

INHALT

Vorwort	11
<i>Erster Teil: Drei Visionen</i>	
Die Vision des Dichters: Prolog im Roten Tempel von Tsaparang	19
Die Vision des Guru	24
Das Kloster Yi-Gah Tschö-Ling	32
Katschenla, der väterliche Freund und Mentor	40
Religiöse Praxis und rituelle Symbolik	46
Der Guru erscheint	54
Tibetische Sakralmusik	58
Begegnung mit dem Guru	63
Initiation	69
Auf dem Weg der Weißen Wolken	76
Das Felsenkloster	82
Die Vision des Tschela	87
Ein Erwachen und ein Blick in die Zukunft	94
<i>Zweiter Teil: Pilgerleben</i>	
Die Natur des Hochlandes	101
Die lebendige Sprache der Farben	107
Träume und Erinnerungen im Lande des Blauen Sees	113
Der gleitende Berghang und das Rätsel der Pferdehufe	124
Trance-Läufer und Lung-Gom-Training	133
Nyang-tö Kyi-phug: das Kloster der eingemauerten Einsiedler	139
Körperliche Übungen	147
Heilende Kräfte	152
Der Einsiedler-Abt von Latschen	160
Wunderbare Rettung und schwebende Lichterscheinungen	168
<i>Dritter Teil: Tod und Wiedergeburt</i>	
Das Abscheiden des Guru	177
Tulku	183
Wiedergeburt	191
U Khanti: der Seher vom Mandalay-Berg	200

Maung Tun Kyaing	208
Der Geist, der den Tod überwindet	217
Der Fall Shanti Devi	222
Eine Botschaft aus der Vergangenheit	231

Vierter Teil: Süd- und Zentraltibet

Neue Anfänge: Adschó Rimpotsché	241
Zwischenspiel in Dungkar Gompa	251
Die beiden Siddhas von Tsé-Tschöling	255
Kommende Ereignisse werfen ihre Schatten voraus	262
Mysterienspiele	270
Das Staatsorakel von Netschung	278
Das Orakel von Dungkar Gompa	285
Lebensgeschichte eines Orakelpriesters	290
Magie als Methode und praktisches Wissen	296

Fünfter Teil: Rückkehr nach Westtibet

Der heilige Berg	303
Das Land der Götter	314
Die letzte Prüfung	324
Ein Bön-Kloster	335
Das Tal des Mondkastells (Dawa-Dsong)	346
Ankunft in Tsaparang	356
Kritische Tage	365
Der Lama von Phiyang	376
Wetlauf mit Zeit und Hindernissen	380
Entdeckung des geheimen Pfades und des Mandala-Tempels	385
Sechstagemarsch auf dem gefrorenen Fluß	395
Das glückliche Tal	402
Letzte Weihnen	410
Der Schmied als Magier	417
Abschied von Tibet	422

<i>Epilog: Guru und Tschela und die Reise ins Licht</i>	425
---	-----

Anhang:

Die Könige von Lhasa	435
----------------------	-----

VERZEICHNIS DER TAFELN

Im Haupttempel von Yi-Gah Tschö-Ling	60
Katschenla, der väterliche Freund und Mentor des Autors	61
Lagerplatz am Fuß der tibetanischen Bergriesen	100
Selbstbildnis von Thangu	101
Kailaś, der heilige Berg	140
Simbiling Gompa im Tal von Purang	141
Tschörten, Burgen und Klöster	180
Am Manasarovar-See	181
Unsere Karawane beim Abstieg in ein Canyon bei Tholing	276
Der «Goldene Tempel» von Tholing	277
Namgyal von Poo mit Ritualgegenständen	316
Namgyals Frau	317
Li Gotami und Scherab auf dem Schipki-Paß	356
Der Autor in seiner Klause in Ghoom	357
Li Gotami und Lama Govinda, 1949	357
Ein Yidam, Schutzherr des Dharma	396
Der Dhyâni-Buddha Ratnasambhava, der die «Weisheit der Wesensgleichheit» verkörpert	397