

# Inhalt

## Einführung 9

## Aus dem Leben des Buddha 12

- Kapilavastu – die Heimat 14
- Lumbini – die Geburt 16
- Bodh Gaya – die Erleuchtung 18
- Sarnath – die erste Predigt 20
- Rajagriha – Predigten auf dem Geiergipfel 22
- Shravasti – Jetavana-Kloster 24
- Vaishali – erstes Frauenkloster 26
- Kushinagara – Eingang ins Paranirvana 28

## Die Länder des Theravada 30

### *Indien/Pakistan*

- Rajagriha – Konzil in den Saptaparni-Höhlen 32
- Nalanda – buddhistische Universität 34
- Taxila – Universität und Kunstzentrum 36
- Sanchi – der Große Stupa 38
- Ajanta und Ellora – Höhlenklöster 40

### *Sri Lanka*

- Mihintale – der Mönch und der König 42
- Anuradhapura – der Bodhi-Baum 44
- Polonnaruwa – Gal Vihara 46
- Kandy – der Zahn des Buddha 48
- Kelaniya – der Sitz des Buddha 50

### *Myanmar*

- Yangoon – Sule-Pagode 52
- Yangoon – Shwedagon-Pagode 54
- Bagu und Kyaiktiyo – der Goldene Fels 56
- Bagan – 2500 Tempel und Pagoden 58
- Mandalay – das Steinerne Buch 60
- Shan-Plateau – Pindaya-Höhlen 62
- Mrauk U – das letzte Reich von Rakhine 64

### *Thailand*

- Lamphun – Wat Haripunchai 66
- Chiang Mai – Wat Doi Suthep 68
- Sukothai – das Goldene Zeitalter 70
- Phitsanulok – Wat Phra Si Ratana Mahathat 72
- Kamphaeng Phet – Waldtempel 74

Ayutthaya – Wat Yai Chai Mongkol 76  
Bangkok – Wat Phra Keo 78

### *Laos*

Pak Ou – die Buddha-Höhlen 80  
Luang Prabang – die Tempelstadt 82  
Vientiane – Vat That Luang und Vat Ho Phra Keo 84  
Pakse – Vat Phou 86

### *Kambodscha*

Udong – Pagoden auf dem Berg 88  
Kompong Cham – Wat Nokor 90  
Tonle Bati – Wat Ta Prohm 92  
Phnom Penh – Wat Phnom Don Penh 94

## Die Länder des Mahayana 96

### *(Alt-)Kambodscha*

Angkor – der Bayon-Tempel 98

### *Indonesien*

Borobudur – der Meditationsberg 100

### *Vietnam*

Hanoi – Thai-Pagode und Tai-Phuong-Pagode 102  
Hue – Chua Thien Mu 104  
Danang – die Marmorberge 106  
Saigon – Giac-Lam-Pagode 108

### *China*

Seidenstraße – die Höhlen von Bezeklik 110  
Dunhuang – Mogao-Grotten 112  
Lanzhou – die Buddhas von Bing-Ling-Si 114  
Luoyang – Bai-Ma-Si und Shao-Lin-Si 116  
Luoyang – Longmen-Grotten 118  
Xian – Große Wildgans-Pagode 120  
Datong – Yungang-Grotten 122  
Hengshan – Hängendes Kloster 124  
Yingxian – Holzpagode 126  
Beijing – die Tempel im Westen 128  
Shanghai – Jadebuddha-Tempel 130  
Guangzhou – Tempel der Sechs Banyan-Bäume 132  
Hainan – Südberg-Tempel 134

### *(Süd-)Korea*

Sokcho – Naksansa 136  
Seoraksan – Singheungsa: der Große Buddha 138  
Golgulsa – Der Felsen-Buddha und Sunmudo 140  
Gyeongju – Seokguram-Grotte 142

Gyeongju – Bulguksa 144  
Haeinsa – Tempel des Buches 146

### *Japan*

Miyajima – Pagode auf der Shinto-Insel 148  
Koyasan – Okunoin-Friedhof 150  
Nara – Horyuji 152  
Nara – Todaiji 154  
Kyoto – Ryoangji 156  
Kamakura – Der Große Buddha 158  
Tokio – Asakusa: Kannon-Tempel 160

## Die Länder des Vajrayana 162

### *Tibet (China)*

Lhasa – Jokhang und Parkhor-Pilgerweg 164  
Lhasa – Potala, Grabtempel der Dalai Lamas 166  
Lhasa – Kloster Sera 168  
Lhasa – Kloster Drebung 170  
Shigatse – Kloster Tashilhunpo 172  
Mount Everest – Kloster Rongbuk 174  
Kailash – der Heilige Berg 176

### *China*

Xining – Kloster Kumbum 178  
Xiahe – Kloster Labrang 180  
Beijing – Lama-Tempel 182  
Chengde – Acht äußere Tempel 184

### *Mongolei*

Karakorum – Kloster Erdene Dsuu 186

### *Bhutan*

Paro – Dzong (Klosterburg) 188  
Parotal – Taksang, Kloster Tigernest 190  
Punakha – Dzong 192  
Wangdiphodrang – Dzong 194  
Laya und Lunana – Buddhismus in den Dörfern 196

### *Nepal*

Kathmandu – Bodhnath und Svayambhunath 198

### *Ladakh (Indien)*

Lamayuru – Kloster am Steinernen Meer 200  
Alchi – Perle buddhistischer Kunst 202  
Leh – die Klöster Shey, Tikse und Hemis 204  
Zanskar – Dorfkloster 206