

Transcripció al Català
de la conferència
“L’Art de la Felicitat”
per Sa Santedat el 14è Dalai Lama.

Palau Sant Jordi de Barcelona, 10 de setembre del 2007.

Transcripció i traducció al Català:
Marta Coll i Antoni Ferragut

Conferència de Sa Santedat Dalai Lama “L’Art de la Felicitat”

Estimats germans i germanes, estic realment molt i molt content d'estar aquí amb, crec que, diversos milers de persones que estan aquí per a compartir algunes de les meves pròpies experiències i pensaments, així que estic molt content. M'agradaria expressar el meu agraïment als organitzadors i també a tota la gran audiència. Crec que avui no és un dia festiu, crec que és dia laborable, però heu vingut i us ho agraeixo molt. I també hi ha molta gent, molts càmeres; de vegades hi ha massa flaixos que són una mica incòmodes, però també ho agraeixo. Aquelles persones que estan darrere les càmeres amb un gran somriure, doncs els ho agraeixo (*riu alegrement*), moltes gràcies!

Després, aquella gent, o estudiants, que han interpretat algunes cançons, també els hi ho agraeixo. M'han comentat que el primer grup d'estudiants ve de Montserrat, crec que és una escola connectada amb el Monestir de Montserrat. Els hi ho agraeixo moltíssim. I no tan sols això, sinó que, abans d'arribar aquí, pensava que potser tindria una altra oportunitat de trobar-me amb un amic meu molt i molt proper i respectat, un monjo catòlic. Des de la meva última trobada amb ell sempre el recordo, i també en moltes ocasions el poso com a exemple de que totes les principals tradicions religioses tenen el mateix potencial per a crear aquest tipus de persona tan meravellosa, i aquest monjo catòlic... doncs, ara ho entenc, em van dir que ell ja no és entre nosaltres, és molt trist. En una ocasió, un altre dels meus germans espirituals, cristià, Thomas Morton, va morir i reposava al cementiri. Vaig estar allí i vaig col·locar un fulard a la seva tomba; en aquesta ocasió, quan vaig saber que el meu germà espiritual catòlic ja no estava en aquest planeta... potser algú... m'agradaria demanar-li a algú, si us plau, que li dugués aquest fulard i el diposités damunt la seva tomba.

(*aplaudiments*)

Col·loqui'l damunt la tomba. Gràcies. (*fa entrega d'una "kata"*¹)

(*aplaudiments*)

Després, la dama que ha interpretat una cançó... (*es refereix a la cantautora Maria del Mar Bonet*) li he expressat directament... que no n'entenc el significat, però que la seva veu és una cosa realment meravellosa (*riu amigablement*). Moltes gràcies, li ho agraeixo.

Després aquells tibetans que bellament han interpretat i cantat aquesta cançó amb instruments amb un so molt bonic. Mentre estàveu cantant m'han vingut alguns pensaments a la ment, en relació a la nostra tragèdia. Alguns tibetà, fins i tot aquí, a l'extrem del continent europeu ... potser alguns de vosaltres podeu haver vingut il·legalment, però fins i tot així, ja heu trobat una nova llar aquí i heu començat la vostra nova vida sense oblidar la nostra nació, el nostre esperit. Moltes gràcies, us ho agraeixo molt. Sí.

Ara, sobre la meva xerrada... sobre el tema "L'Art de la Felicitat", de fet aquest tema, com la persona que m'ha introduït ja ha dit, allà on vaig sempre toco el tema dels nostres valors interns, per tal de poder ser una persona feliç, una persona raonable. Per això, per aquelles persones que vénen sovint a escoltar les meves conferències... potser la meva xerrada ja us sigui familiar, i per tant no hi veieu gaire interès perquè us sonarà com una repetició (*riu alegrement*), però aquelles persones que sou aquí per primera vegada i que escolteu la meva conferència, potser trobareu algunes idees noves, algun punt nou, al qual abans no havíeu parat gaire atenció.

I després sempre aclareixo, al començament, quan un gran nombre de persones vénen a escoltar la meva xerrada, ...llavors normalment deixo clar que entre l'audiència poden haver-hi persones que hagin vingut aquí per curiositat, i en aquest cas és perfectament correcte, i és bo, escoltar la meva xerrada i pensar, i observar la meva cara, si alguns de vosaltres teniu binocles, i després veig que la televisió –ah sí... bé!– mostra una pantalla gran sobre la meva persona, podeu examinar la meva cara (*riu alegrement. Aplaudiments*)...així que aquelles persones que han vingut aquí amb la gran expectativa de què el Dalai Lama té algun tipus de poder miraculós especial, llavors no té sentit. I també algunes persones, en el passat, algunes persones vingueren a veure'm amb la creença equivocada de que el Dalai Lama té algun tipus de poder curatiu, això tampoc no té sentit. Primerament, jo sóc realment molt escèptic amb tal poder.

¹ kata: fulard de seda generalment de color blanc, amb signes Budistes Tibetans d'auspici, que se sol entregar en senyal de respecte i amistat.

I de vegades, jo mateix he conegut algunes persones que afirmen que tenen poders curatius. Jo realment ho dubto. Així que si hi hagués alguna persona que realment tingués un poder genuí de curació, llavors certament voldria consultar-li sobre aquest dit meu (*mostra el seu dit petit de la mà iriu alegrement*). En una visita recent a Amèrica, en un lloc de la audiència hi havia un gran nombre de mongols. Alguns d'ells m'estrenyien molt la mà i no em deixaven marxar...-“deixeu-me anar!” (*riu*)... i llavors el meu pobre dit petit va patir (*riu encara més*) i des de llavors que em fa una mica de mal, així que si hi hagués algú que de veritat tingués un poder curatiu, llavors jo necessito algú com ell... però realment ho dubto (*riu*). Així que hauríeu de ser realistes. La meua xerrada també, generalment, explico sobre la pau mental i aquestes coses mitjançant un mètode realista, o una aproximació realista. Doncs, l'audiència, i aquí hi ha una gran audiència, hauria de ser més realista. Jo acostumo a creure que la finalitat vertadera de la nostra vida és la felicitat, sobreviure amb felicitat. La raó: algú que ha perdut l'esperança, crec que aquesta actitud escurça la nostra vida, perquè algú que ha perdut completament tota l'esperança, llavors la seva actitud cap a la vida, és una cosa tan i tan trista, tan horrible... que prefereixen més morir, acabar amb aquesta vida; i en els pitjors casos, fins i tot suïcidar-se. Això també passa.

