

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