

JX a a h

*Tibets  
heiliger  
Berg*

Mit 197 farbigen  
Abbildungen  
und 3 Karten

MALIK

# Inhalt

Prolog . . . . .	9
1 Götterdämmerung im Himalaya . . . . .	37
<i>Meru - Achse des Universums • Kailash - Erlösungsberg der Jainas • Tise - Seelenberg der Bön • Berg, an dem das Rad der Wiedergeburt anhält</i>	
2 Zur Quelle des Brahmaputra . . . . .	69
<i>Der lange Weg von Lhasa • Am Tak Tsangpo » Der Swami und der Gentleman-Traveller • Temchok Khambab - Fluß aus dem Pferdemaul</i>	
3 Karnali - Fluß aus dem Pferdemaul . . . . .	129
<i>Entlang der alten Salzstraße • Transhimalaya • Durch das Limi-Tal • Mapchen Khambab - die Quelle des Karnali</i>	
4 Die Wunder der Sutley-Canyons . . . . .	191
<i>Guge - Land der Höhlen • Oasen des Geistes * Langehen Khambab - Zur Quelle des Sutley</i>	
5 Zur Quelle des Indus . . . . .	241
<i>Fluß aus dem Löwenmaul</i>	
16 Wasser ist Leben. . . . .	257
<i>16 See aus göttlichem Atem » Lanka Tso - See des Raksha-Dämons</i>	
Kailash - Das große Mandala der Natur. . . . .	299
<i>Dawa - Fest der Erleuchtung Buddhas • Durch das Tal des Busses • Paß der Erlösung • AufMilarepas Spuren</i>	
Der kristallene Spiegel. . . . .	353
te: Die Routen zu den Quellen. . . . .	124
;; Pilgerwege um den Kailash und Manasarovar-See . .	301
igung . . . . .	372
iterführende Literatur. . . . .	373