Mentrestant no hi ha garantia sobre un futur pròsper, però simplement basant-nos en l'esperança, malgrat algunes dificultats presents o passades, amb esperança, el nostre futur podria ser millor, més feliç. Per això, l'esperança és una cosa bona. A causa d'aquesta realitat, crec que el propòsit de la nostra existència, de la nostra vida, és aconseguir la Felicitat; i també entre les coses que tenen vida, incloent-hi aquesta flor, aquest vegetal, que també tenen vida. Crec que tots els éssers vius tenen el dret d'existir, el dret de sobreviure. Així doncs, totes les coses vives, que tenen sentiments i un poder cognitiu són el que generalment anomenem éssers que senten². Nosaltres tenim aquest poder cognitiu amb el que podem sentir experiències: experiència de dolor, de plaer, de felicitat, d'infelicitat, i d'altres. Un altre cop, per naturalesa, tots els éssers, incloent-hi els animals, tenen el sentiment del jo. Amb aquest sentiment, desitgen la felicitat, la satisfacció.

I també a causa dels sentiments de dolor i d'infelicitat, que no volem, per tant tot ésser que sent, des del primer moment, desitja superar el sofriment, superar el dolor. Així, tot ésser té el dret de superar el sofriment per a obtenir la felicitat. És una llei bàsica.

Així que ara, la propera pregunta és: què és la felicitat i la satisfacció? Què és el sofriment i els patiments?

Hi ha varietats, nivells, bàsicament dos nivells: un nivell dels sentits i un nivell mental. A nivell dels sentits, bàsicament, nosaltres els éssers humans i altres éssers que senten, com els animals, com els mamífers en les seves diferents espècies, com els ocells... fins i tot els insectes més petits i diminuts... crec que a nivell sensorial, la felicitat, el plaer i la satisfacció són en realitat el mateix, a aquest nivell. Ara, la gran diferència és a nivell de la ment, a nivell mental. Crec que a causa de les diferències en la mida dels cervells, crec que a nivell mental, el sentiment, crec que hi ha grans diferències. I particularment els éssers humans, a causa del nostre únic i especial cervell, tenim una intel·ligència molt més potent. Així, a causa d'aquesta intel·ligència més poderosa, tenim una major memòria del passat, més potent que d'altres animals. A causa també del nostre cervell i de la nostra intel·ligència també podem tenir una visió més potent, una major habilitat per pensar en el futur, tenir visió sobre el futur. Així que bàsicament, tenir una millor memòria, una major font d'intel·ligència és bàsicament positiu, és una font d'èxit, de creativitat... Però també per això pot ser una font de sofriment, una font de problemes, una font de dolor.

Per exemple, algú en el present que actualment tot li funciona bé... però a causa de la seva memòria del passat, desenvolupa enuig, odi... o por i frustracions. I també, de la mateixa manera, encara que tot estigui bé en el present, per culpa del futur hi ha massa dubtes, massa por, i de vegades, a causa d'aquesta por, d'aquesta incertesa, la ira també es pot desenvolupar. Així, el poder de la intel·ligència, especialment el de la intel·ligència, amb aquella memòria i el poder de pensar, de vegades esdevenen font de sofriment, font de dolor, font de problemes, això està clar. En el món animal, per descomptat que de vegades hi ha algunes lluites puntuals, particularment en algunes estacions, però altrament la vida és pacífica. En els éssers humans no és així, nosaltres no estem satisfets amb les necessitats immediates; les coses bàsiques al començament estan bé, però després, a causa de la nostra intel·ligència necessitem sempre alguna cosa més, alguna cosa més i alguna cosa més... tenim més desig. Com a conseqüència, tenim molt més estrès, apareix molta més preocupació. Així que ara, per tant, a nivell mental tenim dolors més seriosos i més insatisfaccions que els animals normals. Entre aquests dos, la felicitat i el dolor, a nivell sensorial i a nivell mental, entre aquests dos nivells el nivell mental és el més seriós. Òbviament si algú, a nivell mental, és infeliç, encara que tingui confort físic no podrà subjugar la infelicitat mental. Per altra banda, les dificultats físiques sí que poden veure's subjugades per la satisfacció mental, per la felicitat mental. Fins i tot podem prendre, voluntàriament, dolors

² Sa Santedat diu “sensing beings”, éssers que senten, que és el terme més generalitzat en el Budisme per referir-se als éssers animats (N. dels T.)

físics a fi d'assolir satisfaccions més profundes a nivell mental. Així, com a conseqüència, l'experiència a nivell mental és més seriosa que l'experiència a nivell físic.

Crec que la humanitat, parlant en termes generals, normalment les experiències a nivell físic o a nivell sensorial són una cosa molt directa, molt immediata, i es converteixen en una cosa urgent. Potser en els últims segles, fins el segle XIX... no, el segle XX, la gent crec que parava més atenció i posava més esforç en aconseguir unes comoditats físiques perquè era una cosa immediata, una cosa directa. Per exemple, quan la gent afrontava problemes de pobresa, malalties... aquestes són, principalment la pobresa i la malaltia, coses principalment relacionades amb la part física. Així que la gent s'esforçava més i parava més atenció en superar aquests problemes. Per això les ciències modernes i la tecnologia moderna, varen desenvolupar-se ràpidament per a poder vèncer els problemes físics, per tal d'aportar un confort físic. Així que, durant aquests períodes, parlant en termes generals, les persones van parar més atenció al desenvolupament material. I això és veritat, perquè a causa d'aquest desenvolupament material, avui dia, comparativament, la gent és més feliç. Naturalment en algunes zones, per exemple en el món del sud, en el sud de la Terra, a l'altra banda d'aquest mar Mediterrani, a Àfrica, hi ha un gran continent, amb un gran potencial, però amb molts problemes principalment a causa de la pobresa, o el nivell d'educació. Aquest desenvolupament material sol, de vegades crea un nou tipus de problemes. Ara aquesta societat desenvolupada té totes les facilitats per al confort físic, però tanmateix té algun tipus de malestar mental, algun tipus de crisi a nivell mental que també està augmentant. Per tant, primerament, moltes de les experiències doloroses a nivell mental estan creades per la ment, per això hem de trobar, d'una manera lògica, la forma de solucionar els problemes mentals mitjançant la ment, perquè els problemes mentals provoquen més estrès, més excitació, més enuig, més odi, i per tals problemes no podem comprar el remei al mercat, ni a través de tractaments mèdics no els podem eliminar, no els podem reduir. Per als problemes a nivell físic, per a solucionar-los, podem comprar remeis al mercat, a la botiga, també podem aconseguir tractament, hi ha facilitats mèdiques, incloent-hi la cirurgia. Però per als problemes a nivell mental és difícil. Naturalment tenim la psicoanàlisi, la psicoteràpia i elements semblants, però també és difícil. Així, conseqüentment, aquesta és una raó. En segon lloc, com ja he dit abans, per als problemes mentals hem de trobar motius, en el sentit de trobar solucions com a mesures contraposades per a vèncer aquests problemes mentals, o infelicitat mental. Ara, aquí, com en el camp material, amb les malalties físiques, per exemple, són causades per un virus que és també una part física. Aquest virus crea dolors com a símptomes de la malaltia, i des que aquest problema ha començat per alguna cosa, per unes partícules, doncs la mesura contraposada també són unes partícules, algunes medicines i diferents substàncies, que són diverses substàncies com a força contraposada per a poder combatre el virus.

