

# SOMMAIRE

|                    |   |
|--------------------|---|
| Introduction ..... | 9 |
|--------------------|---|

## Première partie Le message d'une vie

|  |    |
|--|----|
| 1. Océan de sagesse .....  | 15 |
| 2. L'enfant sur le trône du lion.....  | 39 |
| 3. « Puissent tous les êtres connaître<br>le bonheur »<br>Les fondements du bouddhisme ..... | 63 |

## Seconde partie Paroles du Dalaï Lama

|  |     |
|--|-----|
| 1. Le Dalaï Lama s'adresse à la génération<br>du xxi <sup>e</sup> siècle.....          | 87  |
| 2. Le Dalaï Lama répond aux questions<br>sur les valeurs intérieures et la vie bonne.. | 101 |

|  |         |
|--|---------|
| 3. Le Dalaï Lama répond aux questions<br>sur la paix et la justice.....          | 115     |
| 4. Le Dalaï Lama répond aux questions<br>sur la religion .....                   | 133     |
| 5. Le Dalaï Lama répond aux questions<br>sur sa vie.....                         | 147     |
| 6. Le Dalaï Lama s'adresse aux parents<br>et aux enseignants.....                | 161     |
| <br>Le Dalaï Lama partage notre espoir<br>Une postface de Felix Finkbeiner ..... | <br>163 |
| <br>Remerciements .....  | <br>171 |