

# INHALT

Mit Dankbarkeit und Wehmut 7

## AUF DEM DACH DER WELT

Wunder der Natur 14

Das Dorf der Glückseligkeit 22

Zeit im Überfluss 25

Astrologie 28

Feste 32

Essen und Trinken 46

## OM MANI PADME HUM

Der Glaube 64

Die Mönche 78

Körper und Seele 88

## LEBEN IN LHASA

Feudale Ordnung 100

Das 20. Jahrhundert 114

Der Palast des Gottkönigs 121

Städtische Impressionen 135

Wohnen und Arbeiten 148

Tibetische Trachten 172

Frau und Familie 183

In Erinnerung 199

Ausblick 204