Ara, a nivell mental, qualsevol infelicitat a nivell mental, a causa de la memòria o part del pensament en el futur o algunes expectatives, algunes visions errònies... doncs ara, les forces per a contraposar-se a aquests problemes han d'anar a trobar-se també a la ment. En les partícules externes, per naturalesa, sempre hi ha forces contràries, de naturalesa oposada, com per exemple el fred i la calor es contraposen, són forces contràries. Si necessitem més fred, hem de reduir la calor; la temperatura funciona d'aquesta manera. Per naturalesa sempre hi ha forces oposades, així que si volem reduir-ne una el que hem de fer és augmentar-ne l'altra. Aquesta és la manera. La foscor i la llum es contraposen, si no vols foscor has de posar llum; l'obscuritat no s'elimina mitjançant l'oració o a través de la meditació, però sí amb l'esforç de posar-hi més llum llavors aquesta foscor es reduirà. Aquesta és la naturalesa, la llei natural. Ara quant a la ment, també dins de la ment, i especialment en el camp de les emocions, hi ha forces contraposades, per exemple la bondat crea a la ment una actitud molt bonica cap a l'objecte i l'odi és una cosa que hi està molt en contra, que rebutja l'objecte, així que aquestes dues coses són forces oposades.

La bondat atrau i acosta, mentre que l'odi empeny i repel·leix, així que la bondat desitja una cosa bona, desitja aquesta felicitat sobre l'objecte, mentre que l'odi desitja més dolor, doncs són forces directament contràries. A causa d'aquesta oposició, per naturalesa, això funciona. I bàsicament el canvi succeeix perquè existeixen aquestes forces. Si totes les coses fossin de la mateixa naturalesa i no hi hagués aquesta oposició, llavors no hi hauria canvi, res canviaria, les coses romandrien sempre així, igual. Però el canvi, en el món físic i en el món mental es produeix canvi, en tots dos móns les coses canvien. I això vol dir que hi ha aquestes forces oposades, i és gràcies a això que succeeix el canvi.

De la mateixa manera que a nivell físic, per a reduir alguna d'aquelles partícules creadores de problemes, intentem aconseguir les partícules contràries per a augmentar-les i aconseguir així que el problema es redueixi. De la mateixa manera, a nivell emocional, els problemes causats per l'odi, causats per la còlera, si vols reduir-los no hi ha altra manera excepte intentar trobar qualsevol oposició a aquesta emoció, i una vegada la trobes, llavors provar d'augmentar-la, incrementar aquesta emoció contrària. Aquesta és la manera. Ara la pregunta és: com incrementar-la? Els nostres conceptes, les nostres creences, fan les diferències.

Les creences, els conceptes, han de basar-se en una convicció, una convicció adequada. Naturalment de vegades encara que les paraules no siguin boniques però si algú creu en una cosa amb una fe cega, doncs de

vegades pot tenir algun efecte; però la convicció adequada, que neix de la investigació, que neix mitjançant el raonament, a través d'aquesta via sí que es pot desenvolupar una convicció sana, i aquesta creença porta amb ella una fermesa, una determinació, i un poder de voluntat, que és el que marca la diferència en la nostra actitud mental.

Això és el que nosaltres anomenem entrenament mental. Entrenar la ment no necessàriament ha de ser quelcom religiós ni ha de formar part d'una pràctica religiosa. Penso que, des del jardí d'infància, allò que anomenem l'educació és un entrenament de la ment, perquè introdueix els fets i fa que un sigui més conscient d'aquests fets. Aquesta consciència porta amb ella mateixa el concepte. Aquest canvi d'actitud cap a l'objecte, permet conèixer la realitat de l'objecte. I amb aquesta consciència molt clara de la realitat, llavors la nostra acció esdevé un acostament realista, que encaixa juntament amb la realitat, i llavors el canvi succeirà. Si adoptem mètodes equivocats, que no són realistes, llavors això no afectarà la realitat perquè els mètodes erronis no són els adequats, perquè no van juntament amb la realitat. L'educació, de fet, crec que redueix l'espai aparent entre la nostra consciència i la realitat. Per això l'entrenament de la ment significa estudiar la realitat, pensar sobre això i llavors, d'acord amb l'objecte que volem, hem d'acostar-nos-hi d'una manera realista. Llavors allò que volem es materialitzarà. La cosa que no volem, coneixent això i acostant-nos-hi d'una manera realista, llavors podrem reduir-la.

Un altre factor: qualsevol cosa, qualsevol fenomen, ve degut a les seves pròpies causes i condicions. A nivell de les causes i condicions, la varietat... a causa de la realitat, totes les coses són interdependents. Per exemple aquesta flor, la supervivència d'aquesta flor depèn de molts altres factors, no només de la seva pròpia llavor, de la planta, sinó que també necessita una temperatura, una humitat, necessita un cert nivell d'humitat, també necessita llum, i moltes altres coses, com l'aire. Moltes coses hi estan involucrades. De la mateixa manera, a nivell mental, certes coses que volem o certes coses que no volem, a nivell mental també hi ha moltes causes i condicions... *(intervé el traductor personal de Sa Santetat per ajudar-lo a expressar-se en anglès)* Quan parlem de les causes i dels seus respectius resultats, hi ha una connexió de la relació en una manera seqüencial. Així, el que avui succeeix depèn completament del que va succeir ahir. Els esdeveniments d'aquest segle depenen dels esdeveniments del segle anterior, els més mínims fets d'avui provenen dels previs fets mínims d'ahir. Per suposat que és així.

