

Contents - Chapters

Prologue.....	page 18
Jiri to Shivalaya	page 21
Shivalaya to Kinja.....	page 34
Kinja to Junbesi	page 48
Junbesi to Ringmu.....	page 60
Ringmu to Kharikola.....	page 76
Kharikola to Lukla	page 94
Lukla to Namche Bazar.....	page 105
Namche Bazar	page 132
Roundtrip to Thame.....	page 148
Khumjung Views	page 160
Namche Bazar to Tengboche.....	page 170
Tengboche to Dingboche.....	page 184
Around Dingboche.....	page 202
Side trip to Chhukhung	page 214
Dingboche to Dughla	page 224
Dughla to Lobuche.....	page 240
Lobuche to Gorak Shep.....	page 254
Gorak Shep to Kala Pattar.....	page 260
Gorak Shep to Everest Basecamp	page 276
Epilogue.....	page 294
Appendix	page 298

Contents - Poems

Sargamatha	page 19
River.....	page 27
Hero of the Hills.....	page 41
Rain.....	page 52
Much like.....	page 69
Ringmu Mapboard	page 73
Fate.....	page 81
Jhubing Bridge	page 87
God's Plough.....	page 127
Namche Bazar.....	page 134
Wind and Mist.....	page 163
First Mountains, Mother Mountains	page 173
Way to Everest.....	page 181
The Buddhist Flag flutters	page 191
Orange Falls	page 201
Eyes of Andreas' Chorten	page 207
Sherpa Women.....	page 231
Kala Pattar	page 262
Summit.....	page 270
Gauri Shankar	page 287
Eternal Snow	page 295

Inhalt - Kapitel

Prolog.....	Seite 18
Von Jiri nach Shivalya	Seite 21
Von Shivalaya nach Kinja	Seite 34
Von Kinja nach Junbesi	Seite 48
Von Junbesi nach Ringmu.....	Seite 60
Von Ringmu nach Kharikola.....	Seite 76
Von Kharikola nach Lukla	Seite 94
Von Lukla nach Namche Bazar.....	Seite 105
Namche Bazar.....	Seite 132
Ausflug nach Thame	Seite 148
Khumjung Eindrücke	Seite 160
Von Namche Bazar nach Tengboche	Seite 170
Von Tengboche nach Dingboche.....	Seite 184
In der Umgebung von Dingboche	Seite 202
Ausflug nach Chhukhung.....	Seite 214
Von Dingboche nach Dughla	Seite 224
Von Dughla nach Lobuche.....	Seite 240
Von Lobuche nach Gorak Shep.....	Seite 254
Von Gorak Shep auf die Kala Pattar.....	Seite 260
Von Gorak Shep zum Everest Basecamp.....	Seite 276
Epilog.....	Seite 297
Appendix	Seite 298

Inhalt - Gedichte

Sagarmatha	Seite 19
Fluss	Seite 28
Held der Berge	Seite 41
Regen	Seite 55
Ganz wie.....	Seite 69
Ringmus Infotafel.....	Seite 74
Schicksal	Seite 81
Brücke von Jhubing.....	Seite 88
Gottes Pflug	Seite 127
Namche Bazar.....	Seite 142
Wind und Nebel	Seite 163
Erste Berge, Mutterberge	Seite 173
Der Weg zum Everest.....	Seite 181
Die wehende Buddhistenfahne	Seite 191
Orangen-Fälle.....	Seite 201
Die Augen von Andreas' Chörten	Seite 208
Sherpafrau	Seite 231
Kala Pattar	Seite 262
Gipfel	Seite 271
Gauri Shankar	Seite 287
Ewiger Schnee	Seite 296