

# Wahrheit und Legende

Fotos von

**Helfried Weyer**

Textbeiträge von

**Martin Grassnick  
Horst Kitzki  
Roland Nyfeler**

Mit einem Vorwort des 14. Dalai Lama

**Badenia Verlag Karlsruhe**

# ***Inhaltsverzeichnis***

<b>Textteil</b>		<b>Bildteil</b>
Vorwort von H. H. the Dalai Lama	16	Tibet - das sind fromme Gebete
Das Lachen der Tibeter	18	Jokhang - die Kathedrale Tibets
Tibet - Wahrheit und Legende	20	Lhasa - Asiens letztes Geheimnis
Abgeschlossenheit und Theokratie	22	Potala und Norbulingka
Stupa, Mandala und Mani	37	Von Lhasa nach Shigatse
Brikuti und Wengcheng	39	Shigatse - Endpunkt für Sven Hedin
Schenrab und Der Lotosgeborene	41	Klöster, Götter und Gebete
Milarepa	43	
Tsongkhapa	45	
Ngawang Lobsang Gyatso	47	
Von Lamayuru bis Tawang	62	
Francis Younghusband	64	
Lehrer und Suzerän	66	
Das Cala-Chakra-Ritual in den USA	68	
Supermarkt am Schlangenteich	70	
Reisenotizen aus Tibet	85	
Tibetkarte	89	
Tibets Erbe darf nicht untergehen	133	