Entre les condicions, encara que succeeixin en el mateix moment... aquestes coses succeeixen ara a causa que alguna cosa està succeint també en un altre lloc, per això qualsevol cosa externa, concretament a nivell mental, depèn sempre de causes i condicions. Per a poder aconseguir un enfocament realista hem de conèixer-ne les causes i condicions des d'una més àmplia perspectiva. Això és el que significa un enfocament holístic. Qualsevol cosa que tu vulguis, o que no vulguis, alguna cosa que vulguis superar o alguna que vulguis aconseguir, en ambdós casos està relacionat amb les seves pròpies causes i condicions i, a menys que tinguem clares les causes i condicions, l'objectiu no s'aconseguirà. Aquestes coses que volem, hem de tenir-ne clares les seves causes i condicions, i una vegada es materialitzin aquestes causes i condicions, llavors arribarà el resultat. De la mateixa manera, per a poder eliminar les coses que un no vol simplement no pots evitar-ho, has d'evitar les causes i condicions d'aquest fet. Per això és necessari tenir una visió holística. La nostra actitud mental, que simplement pensa en els valors materials, no mostra un enfocament holístic. Que la nostra vida sigui feliç, crec que la meitat, potser un 50 o 40% està relacionat amb els nostres valors materials, però després hi ha un 50 o 60% que està relacionat amb el nostre nivell mental. Per a poder tenir una vida més feliç, una vida amb èxit, els hem de tenir ambdós: els valors materials i els valors interns, llavors la nostra vida esdevindrà més plena de sentit. Si simplement parem més atenció als valors materials i oblidem completament, deixem, els valors mentals, llavors mai no aconseguirem allò que volem, que és una vida feliç. Una vida feliç, almenys una vida amb menys perturbacions, pot fer que la teva vida sigui més feliç. Això està relacionat amb la pau i la no violència. La pau s'ha d'obtenir mitjançant la pau interior. Si nosaltres mateixos estem plens d'odi, plens d'ira... amb això, intentar aconseguir la pau no té cap sentit. La pau genuïna ha de provenir de la pau interna, i la pau interna, la ira, l'odi, la por, la gelosia, aquestes emocions que generalment descrivim com a emocions destructives, per què? perquè aquestes emocions no són tan sols destructives de la nostra pau interna sinó que també destrueixen la nostra salut física.

Els científics i els metges moderns ara comencen a parlar d'aquest tipus d'emocions, com l'odi, com l'enuig fort, com la por, considerant que aquestes emocions en realitat s'estan menjant el nostre sistema immunològic. La compassió, el bon cor, són d'una grandíssima ajuda per a poder millorar el nostre sistema immunològic. En la nostra vida diària també, en les nostres experiències diàries, podem observar clarament que l'enuig fort destrueix el nostre son, el poder dormir tranquils i també pot afectar la nostra digestió, i com a resultat la nostra part física pateix. Per això aquestes emocions són destructives. Tanmateix, les emocions positives, com les he mencionat anteriorment, la compassió, l'amor bondadós, totes aquestes són emocions que considerem positives i constructives, perquè no tan sols porten pau mental, sinó que també són d'una gran ajuda per a promoure la nostra salut física. En un ésser que físicament és saludable, aquestes emocions són molt importants.

Doncs, consegüentment, ara arriba el moment: hem de pensar més en els nostres valors interns.

Ara, quan estava venint, he vist que aquí hi havia un gran nombre de persones que físicament tenen alguna discapacitat o problema. Generalment les persones amb alguna discapacitat tenen de vegades fins i tot una ment més clara. En aquest cas un no s'ha de sentir sense esperança, o no s'ha de sentir sense coratge, perquè continueu tenint un cervell humà, i podeu utilitzar-lo encara que físicament tingueu problemes de mobilitat, però podeu utilitzar el vostre cervell i pensar. I això és molt important. Per descomptat que poden haver-hi algunes perturbacions mentals, és normal. I aquells membres de la família i també amics i aquells treballadors socials que tenen cura de les persones amb alguna discapacitat, si us plau doneu-los el màxim afecte perquè és una cosa essencial. I també crec que hi ha molts pares aquí, si us plau, ofereix el màxim afecte cap als vostres fills, això és molt i molt essencial per a poder aportar a la humanitat una esperança més feliç. L'esperança principal recau en les nostres generacions futures. Per això les famílies amb fills crec que teniu un paper especial, heu de donar la màxima estima i el màxim afecte als vostres fills, als infants, i concretament les mares, que passen més temps amb els seus fills.

Vaig a posar un exemple, en el meu propi cas, la meva mare, que va ser una mare molt bondadosa, era una dona molt bondadosa, encara que sense educació perquè era una camperola, però tenia un cor molt càlid i bondadós, i sempre he cregut que la compassió i la ment altruista que tinc avui, la vertadera llavor d'aquesta ment, la vaig obtenir quan vaig néixer i després en els següents mesos i anys que vaig passar amb la meva mare. Crec que va ser realment el punt inicial a partir del qual es va desenvolupar el meu amor bondadós. Si quan jo era petit no hagués estat amb la meva mare, si hagués estat només amb el meu pare, que era una persona amb un temperament molt fort, sempre tenia accions per a disciplinar-me... (*riu alegrement*) crec que si hagués passat més temps amb el meu pare i sense la meva mare, crec que segurament jo avui, un ésser humà, molt probablement seria una persona lleugerament diferent, això ho crec.

La calidesa humana, la bondat, l'amor bondadós, per una banda són factors biològics, això està clar. En qualsevol ésser humà, en qualsevol espècie de mamífers, o els ocells, en els que la supervivència del més petit depèn completament de la cura de la mare, a causa d'aquesta realitat, aquesta naturalesa, hi ha d'haver un nivell emocional, algun factor, que faci que estiguin junts. Aquest és l'afecte humà. I els animals també, com els ocells, com els gats, com els gossos... sense la cura de la mare per la seva descendència, aquestes cries no podrien sobreviure, és a causa d'aquesta naturalesa, que a nivell emocional hi ha aquesta força que aporta aquest entusiasme de cuidar de les pròpies cries, és ben clar. Per exemple les tortugues i les papallones, i també les serps, per naturalesa, la supervivència de les seves cries ha d'anar a càrrec de si mateixes, no de la mare. I en aquests casos no crec que tinguin l'habilitat de mostrar afecte per les seves cries, i per part de la mateixa cria tampoc no crec que hi hagi cap afecte envers la seva mare.

