



# Inhalt

<b>Vorwort .....</b>	<b>4</b>
<b>Einführung .....</b>	<b>10</b>
<b>Geographie und Bevölkerung .....</b>	<b>14</b>
<i>Bhutan auf einen Blick .....</i>	15
Klima und Wetter .....	22
Flora und Fauna .....	23
Nationalparks und Naturschutzgebiete .....	23
<b>Geschichte .....</b>	<b>27</b>
Zeittafel .....	34
<b>Die Monarchie und ihre nationalen Institutionen .....</b>	<b>38</b>
<i>Die nationalen Symbole Bhutans .....</i>	39
<i>Klostergemeinschaften und religiöse Würdenträger .....</i>	42
<i>Sitten und Gebräuche .....</i>	46
<b>Die Wirtschaft .....</b>	<b>49</b>
<i>Müller, Meier, Schmidt... – Die Namen in Bhutan .....</i>	54
<i>Anredeformen .....</i>	55
<b>Die Kunst .....</b>	<b>56</b>
<i>Chorten und Mandalas .....</i>	63
<i>Die Zeremonialschals und ihre Bedeutung .....</i>	71
<b>Die Religion .....</b>	<b>74</b>
<b>Feste, Tanz und Musik .....</b>	<b>82</b>
<i>Die religiösen Bildserien .....</i>	90
<i>Vom bhutanesischen Lebenslauf .....</i>	96

# Reiseteil

<b>Westbhutan .....</b>	<b>100</b>
Das Paro-Tal .....	100
Kyichu-Lhakhang – Taktsang-Lhakhang – Satsam-Chorten-Kloster – Drukyl-Dzong – Dungtse-Lhakhang – Nationalmuseum – Paro-Dzong – Dorf Paro – Tachogang-Lhakhang – Chuzom – Von Paro nach Thimphu	
<i>Bhutanesische Medizin .....</i>	<i>111</i>
Thimphu .....	120
Das Zentrum von Thimphu – Erinnerungs-Chorten – Changlimithang und der Wochenmarkt – Auf dem Weg zum Dzong – Der Dzong von Thimphu – Das Tal nördlich des Dzong – Ein Spaziergang durch Thimphu – Motithang – Changangkha – Simtokha-Dzong	
<i>Reiseeindrücke in Bhutan 1783 .....</i>	<i>130</i>
<i>Die Nationalsprache Dzongkha .....</i>	<i>141</i>
Tagesausflüge rund um Thimphu .....	142
Tala-Kloster – Phajoding-Kloster und Seengebiet – Thadra-Kloster – Trashigang-Kloster – Auf der alten Straße von Thimphu nach Punakha	
<i>Eine Audienz beim Desi .....</i>	<i>145</i>
Der Süden – Von Chuzom nach Phuentsholing .....	147
Von Thimphu nach Punakha und Wangdue Phodrang .....	151
<i>Der Thondrol von Punakha .....</i>	<i>154</i>
Die Straße nach Zentralbhutan .....	159
Über die Schwarzen Berge – Von Wangdue Phodrang nach Trongsa – Das Ganey-Kloster – Der Pele La – Chendebji-Chorten	
<b>Zentralbhutan .....</b>	<b>166</b>
Die Umgebung von Trongsa .....	166
<i>Papierherstellung und Buchkunst .....</i>	<i>168</i>
Der Zhemgang-Distrikt (Khyeng) .....	170
Die Täler von Bumthang .....	172
Das Chumey-Tal .....	174
Tharpaling, Choedrak und Samtenling – Domkhar – Zugney – Pra (Prakhar)	
Das Choekhor-Tal .....	178
Ein Spaziergang im Tal – Tamshing-Lhakhang – Kurjey- Lhakhang – Thangbi-Lhakhang – Jampa-Lhakhang – Chakhar – Wangduchoeling-Palast – Jakar-Dzong – Jakar-Lhakhang – Lhodrakarchu-Kloster	
Das Tang-Tal .....	194
Mebartsho – Kungzandra-Kloster – Ugyenchoeling-Palast – Thowadra-Kloster	
Das Ura-Tal .....	198
<i>Volksdroge Doma .....</i>	<i>199</i>

<b>Ostbhutan .....</b>	<b>202</b>
Von Ura nach Mongar .....	202
Von Mongar nach Lhuntse .....	204
Von Mongar nach Trashigang .....	206
Trashigang .....	207
Der Trashigang-Dzong – Gom Kora	
Trashiyangtse .....	210
Der Kora-Chorten – Neuer Dzong und Kunstschule	
<i>Nationalsport Bogenschießen und andere Sportarten .....</i>	213
Der Süden – Von Trashigang nach Samdrup Jongkhar .....	216

## Anhang

<b>Reiseinformationen von A-Z .....</b>	<b>220</b>
<b>Kleiner Sprachführer .....</b>	<b>248</b>
<b>Glossar und Literaturtips .....</b>	<b>250</b>
Historische Persönlichkeiten und Heilige .....	250
Buddhistische Gottheiten in Bhutan .....	255
Dzongkha- und Sanskritbegriffe .....	256
Kulinarisches Glossar .....	262
Weiterführende Literatur .....	264
<b>Orts-, Personen- und Sachregister .....</b>	<b>268</b>