

## **Inhalt**

<b>1. Peking</b>	<b>5</b>
<b>2. Zur Großen Mauer und zurück nach Peking</b>	<b>17</b>
<b>3. Xian</b>	<b>20</b>
<b>4. Xining</b>	<b>27</b>
<b>5. Fahrt nach Lhasa</b>	<b>31</b>
<b>6. Lhasa</b>	<b>37</b>
<b>7. Die Klöster um Lhasa und tibetanische Gebräuche</b>	<b>44</b>
<b>8. Der Markt in Lhasa und das Jokhang Kloster</b>	<b>54</b>
<b>9. Dem Himmel entgegen zum heiligen Yamdrok-See</b>	<b>61</b>
<b>10. Shigatse und der Weg zum „Dach der Welt“</b>	<b>67</b>
<b>11. Das Tal des Todes</b>	<b>78</b>
<b>12. Everest – wir kommen!</b>	<b>86</b>
<b>13. Kathmandu</b>	<b>91</b>
<b>14. Der Flug entlang des Himalaya</b>	<b>101</b>
<b>15. Rückblick auf drei Kulturen</b>	<b>106</b>