Així que biològicament parlant, estem equipats amb aquest cor càlid, perquè el necessitem, és un factor biològic, aquesta compassió. Alguns dels científics, amics meus, m'han dit que quan la gent té enuig, quan la gent està enfadada, la circulació sanguínia va més cap als braços, cap a les mans, per a poder defensar-se, per a poder lluitar contra els altres. Llavors les mans són necessàries, i per això per instint natural la sang baixa més cap a les extremitats, cap als múscles dels braços. Si ens enfrontem a algun perill, generem por, llavors la sang va més cap a les cames, per estar a punt per a poder sortir corrents, i aquest és un factor biològic.

Crec que les emocions, incloent-hi l'afecte, la compassió, com que les necessitem, llavors aquestes emocions es desenvolupen. I aquestes emocions porten, de sobte, una gran energia per a poder cuidar els demés. Per això, aquesta emoció positiva i constructiva l'anomeno valor humà, i part de la naturalesa humana. És una cosa molt important per a la nostra vida i per a la nostra supervivència. I tot això és el valor humà. Que no necessàriament ha de venir de la fe religiosa. Naturalment les diferents tradicions religioses parlen de la importància de l'amor, de la compassió, del perdó, de la tolerància, de la disciplina interna. Però aquests valors, que formen part de la nostra vida, no provenen de la religió, no provenen de la creença religiosa. Els valors humans bàsics i el concepte religiós són essencialment diferents. Per això, com que tots provenim d'una mare, ningú ve d'una flor... en algunes llegendes... (*riu amablement, consultant amb el traductor*) hi ha algunes històries a la Índia que expliquen que, en èpoques antigues, alguna persona santa havia sorgit d'una flor de lotus, encara que jo realment ho dubto. Aquells individus que sorgeixen d'un lotus, crec que tindran més afecte cap als lotus que cap als éssers humans (*riu alegrement*). Jo prefereixo provenir d'una mare, crec que és molt millor, perquè d'aquesta manera, d'una manera natural, estem equipats d'aquest afecte cap a la nostra mare. Crec que és millor... no ho creieu?

Per tant, tots nosaltres tenim el mateix potencial per a desenvolupar més un sentiment de preocupació cap als demés perquè nosaltres hem nascut i hem sobreviscut gràcies a la preocupació de la nostra mare. I és a causa d'aquesta experiència, i fins a la nostra mort, l'estima, l'afecte que és a la nostra ment, és molt profunda, és molt forta. Per això, per a poder crear individus feliços, éssers humans amb calma a nivell mental, éssers

humans que tinguin pau mental, està molt relacionat amb el nostre afecte. L'afecte aporta confiança, autoestima, menys por.

Una actitud compassiva i un cor càlid aporten més amics, més somriures, una atmosfera més positiva. L'enuig genera més por, l'enuig crea lletjor en les nostres cares. L'enuig també porta a nivell físic més malalties, i com a resultat durant tota la teva vida pateixes, tens més problemes. I no hi fa res que tinguis molts diners, amb enuig seràs una persona isolada i solitària, infeliç. Amb una ment més compassiva, amb una ment oberta, la teva mà podrà arribar a tot arreu, i com a resultat sempre sentiràs que aquí hi són els teus amics, que allí també hi són els teus amics. Amb enuig, aquí hi trobaràs els teus enemics, i allí també hi trobaràs enemics. L'enemic no ve del cel, l'enemic no va començar amb nosaltres des del principi de la nostra vida, sinó que els enemics són creats posteriorment durant la nostra vida, i molts ho són a causa de la nostra pròpia actitud, de l'enuig, de l'odi, de les sospites, de la gelosia. Això ens crea més enemics. Parlant en termes generals, crec que hem de parar més atenció als nostres valors interns.

Aquest ha estat el tema principal de la meva xerrada, "L'Art de la Felicitat", i també la promoció dels valors humans. Què creieu vosaltres? Té algun sentit? Si veieu que té sentit, penseu-hi més, pareu-hi més atenció (*aplaudiments*). Gràcies, moltes gràcies. Pareu més atenció als valors interns, fomenteu-los i investigueu, perquè paga la pena. Si algú de vosaltres, individualment, sent que no és de la seva incumbència i pensa que aquest tema no té gaire rellevància, llavors simplement oblideu-la, no importa. Llavors penseu de la manera que soleu pensar, amb més gelosia, amb més sospita, amb més enuig, i si ja us està bé, doncs cap problema. (*riu alegrement*)

Un altre dels temes dels quals parlo és la promoció de l'harmonia religiosa. Abans, breument, ja he tocat aquest tema. Crec que totes les grans tradicions religioses, malgrat les seves diferències a nivell filosòfic, totes porten amb ella el mateix missatge (*aplaudiments, que continuen de fons mentre parla*) missatge d'amor, de compassió, de perdó... i totes les grans tradicions religioses... tenen el mateix potencial... (*més aplaudiments*)... bé... així que l'harmonia i la relació estreta entre les diferents tradicions, en base a un enteniment mutu, un respecte mutu, crec que és altament necessari, especialment en aquests moments.

De vegades, malauradament, hi ha més conflictes, i la humanitat està més dividida a causa de les diferents fes religioses, i això és realment molt desafortunat. Per això crec que necessitem parar especialment atenció a la promoció de l'harmonia religiosa, així que moltes gràcies, i ara respondré algunes preguntes... (*aplaudiments*) moltes gràcies, moltes gràcies.

Ara algunes preguntes.

(*Es produeix una pausa mentre es preparen les preguntes*)

S.S. Dalai Lama: Com anirà la traducció?

(*Comença el torn de preguntes, moderat per Jordi Llompart*)

J.LI.: Ho sento molt.

S.S. Dalai Lama: OK.

J.LI.: Sento molt haver de seure al seu costat. Tenim unes quantes preguntes. Sincerament, no voldriem cansar-lo, però tenim potser vint preguntes, però he de reduir, només li faré tres o quatre preguntes. La primera pregunta que potser pot respondre està relacionada amb Déu. Sembla que una persona entre l'audiència està una mica preocupada sobre el concepte de Déu, i sobre quan i com trobarem Déu. (*Sa Santedat riu*) Què en pensa vostè al respecte? (*fa la traducció al català*) Potser després de la mort?

