

8 Klöster im Himalaja

32 Ladakh · Lamayuru

40 Ladakh · Alchi Choskhor

66 Ladakh · Mangyu und Sumda Chung

74 Ladakh · Likir Gompa

84 Ladakh · Tiksey Gustor

102 Ladakh · Die Orakel von Mattoo

108 Zanskar

114 Zanskar · Karsha, Bardan und Phugtal

128 Spiti · Tabo Gompa

148 Mustang

152 Mustang · Lomanthang

174 Mustang · Höhlentempel von Lori

194 Tibet · Lhasa und Umgebung

206 Tibet · Gyantse und Shigatse

218 Tibet · Der Westen

230 Tibet · Tholing

238 Bhutan

248 Biografien