

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