(*J.LI. en fa una traducció resumida de la pregunta en català*)

S.S. Dalai Lama: Aquesta pregunta, com ja he mencionat abans... D'entre les diferents tradicions, en els camps filosòfics hi ha grans diferències. Hi ha bàsicament religions teistes i religions no teistes. Així que aquesta pregunta està relacionada amb les religions teistes. Per tant, en primer lloc, jo sóc la persona incorrecta a qui preguntar perquè jo sóc budista i formo part de les religions no teistes, així que Déu no és el meu tema. (*aplaudiments*) Tot i això...

(*és interromput per J.LI. per fer-ne la traducció*)

J.LI.: (*en català*) Aquest no és el seu tema, potser un dels temes a què ell està molt acostumat és el tema de tenir un diàleg amb la ciència. (*tradueix a l'anglès per a Sa Santedat i continua en anglès*) Sa Santedat, vós teniu moltes vegades discussions amb personatges científics i sembla que la religió budista i la seva filosofia estan més a prop que altres religions de la ciència. Per què és Budisme pot ser més proper a la ciència i quin tipus de diàleg es pot mantenir amb la ciència quant a l'existència de la vida i la naturalesa, i el significat de la vida?

S.S. Dalai Lama: Encara sobre la primera pregunta... des del punt de vista de les religions no teistes... oh! no, respecte del punt de vista de les religions teistes, sóc un no creient. Tot i així, a causa de les diferents disposicions mentals que hi ha a la Humanitat, el concepte de Déu és molt i molt poderós, Déu com a creador. Així, com ja he mencionat abans, un dels meus millors amics, amic espiritual, germà espiritual, fou un monjo catòlic barceloní. Quan el vaig conèixer em varen dir que havia estat cinc anys a les muntanyes darrere del Monestir de Montserrat. Em varen dir que durant cinc anys va estar com ermità. Així, vaig demanar-li: "Durant cinc anys que ha estat a la muntanya com a ermità, quin tipus de pràctiques heu fet?" I sense vacil·lació, em respongué: "Meditació en la compassió". Mentre responia allò, als seus ulls hi havia un tipus de llum especial... Així, aquesta és una raó suficient per la qual la causa de Déu és tan forta que porta a la transformació positiva d'una persona, d'aquella persona. I després, la mare Teresa, era molt similar i, com ja he dit anteriorment, Thomas Morton. El concepte de Déu, de creador, realment porta un entusiasme per a la pràctica de la compassió, de la tolerància, d'aquestes coses. Així, amb diferents disposicions mentals, necessitem diferents vies per a promoure l'amor, la compassió, el perdó, etc.

Una vegada, algú em preguntà en una de les meves conferències o discussions amb els meus germans espirituals cristians, una persona em preguntà que si hagués trobat Jesucrist, què li hagués preguntat, si hagués conegut Jesucrist. Llavors li vaig dir, i ho vaig pensar en aquell moment: "li voldria preguntar què és Déu, quin tipus de figura és Déu". Així que crec que avui aquesta persona m'ha preguntat el mateix. (*riu*)

Quant a la segona part, des de que el Budisme no té el concepte de Déu o creador, per tant històricament sembla ser que les religions teistes provenen de Déu cap a l'ésser humà; les religions no teistes, particularment el Budisme, han començat des de l'ésser humà i eventualment, mitjançant l'esforç de l'ésser humà i l'entrenament mental, eventualment la persona es converteix en Buda. Així que Buda és com el Déu budista. Per tant, el Budisme comença a l'ésser humà i té com a resultat un Déu, mentre que en les religions teistes la religió comença en Déu cap a l'ésser humà. Ara, com que el Budadharma comença en l'ésser humà, l'estructura bàsica budista és utilitzar la intel·ligència humana al màxim, i per aquesta via transformar les emocions. Ara, per utilitzar la intel·ligència humana hem d'adquirir un coneixement complet de la nostra ment, de les nostres emocions, i de la naturalesa de les diferents emocions i dels diferents tipus de ments. Per tant, en el Budisme una part és simplement explicació sobre la ment i les emocions, no té res a veure amb la religió. En segon lloc, a causa d'aquesta realitat, a causa d'aquesta naturalesa, el concepte o la possibilitat de canvi sorgeix. Aquesta és la filosofia budista. Llavors, a través de i des d'ella, l'espiritualitat budista, la pràctica budista. A causa d'aquest concepte, en base a aquesta realitat, comencen les implementacions. Això és la pràctica budista. Així, el Budisme es divideix generalment en tres parts: la ciència budista, el concepte budista o filosofia budista, i la religió budista. Així, quan parlem de ciència budista, és simplement investigació. Les ciències modernes també investiguen, mitjançant l'anàlisi troben la realitat. Les ciències budistes també, mitjançant l'anàlisi, mitjançant la investigació, mitjançant l'experiment, intenten conèixer la realitat. Així, el mateix objecte... naturalment en el Budisme l'objecte principal és la ment; en la ciència moderna l'objecte principal, el camp principal, són les coses físiques, el món físic, les partícules, talment. Així, hi ha fins ara certes diferències en diferents camps, però la manera d'investigar és la mateixa. Les ciències modernes utilitzen més equipament, més instruments. Les ciències budistes utilitzen la meditació, la lògica, i aquesta és la diferència, però les dues intenten trobar la realitat. Així, hi ha semblança, per això els científics desitgen aprendre i tenir més informació sobre les ciències budistes, sobre la ment, sobre les emocions, i de la mateixa manera el Budisme també troba de gran ajuda aprendre de les ciències modernes, sobre el món físic. Així, les discussions són de benefici mutu. Aquesta és la raó.

(*aplaudiments*)

J.LI.: Gràcies. Bé, de fet tinc tones de preguntes, però crec que no tenim temps. Però m'agradaria introduir una pregunta relacionada amb la situació política actual al món i com promoure la pau. Una pregunta que m'ha impactat, és de fa deu anys, especialment a partir de l'11-S. Com vostè sap, molts governs i polítics estan promovent la lluita en lloc de discutir, de dialogar, de reduir la gelosia, la por, la violència. Crec que... quina és, en la seva opinió, què hauríem de fer? Quina ha de ser la posició personal de cadascú quant a promoure la pau?

