

Inhalt

| | |
|---|-----|
| Vorwort | 9 |
| Einleitung | 11 |
| 1 Die Invasion und unser neuer Herrscher | 18 |
| 2 Ein Treffen mit dem Vorsitzenden Mao | 28 |
| 3 Ein Besuch in Indien | 39 |
| 4 Die Flucht aus meiner Heimat | 49 |
| 5 Eine geopolitische Betrachtung | 59 |
| 6 Verwüstung in der Heimat und Wiederaufbau im Exil | 74 |
| 7 Ein Gesprächsangebot | 93 |
| 8 Die vierte Zuflucht | 105 |
| 9 Nach Tiananmen | 120 |
| 10 Hilfreiche Übungen im Angesicht des Leidens | 131 |
| 11 Am Ende des Jahrtausends | 138 |
| 12 Die letzte Serie von Gesprächen | 149 |

| | | |
|-----------------|--|-----|
| 13 | Bestandsaufnahme | 164 |
| 14 | Was mir Hoffnung gibt | 173 |
| 15 | Die heutige Lage und der Weg in die Zukunft | 179 |
| 16 | Appell | 186 |
| | Dank | 193 |
| ANHANG A | Tibet: Ein geschichtlicher Überblick | 195 |
| ANHANG B | Der Vertrag von 821/822 zwischen Tibet und China | 202 |
| ANHANG C | Briefe an die chinesischen Führer Deng Xiaoping und Jiang Zemin | 206 |
| ANHANG D | Memorandum über echte Autonomie für das tibetische Volk | 236 |
| ANHANG E | Eine Anmerkung zum »Memorandum über echte Autonomie für das tibetische Volk« | 258 |
| | Anmerkungen | 277 |
| | Auswahlbibliografie | 285 |