

Gelongma Lama Palmo

Shangrila
meines
Herzens

Mein Weg zur
buddhistischen Priesterin

 rütten & loening

Inhalt

Vorwort	7
Testlauf	9
Mein Guru	56
Reisen besiegeln die Veränderung	78
Was ist Glückseligkeit?	113
Mein neues Leben	139
Zurück in Europa	203
Widmung	231
Glossar	233