(*J.LI. tradueix resumidament al català*)

S.S. Dalai Lama: Efectivament, l'11-S un esdeveniment succeí. El dia següent, el dotze de setembre, vaig escriure una carta al president Bush, perquè ja el coneixia. El president, com a ésser humà, és una bona persona, molt senzilla, molt amistosa, molt... una persona amb qui pots entaular amistat fàcilment... (*J.Ll. riu, i també l'audiència*)... una persona molt agradable. De vegades alguns polítics són més distants, més reservats. Ell no és així. Així que m'agrada. Per això vaig escriure-li una carta, on expressava el meu condol cap als morts, cap als familiars de les persones mortes. També vaig voler expressar les mesures convenients a prendre davant aquest esdeveniment tan terrible i inimaginable, expressant l'esperança d'una via no violenta. No puc responsabilitzar alguns individus per les seves decisions. Sí que culpo el tipus de pensament general, com ja he dit anteriorment, quan quelcom succeeix simplement mirem l'esdeveniment sol, sense pensar en tots els altres factors. La realitat és molt més complicada. Però ens sembla que els esdeveniments són aïllats i independents, i adoptem un mètode per a encarar aquest objectiu independent, però la realitat és molt més sofisticada, molt més complicada. Aquestes són les decisions errònies produïdes per una manca de visió holística, aquest és el meu punt de vist. Evidentment ara, però essencialment crec que el desig de pau a nivell mundial està augmentant. Crec que un clar exemple són la primera i la segona guerres mundials. Durant aquells temps, quan les nacions implicades declaraven la guerra a l'altre bàndol, tots els ciutadans d'aquella nació, sense qüestionar, orgullosament se sumaven a l'esforç de la guerra. Des de la Guerra del Vietnam, aquesta actitud ha anat canviant. Fins i tot a la guerra de Kosovo, quan els europeus realment expressaren els seus dubtes sobre l'ús de la força, i també avui dia la Unió Europea amb les seves forces militars a l'Afganistan, molts membres d'estat són poc inclinats a enviar-hi soldats. Aquest és un nou tipus de realitat. I just abans de la crisi de l'Iraq, des d' Austràlia fins als EUA, milions de persones expressaren llur oposició a la guerra, a la violència.

Per això crec que el desig d'una pau genuïna està realment cada any fent-se més fort, i que en molts llocs, en moltes ocasions, quan expresso que aquest segle, no, que el segle anterior, el segle XX, fou el segle de la sang, dic que aquest segle, l'actual, ha de ser el segle del diàleg. I també per això crec que per a poder aconseguir una pau mundial duradora i genuïna, hem de tenir una visió de desarmament a nivell global, i per aquesta raó, amb aquest objectiu necessitem desarmament extern i desarmament intern (*forts aplaudiments*), i per això hem d'aturar la venda d'armes, el comerç d'armes (*més aplaudiments*). Quan parlo d'aquestes coses, en moltes ocasions, el públic, l'audiència, em recolza molt. Aquests són els indicadors del desig que la gent realment vol pau, estan completament farts de violència i violència; per tant aquests són senyals molt sans (*aplaudiments*), per això crec que amb més esforç, amb determinació, hi ha una possibilitat real que durant aquest segle puguem realment aconseguir una pau mundial vertadera i genuïna. Aquest és el meu punt de vista.

(*aplaudiments*)

J.Ll.: Ho intentarem, ho intentarem, gràcies.

(*segueixen els aplaudiments*)

S.S. Dalai Lama: Aquesta és una responsabilitat de cadascú, com ja he dit abans. Evidentment, jo sóc budista, també faig... reconec el poder de l'oració, però també sento que hi ha un límit per al poder de l'oració, per tant considero més important la nostra acció, més que l'oració (*aplaudiments*). Per tant, cadascú de nosaltres, té la gran responsabilitat de construir el nostre món, la nostra llar, més feliç, més pacífica, més no-violenta. Crec que això és una possibilitat comú, no ho és?

J.Ll.: Sí, Senyor. Gràcies, moltes gràcies.

(*aplaudiments*)

S.S. Dalai Lama: Gràcies (*al públic que l'aplaudeix*)

J.Ll.: Està clar, està clar que hem d'eliminar les nostres emocions negatives, treure-les fora de nosaltres i empènyer les emocions positives per ser feliços i per a vèncer les dificultats i els sofriments. (*Sa Santedat riu*)

Sa Santedat, aquesta és la darrera pregunta. Crec que aquí hi ha molta gent que recolza el Budisme per una banda, i que per altra banda també hi ha gent que recolza la causa tibetana i potser gent que recolza tant el Budisme com la causa tibetana al mateix temps, òbviament. I hi ha una pregunta, escrita en anglès: Sa Santedat, quina és la situació del Tibet ara? i, com podem nosaltres ajudar per recolzar les causes tibetanes? (*fa la traducció de la pregunta al català*)

S.S. Dalai Lama: Gràcies, esteu expressant la vostra preocupació pel Tibet, realment ho agraeixo. Necessitem el vostre recolzament, perquè estem passant per un període difícil i, malgrat el nostre enfocament del problema

tibetà no és cercar la separació de la Xina, estem cercant una autonomia genuïna, que és la millor garantia per a la preservació de la cultura tibetana, la tradició tibetana tan rica, i també l'entorn tan delicat. Per això estem realment preocupats, volent dir per l'autonomia. La gent aquí a Catalunya també tingué la mateixa experiència (*aplaudiments*), vosaltres heu aconseguit una estabilitat sobre els vostres drets bàsics, la vostra autonomia. Naturalment, al vostre cas, la vostra lluita, dins d'una atmosfera democràtica, comparant-la amb la del Tibet, sou molt afortunats. (*riu*)

Així que nosaltres estem intentant aconseguir una autonomia significativa dins de la constitució xinesa però fins ara no hi ha hagut cap gran progrés com a conseqüència de les nostres converses amb el govern xinès. Mentrestant, entre el públic xinès hi ha cada vegada un major coneixement i una major consciència de la cultura tibetana, sobre els tibetans, sobre l'espiritualitat tibetana, sobre el Budisme tibetà, i més i més xinesos mostren la seva simpatia, la seva preocupació, la seva solidaritat envers nosaltres. Crec que tot això és una font d'esperança i que també la gent a la Xina està en procés de canvi, així que això és una possibilitat real, és una base per a l'esperança. Mentrestant, necessitem recolzament del món exterior, sense anar més lluny, a Amèrica, ambdues cases d'Amèrica i també la Unió Europea, particularment el Parlament Europeu, ens recolza moltíssim, recolza moltíssim la qüestió tibetana i vosaltres, com a membres de la Unió Europea, la vostra preocupació definitivament és molt útil. Ara aquí, com en molts d'altres països, hi ha grups de recolzament al Tibet. El nostre grup de recolzament hauria d'augmentar i hauria de fer més contactes en la vostra pròpia comunitat i la vostra pròpia preocupació hauria d'arribar al Parlament de l'Estat i també al Parlament Nacional, i eventualment al Parlament Europeu. Aquesta és una manera de donar suport a la nostra causa. També he sentit que Catalunya econòmicament està prou bé, crec que està millor que altres parts d'Espanya, ho he sentit, no és així? (*riu alegrement*)

