

Jego Świątobliwość Dalajlama XIV  
Patrick McDonnell

# Od Serca

*Z nadzieją i miłością o naszej planecie*



STUDIO  
ASTROPSYCHOLOGII  
*jeszcze lepsze jutro*

*Od Serca*



tekst: Jego Świątobliwość Dalajlama XIV  
Ilustracje: Patrick McDonnell

# Od Serca



*Z nadzieją i miłością o naszej planecie*

REDAKCJA: Mariusz Golak  
SKŁAD: Krzysztof Nierodziński  
PROJEKT OKŁADKI: Krzysztof Nierodziński w oparciu o projekt Shawn Dahl, dahlmama inc  
TŁUMACZENIE: Mariusz Golak

Wydanie I  
Białystok 2023  
ISBN 978-83-8301-588-0

Tytuł oryginału: *Heart to Heart. A Conversation on Love and Hope for Our Precious Planet*

Heart to Heart. Words © 2023 Gaden Phodrang Foundation of the Dalai Lama.  
Art © 2023 Patrick McDonnell. All rights reserved.

Wcześniej opublikowany materiał przedrukowano za zgodą:

Pages 1, 36, 84: *My Tibet*. Copyright 1995 Text by His Holiness the Fourteenth Dalai Lama of Tibet.  
Used by permission from the University of California Press.

Pages 17, 23, 24, 41, 124, 131, 188, 189, 191: *Ethics for the New Millennium* by His Holiness the Dalai Lama. Copyright © 1999 by His Holiness the Dalai Lama. Used by permission of Riverhead, an imprint of Penguin Publishing Group, a division of Penguin Random House LLC. All rights reserved.

Pages 41, 52, 82, 84, 95, 99, 100, 107, 122: *Our Only Home: A Climate Appeal to the World*.  
© 2020 by His Holiness the Dalai Lama and Franz Alt. First published in the United States by Harlequin. Used by permission.

© Copyright for the Polish edition by Studio Astropsychologii, Białystok 2023  
All rights reserved, including the right of reproduction in whole or in part in any form.

Wszelkie prawa zastrzeżone. Bez uprzedniej pisemnej zgody wydawcy żadna część tej książki nie może być powielana w jakimkolwiek procesie mechanicznym, fotograficznym lub elektronicznym ani w formie nagrania fonograficznego. Nie może też być przechowywana w systemie wyszukiwania, przesyłana lub w inny sposób kopiowana do użytku publicznego lub prywatnego – w inny sposób niż „dozwolony użytek” obejmujący krótkie cytaty zawarte w artykułach i recenzjach.



Bądź na bieżąco i śledź nasze wydawnictwo na Facebooku.  
[www.facebook.com/Wydawnictwo.Studio.Astropsychologii](https://www.facebook.com/Wydawnictwo.Studio.Astropsychologii)



STUDIO  
ASTROPSYCHOLOGII  
*jeszcze lepsze jutro*

15-762 Białystok  
ul. Antoniuk Fabr. 55/24  
85 662 92 67 – redakcja  
85 654 78 06 – sekretariat  
85 653 13 03 – dział handlowy – hurt  
85 654 78 35 – [www.talizman.pl](http://www.talizman.pl) – detal  
strona wydawnictwa: [www.studioastro.pl](http://www.studioastro.pl)

Więcej informacji znajdziesz na portalu [www.psychotronika.pl](http://www.psychotronika.pl)

PRINTED IN POLAND



Gdy już raz rozwinie się współczucie,  
w naturalny sposób otwiera ono wewnętrzne drzwi,  
przez które możemy się komunikować  
z bliźnimi,  
a nawet innymi czującymi istotami,  
czyniąc to z łatwością  
i szczerością.

*– Jego Świątobliwość Dalajlama XIV*

Ludzka aktywność, populacja i technologia  
osiągnęły już taki poziom, że  
Matka Ziemia nie może dłużej tolerować naszej obecności





w milczeniu.



LAS DESZCZOWY DAINTREE, AUSTRALIA





Nigdy nie możemy zapomnieć o cierpieniu,  
jakie ludzie zadają  
innym czującym istotom.

Być może pewnego dnia padniemy na kolana  
i poprosimy zwierzęta o przebaczenie.











Spośród wszystkich różnych gatunków zwierząt  
na naszej planecie  
ludzie są sprawcami największych kłopotów.



To oczywiste.



**Jego Świątobliwość Dalajlama XIV** jest duchowym przywódcą buddystów tybetańskich. Urodził się we wschodnim Tybecie w 1935 roku. W 1989 roku otrzymał Pokojową Nagrodę Nobla. Ochrona środowiska jest głównym przesłaniem Dalajlamy XIV w ramach propagowanej przez niego powszechnej odpowiedzialności.

**Patrick McDonnell** jest twórcą kultowego komiksu *Mutts*, który od przeszło 25 lat ukazuje się w ponad 700 gazetach w 20 krajach. Jest autorem bestsellerowych książek obrazkowych „New York Timesa”. Współpracował m.in. z Eckhartem Tollem oraz Danielem Ladinskim.

### **Czy wiesz, czym jest rewolucja współczucia i dlaczego powinieneś się do niej przyłączyć?**

W swojej najnowszej książce Dalajlama XIV apeluje do ludzi zamieszkujących naszą planetę o udział w rewolucji współczucia. To właśnie ona – stawiając ponad wszystko umiłowanie żywych istot i wyrzeczenie się egocentryzmu – ma powstrzymać zmiany klimatyczne niszczące środowisko naturalne.

O kryzysie klimatycznym Dalajlama XIV wypowiadał się już wielokrotnie. Mając świadomość, że o losach naszej planety zdecydują młodzi ludzie, po raz pierwszy wybrał historię obrazkową jako formę przekazu. Słowa zawarte w tej książce posiadają niezwykłą moc, są wezwaniem do działania. Ty także powinieneś je usłyszeć. Gdy przeczytasz tę książkę, przekaz ją dalej, by uruchomić łańcuch pozytywnych zmian. Otwiera ona bowiem nie tylko serca, ale i umysły.

**Mała książka o wielkich sprawach.  
Dołącz do tych, którym nieobce są losy naszej planety!**

**Patroni:**

**MODA na ZDROWIE**  **Wellnessday.eu**  
co miesiąc w najlepszych aptekach kobiecy portal zdrowego stylu życia

