

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