

OBSAH

Úvodní slovo Jeho Svatosti dalajlamy 7

ČÁST PRVNÍ

Světový občan

Kapitola první: Přetvořme budoucnost 11

ČÁST DRUHÁ

Pohled dovnitř

Kapitola druhá: Emoční hygiena 31

Kapitola třetí: Laskavá revoluce 47

Kapitola čtvrtá: Partnerství s vědou 62

ČÁST TŘETÍ

Pohled ven

Kapitola pátá: Aktivní soucit 79

Kapitola šestá: Ekonomika,
které záleží na lidech 93

Kapitola sedmá: Starost o lidi v nouzi 110

Kapitola osmá: Zhojit Zemi 126

Kapitola devátá: Století dialogu 141

Kapitola desátá: Vzdělávejme srdce 161

ČÁST ČTVRTÁ

Pohled zpět, pohled vpřed

Kapitola jedenáctá: Daleká budoucnost 175

Kapitola dvanáctá: Jednat hned 188

POZNÁMKY 199