

Obsah

Předmluva: Při poslechu dalajlamova provolání k světu... 7

Moje tři životní závazky 13

I. JAKOŽTO LIDSKÁ BYTOST 15

1. NAŠE SPOLEČNÉ LIDSTVÍ 17

Neodlišuji se od ostatních lidí 17

Všichni jsme si podobní 17

Jsem pouhá lidská bytost 19

Je nejvyšší čas myslet *lidsky* 19

Každý, koho potkáme, je naším bratrem
nebo sestrou 20

Modlím se za láskyplnější človehčenstvo 21

Podmínkou našeho přežití je dobrosrdečnost 22

- Máme v krvi životně důležitou potřebu lásky 23
Moje matka je soucitná žena 26
Mám rád podobenství mečů překovaných v radlice 28

Až do nejdlejší smrti budu soucítit se všemi

lidskými bytostmi 29

Co je to soucit? 29

Pravý soucit je všeobjímající 30

Síla soucitu 31

Jsem profesionální smíšek 33

Jsem oddaným služebníkem soucitu 35

Soucit, moje cesta ke štěstí 35

Mám rád úsměv, vlastní jen lidským bytostem 37

2. MOJE ŽIVOTY BEZ ZAČÁTKU A BEZ KONCE 39

Jsem rád, že jsem synem prostých pachtýřů 43

Můj každodenní život 43

Narodil jsem se pátého dne pátého měsíce... 44

Čtu v duších nejprostších lidí 45

Moji rodiče nikdy nepomysleli na to, že bych se mohl stát

čtrnáctým dalajlamou 47

Poznávám *svůj* růženec 48

Úspěšně skládám zkoušku paměti z minulého života 49

Moje dětství ve Lhase 51

Usedám na Lví trůn 51

Nacházím své zuby 52

Vzpomínky z dětství 53

Pochutnávám si na zakázaných pamlscích 54

Chybělo málo, a vypadal bych jako Moše Dajan! 57

Moje reinkarnační linie 59

Jsem povolán stát se dalajlamou, abych sloužil bližním 59

Tibeťané rozhodnou, zda si přeji patnáctého dalajlamu 61

Moje dalajlamovství 62

A co kdybych se příště převtělil do překrásné ženy? 64

Jsme bez počátku a bez konce 66

Mohl bych se převtělil do brouka 67

II. JAKOŽTO BUDDHISTICKÝ MNICH 75

1. ZMĚNIT SEBE 77

Bódhisattva, můj ideál 77

Moje totožnost mnicha 77

Moje mnišské sliby 78

Každodenní rozjímání buddhistického mnicha 79

Žít jako bódhisattva 80

Jak se stát lepšími lidskými bytostmi prostřednictvím duchovních
cvičení 81

Chrám dobrotivosti v našich srdcích 83

Pro přátelská setkání mezi náboženstvími 83

Politici potřebují víru víc než poustevníci 84

Moje poutě od Lurd po Jeruzalém 85

Život zasvěcený rozjímání o lásce 87

Vnitřní chrám 88

Proměnit naši mysl 88

Analýza myslí, příprava na duchovní cvičení 88

Pomíjivost a vzájemná podmíněnost jevů, aneb vidět svět takový,
jaký je 90

Proměnit svou mysl na cestě k Buddhovi 92

Uvést v chod veškerý potenciál myslí 95

Výchova citového života 99

2. ZMĚNIT SVĚT 105

Vyzývám k duchovní revoluci 105

Bez náboženství se obejít lze, bez duchovnosti nikoli 105

Revoluce duchovní a revoluce etická 106

Nemoc odloučení 106

Lidé na Západě neznají vzájemnou podmíněnost jevů 108

Nevěřím v ideologie 109

Lidstvo je jedno 109

Vzájemná podmíněnost jevů je přírodní zákon 110

Smysl pro odpovědnost se rodí ze soucitu 111

Válka je přežití 113

Každý z nás musí nést svůj díl všeobecné odpovědnosti 115

Můj dialog s vědou 118

Proč se buddhistický mnich zajímá o vědu? 118

Lidstvo se ocitlo na rozcestí 121

Bez etiky ve vědách nelze zachovat život 124

**Tragické 11. září 2001 mě poučilo, že pokrok nelze oddělovat
od etiky 128**

3. PEČOVAT O ZEMI 133

Naše ekologická odpovědnost 133

Jako dítě jsem se od svých učitelů naučil pečovat o okolní prostředí 133

Tibet mého dětství, ráj divoké zvěře 136

Hory v Tibetu jsou vyholené jako hlavy mnichů 138

Úvahy buddhistického mnicha o ekologické odpovědnosti 142

Naše planete je jedna 150

Buddha do Strany zelených! 150

Lidská práva a životní prostředí 150

Mysl, srdce a životní prostředí 153

Pečovat o Zemi 156

Vzájemná podmíněnost viděná z vesmíru 157

III. JAKOŽTO DALAJLAMA 161

1. V ROCE 1959 SE DALAJLAMA SEZNAMUJE SE SVĚTEM 163

Byl jsem jediný, kdo mohl dosáhnout jednoty 163

V patnácti letech jsem se stal světským vládcem Tibetu 163

Mylně jsme se domnívali, že izolace nám zajistí mír 165

Schvaluji svolání kašagu ke Spojeným národům 169

Matka vlast, nestydatý výmysl 171

Mao na mne hluboce zapůsobil svou osobností 173

10. březen 1959, den povstání ve Lhase 175

Děti moje, vy jste budoucnost Tibetu 177

Nucený exil 177

Můj bezprostřední úkol: zastavit krveprolití 180

Děti naděje 182

Jsem přívrženec světské demokracie 185

Svoboda, rovnost a bratrství jsou rovněž buddhistickými zásadami 187

Lidské bytosti dávají přednost mírové cestě 189

Co by udělal Gándhí na mém místě? 192

2. OBRACÍM SE S VÝZVOU KE VŠEM NÁRODŮM SVĚTA 195

Odsuzuji počínšřování Tibetu 195

Žádám svět, aby nezapomněl, že Tibeťané jsou vyvražďováni
po tisících 195

Ve jménu lidstva se obracím ke všem národům světa	201
Tažení za <i>chanizaci</i> Tibetu	205
Při útěku z obsazené vlasti zahynulo pět set Tibetanů	209

Tibet, svatyně míru pro svět 215

Příspěvek mého lidu ke světovému míru	215
Navrhuji, aby se Tibet stal svatyní <i>ahinsy</i> pro celý svět	221
Ve jménu duchovního dědictví mého lidu	225
Mými zbraněmi jsou pravda, odvaha a odhodlání	225
Tibet pořád trpí nepředstavitelným	232
a do nebe volajícím porušováním lidských práv	240
Vidím, že v Číně dochází ke změnám	247
Všem mým duchovním bratrům a sestrám v Číně	254

Závěr 259

VKLÁDÁM SVÉ NADĚJE DO LIDSKÉHO SRDCE 259

Žít můžeme jen díky naději	259
Buď pramenem soucitu!	260
Kéž setrvám na světě tak dlouho, abych odstranil strasti všech bytostí!	261

Vybojovat mír s *dalajlamou* 263

***Bibliografie* 267**

***Poděkování* 271**