

Inhalt

Prolog	9
1 Götterdämmerung im Himalaya	37
<i>Meru – Achse des Universums ■ Kailash – Erlösungsberg der Jainas ■ Tise – Seelenberg der Bön ■ Berg, an dem das Rad der Wiedergeburt anhält</i>	
2 Zur Quelle des Brahmaputra	69
<i>Der lange Weg von Lhasa ■ Am Tak Tsangpo ■ Der Swami und der Gentleman-Traveller ■ Temchok Khambab – Fluß aus dem Pferdemaul</i>	
3 Karnali – Fluß aus dem Pferdemaul	129
<i>Entlang der alten Salzstraße ■ Transhimalaya ■ Durch das Limi-Tal ■ Mapchen Khambab – die Quelle des Karnali</i>	
4 Die Wunder der Sutley-Canyons	191
<i>Guge – Land der Höhlen ■ Oasen des Geistes ■ Langchen Khambab – Zur Quelle des Sutley</i>	
5 Zur Quelle des Indus	241
<i>Fluß aus dem Löwenmaul</i>	
6 Wasser ist Leben	257
<i>See aus göttlichem Atem ■ Lanka Tso – See des Raksha-Dämons</i>	
7 Kailash – Das große Mandala der Natur	299
<i>Saga Dawa – Fest der Erleuchtung Buddhas ■ Durch das Tal des Götterflusses ■ Pfad der Erlösung ■ Auf Milarepas Spuren</i>	
8 Der kristallene Spiegel	353
Karte: Die Routen zu den Quellen	124
Karte: Pilgerwege um den Kailash und Manasarovar-See ..	301
Danksagung	372
Weiterführende Literatur	373