

Inhalt

11	Vorwort von Jan Andersson
12	Der mittlere Weg
14	Ein Mönch, der mit den Menschen lacht
18	Tibetische Meilensteine
20	Flucht über den Himalaya
24	Weites Land zwischen Himmel und Erde
46	Pilger, Mönche und Nomaden
66	Dörfer, Städte, Klosterburgen
88	Kailash – der heilige Berg
108	Tsaparang – Tibets geheimnisvolle Ruine
120	Der vergessene Völkermord
134	Der Dalai Lama – wer ist dieser Mann?
138	Das Lachen der Tibeter
140	Tibetkarte
142	Verwendete und empfohlene Literatur
142	Die Arbeit der ICT
143	Bitte helfen Sie Tibet
144	Impressum