Així, que si és possible, visiteu el Tibet, encara que és bastant car, aneu al Tibet, passeu-hi un temps i estudieu en el lloc que està passant allà. Perquè malauradament els règims autoritaris de vegades posen informacions distorsionades com a propaganda. Per això és útil visitar i veure per vosaltres mateixos quines són les condicions allà. Si hi ha llibertat religiosa o no, si hi ha drets humans o no, quantes diferències existeixen entre la cultura tibetana i la llengua tibetana i les xineses, i també la possibilitat d'esbrinar la història passada i els esdeveniments després del 1951 o del 49, particularment a partir del 1959, que és el que va passar. L'últim Panchen Lama, just abans de la seva mort, digué: a causa de l'arribada dels soldats d'alliberament de la Xina al Tibet, certament hi ha construccions i alguns canvis positius, però de la mateixa manera hi ha també moltíssim dolor i moltíssima destrucció, públicament va expressar-se així.

Així, la gent tibetana en les darreres dècades ha sofert moltíssim, més d'un milió de tibetans han mort prematurament, crec que la meitat d'ells assassinats mitjançant accions militars o per persecució... no... execució, i tortura. I l'altra meitat morí prematurament a causa de la fam. I més de sis mil monestirs i temples han estat destruïts. Més de dos-cents mil monjos i monges, com a mínim, han desaparegut. Realment hem sofert moltíssim, així que estudieu en el lloc... i també la gent xinesa sofreix molt: milions, al voltant de setanta milions de xinesos crec que han mort també. Recentment un autor xinès va escriure un llibre on deia que prop de setanta milions de xinesos sofreixen molt. Mentrestant, el líder comunista que hi ha avui dia comparativament ha anat canviant. En els darrers seixanta anys el temps va canviant, la realitat també canvia, la política també va canviant, d'acord amb la nova realitat.

La gent xinesa, parlant genèricament, és molt pràctica i treballen molt dur, i allà on viuen... realment treballen dur. Sempre els admiro, la gent xinesa com a persones són realment una gran nació. Així, en algun moment les coses canviaran cap a positiu, aquesta és la meva visió. Gràcies!

(*aplaudiments*)

J.LI.: Gràcies. Moltes gràcies, moltes gràcies Sa Santedat. Realment agraim les seves paraules, que sigui aquí a Barcelona, i crec que tothom està molt content per les vostres ensenyances, i només vull dir-li simplement que torni molt aviat a Barcelona, esperem veure'l molt aviat. Moltes gràcies i un gran aplaudiment per a vostè. Gràcies.

(*Forts aplaudiments, que no han aturat des que el Dalai Lama acabà la seva darrera intervenció.*)

(*J.LI. continua en català, emocionat*)

Senyores i senyors, donem les gràcies a Sa Santedat i donem la paraula un momentet a Wangchen (*responsable de la Fundació Casa del Tibet i organitzador de la present conferència*). Permeteu-me que digui això, que em surt també del cor. És que... jo crec que la cloenda amb el Dalai Lama li toca fer-la al Wangchen, si hi ha algú que mereix avui un reconeixement especial per haver aconseguit tenir avui a Barcelona el Dalai Lama és Wangchen...

(aplaudiments i ovacions i que s'allarguen)

Wangchen és un autèntic lluitador infatigable, que darrere el seu somriure acumula tones d'energia i simpatia. Wangchen es va veure obligat a marxar del seu país quan només tenia cinc anys. Va sobreviure a una infància terrible, demanant almoïna als carrers de Katmandú, i més tard va ingressar com a monjo budista de Dharamsala. D'allà va saltar a Europa en una missió difícil, que és donar a conèixer el Tibet, una nació vençuda i oprimida pel règim xinès, com hem escoltat fa uns moments. Però avui, anys després d'aterrar a Espanya i Catalunya Wangchen és un home feliç que ha completat un dels seus somnis, que era portar el Dalai Lama a Barcelona perquè inauguri la nova seu de la Fundació Casa del Tibet i difongui el seu missatge de promoció de la pau i dels drets humans. Jo crec que l'última paraula l'hauria de dir ell, moltíssimes gràcies.

(els aplaudiments, que no han aturat en tot aquest moment, van apagant-se lentament, per deixar parlar el Ven. Thubten Wangchen. Wangchen fa un breu discurs en tibetà)

T. W. Vull donar especialment les gràcies a tothom pel seu esforç per a que Sa Santedat pugui haver vingut i agrair a Sa Santedat que hagi vingut a Barcelona.

*(Es dirigeix en tibetà a Sa Santedat, agraint-li la seva bondat per haver vingut a Barcelona)
Aplaudiments. Després continua en català)*

T. W. Bona tarda germans i germanes, *(aplaudiments)* estic molt content de compartir amb tots vosaltres, amb Sa Santedat el Dalai Lama aquest moment.

(segueix en castellà) Germans i germanes, gràcies a tots. No tinc paraules per a expressar la meva gratitud i la meva alegria d'estar aquí amb vosaltres, amb Sa Santedat el Dalai Lama, en aquest Palau Sant Jordi, compartint moments d'harmonia i pau. Vull donar les gràcies a Sa Santedat i també a tots vosaltres, aquest acte ha estat un gran èxit gràcies a tots vosaltres, a la vostra col·laboració, el vostre ànim i el vostre recolzament. Espero i vull demanar a Sa Santedat que torni una altra vegada a aquesta ciutat per a compartir el seu missatge de no violència, de pau, harmonia i felicitat.

(aplaudiments)

Demano que Sa Santedat tingui llarga vida, i el Tibet mai no desapareixerà i Tibet, la seva cultura, la seva identitat, viurà per sempre. Visca el Tibet. I visca Catalunya. I visca Espanya.

Vull demanar disculpes, estic molt content, de veritat, de tothom. Algunes persones han tingut problemes tecnològics amb la ràdio que no han funcionat i no han pogut escoltar el missatge del Dalai Lama, però no us preocupeu, penjarem el missatge en castellà a la nostra pàgina web, ho sento molt. Gràcies.

(aplaudiments)