskunde im Schnelldurchgang	
Die Philippinen	12
Geboren aus Feuer und Wasser	
Geographie und Klima	14
Thema Gewalten der Natur	
Vulkane, Erdbeben, Taifune	15
Die philippinische Pflanzen- und Tierwelt	18
Thema Die Kokospalme	
Der Baum des Lebens	19
Geschichte	22
Thema José Rizal	
Der philippinische Nationalheld	29
Thema Endlich Frieden?	
Der Mindanao-Konflikt	38
Daten zur Geschichte	40
Lange Schatten der Vergangenheit	
Politik	43
Thema Kinder ohne Hoffnung	
Armut auf den Philippinen	44
Kleiner Tiger auf dem Sprung	
Wirtschaft	47
Schmelztiegel der Völker	
Bevölkerung	50
Thema Frauen auf den Philippinen	
Zwischen Tradition und Emanzipation	54
Ethnische Minderheiten	56
Thema Die Tasaday	
Mummenschanz im Regenwald?	64

Jesus Christ Superstar	
Religionen auf den Philippinen	67
Thema	Von Geistern und Wundern
	Aberglaube auf den Philippinen 70
Die Philippinen kulturell	74
Thema	Hahnenkampf
	Die große Leidenschaft der Filipinos 78
Die Philippinen kulinarisch	82
Thema	Durian
	Delikate oder penetrante Frucht? 84

Reisen auf den Philippinen

Luzon Schmelztiegel der Nation

Metro Manila	
Zwischen Megastaus und Marienbildern	91
Thema	Wer anhält, verliert
	Jeepneys in Manila 96
Tip	Das Manila Hotel
	Die Grande Dame der Luxushotels 101
Thema	Das Beverly Hills der Toten
	Der chinesische Friedhof von Manila 108
Tip	Der Kellner naht mit kleinen Schritten
	Das Hobbit House 113
Rundfahrt durch Zentral-Luzon	117
Thema	Klassische Klänge aus Bambushalmen
	Die Bambusorgel von Las Piñas 118
Tip	Ausflug nach Puerto Galera
	auf Mindoro 122
In den Nordwesten von Luzon	128

Thema	Philippinische Weihnachtslaternen Das Laternenfest von San Fernando	130
--------------	--	-----

Durch das zentrale Hochland von Nord-Luzon 141

Thema	Die Bontok Menschen in den Bergen	146
--------------	--------------------------------------	-----

Thema	Treppen zum Himmel Die Reisterrassen des Hochlands	154
--------------	---	-----

In den Süden von Luzon 156

Thema	Moriones Festival Römer im Fernen Osten	158
--------------	--	-----

Die Visayas Inseln im Herzen des Archipels

Cebu Die Wiege des spanischen Kolonialreiches 170

Bohol Gottes kleines Paradies 178

Negros Die Zuckerinsel 184

Thema	Dampflokomotiven auf Negros Die Eiserne Lady aus dem Zuckerland	190
--------------	--	-----

Panay Die Reisinsel 194

Thema	Datus, Trommeln und das Jesuskind Das Ati-Atihan Festival	200
--------------	--	-----

Mindanao Der wilde Süden

Der Norden von Mindanao 204

Der Süden von Mindanao 215

Tip Die Besteigung des Mount Apo 218

Der Westen von Mindanao 222

Palawan **Die Dschungelinsel**

Puerto Princesa und Umgebung 234

Im Norden von Palawan 239

Tip Eine Delikatesse aus Vogelnestern 244

Im Süden von Palawan 245

Serviceteil

Adressen und Tips von Ort zu Ort 250

Reiseinformationen von A bis Z 298

Abbildungsnachweis 329

Register 330