

Inhalt

Vorwort	9
Land und Leute	13
Die heilige Stadt Lhasa	19
Geschichte und Religion	37
Ein Wanderritt zum Qomolangma	55
Abenteuer am Goldsandfluss	65
Der weite Weg zum Kailas	83
Zwischen Samye und Ganden	104
Der junge Karmapa	131
Drigung Mandala	144
Eine Pilgerfahrt zum Orakelsee	155
Ein Abschied von Tibet	184