

# Inhalt

VORWORT: PARADIES GESUCHT	SEITE 12
WEGE NACH SHANGRI-LA	SEITE 20
KAPITEL 1: DER TEE CHINAS	SEITE 30
KAPITEL 2: BERGE UND KLÖSTER	SEITE 58
KAPITEL 3: KULTURELLES KERNLAND	SEITE 94
KAPITEL 4: WÜRMER UND NOMADEN	SEITE 154
KAPITEL 5: UNTERWEGS NACH LHASA UND DEM DACH DER WELT	SEITE 206
KAPITEL 6: DAS SCHWER FASSBARE SHANGRI-LA	SEITE 246
BIOGRAFIEN, BIBLIOGRAFIE UND DANKSAGUNGEN	SEITE 270