

བོད་དོན་དམིགས་བྱུང་།

tibetfocus

BEILAGE: WAHLSPEZIAL

Gesellschaft Schweizerisch-Tibetische Freundschaft // Verein Tibeter Jugend in Europa // Verein Tibetfreunde // Tibetische Frauenorganisation

161 // September 2023

TIBET & DIE NÄCHSTE GENERATION

Hauptfokus // **Buddhismus neu denken – im Gespräch mit der Nonne Carola Roloff**

Kulturfokus // **Pah-Lak-Tournee – volle Säle und bewegte Herzen**

Wirtschaftsfokus // **China und die Schweizer Banken**



Erscheint vierteljährlich // Preis: Fr. 8.–



1 TITELSEITE // ©Thomas Büchli // Nonne in Tibet

4 HAUPTFOCUS // **Buddhismus neu denken – im Gespräch mit der Nonne Prof. Dr. Carola Roloff**

9 HAUPTFOCUS // **Meine persönliche Reise der Erkenntnisse durch den tibetischen Buddhismus**



© Tselhamo Büchli

© GSTF/Katharina Wernli



..... 11 KULTURFOCUS // **Pah-Lak-Tournee in der Schweiz – volle Säle und bewegte Herzen**

14 SAST // **Journée du Tibet au Théâtre Nuithonie, Fribourg**

16 WIRTSCHAFTSFOCUS // **China und die Schweizer Banken**

18 UYGHURFOCUS // **Das chinesische Überwachungssystem in Ostturkestan**

Editorial // **Liebe Leserin, lieber Leser**

Auch in dieser Ausgabe stehen die Frauen Tibets im Mittelpunkt. Dieses Mal im Zusammenhang mit Religion und gelebter Spiritualität. Da ich selbst tibetischen Buddhismus praktiziere, liegt mir das Thema «Zeitgemässe Gestaltung des Buddhismus» sehr am Herzen. Eine kritische Diskussion, wie sie dazu auch in unseren beiden Hauptfocus-Artikeln angeregt wird, erscheint mir dabei überaus wichtig. Menschenrechtliche Aspekte, gerade was die Gleichstellung der Frauen im buddhistischen Klosterleben betrifft, sind mir als Frau ein besonderes Anliegen. So hoffe ich sehr, dass unser Hauptfocus ein kleines bisschen dazu beitragen möge, den Buddhismus zeitgemäss in die heutige und zukünftige Zeit zu führen und dabei die Verbindung zu den Wurzeln nicht zu verlieren.



So wünsche ich Ihnen im Namen des gesamten Redaktionsteams eine anregende Lektüre und viel Freude beim Lesen der vorliegenden Ausgabe

Karin Gaiser
Redaktionsleitung tibetfocus

Folgen Sie Globi
und Tenzin durchs aktuelle
tibetfocus...



Alle Globi-Bilder aus «Globi bei den Yaks» //
© Orell Füssli AG, Globi Verlag, Imprint Orell Füssli Verlag

- 19 CHINAFOCUS
- 20 Falun Dafa: Ein uralter spiritueller Weg für Körper und Geist
- 21 TRAUMFOCUS // Reise in die Vergangenheit // Sektionen GSTF
- 22 GSTF // **Globi-Kindertag mit der GSTF auf der Lenzerheide**
- 23 GSTF // Tsampa-Event – sommerliche Idylle im Familiengarten Weilmatten
- 25 SAST // **14. Tibet Film Festival**
- 26 TIBETFREUNDE // 8808 Bücher für tibetische Schulkinder
- 28 TFOS // Rückblick
- 30 Veranstaltungen



༡༡། མཚུངས་མེད་ལྷོག་པ་པོའི་སྐྱེན་ལམ་དུ།

བར་ཐེངས་འདིའི་ནང་ལའང་བོད་ཀྱི་བྱུང་མེད་རྣམས་གཙོ་བོར་དམིགས་ཡོད། ལེན་ཅིག་འདིར་ཚོས་ལུགས་དང་འབྲེལ་ཡོད་བསམ་བཤིང་འཚོ་བ་
ཞིག་རེད། ངས་རང་ཉིད་ཀྱིས་བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྐྱེད་ལག་ལེན་བྱས་པ་ནས་བརྩུང། གནད་དོན་སངས་རྒྱས་ཚོས་ལུགས་དེར་རབས་ཅན་དུ་འགྱུར་
བའི་བརྗོད་གཞི་དེ་འདི་སེམས་དང་ཉ་ཅང་ཉེ། གནད་འགག་གི་གྲོས་བསྐྱར་རྣམས་ཚོས་གཙོ་གནད་ཚོམ་ཡིག་གཉིས་ཀྱི་ནང་དུ་དེ་ལྟར་བྱ་རྒྱུར་
སྐུལ་མ་གཏོང་བཞིན་ཡོད་པ་ངས་བལྟས་ན་ཉ་ཅང་གལ་ཆེ་ཞིག་མཐོང། འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་གི་སྤོགས་དང་དེ་བཞིན་ནང་བསྐྱེད་འཚོ་
བའི་ཁྲོད་ཀྱི་བྱུང་མེད་འབྲས་མཉམ་ཀྱི་གནད་དོན་ཐང་ནས། ང་རང་བྱུང་མེད་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་ལྷག་པར་དུ་སེམས་ཁྱུང་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད།
དེར་བརྟེན་ང་ཚོའི་གཙོ་གནད་སངས་རྒྱས་ཚོས་ལུགས་དེ། དེར་སྐབས་ཀྱི་འཇམ་གླིང་དུ་ཁྲིད་པར་ལེགས་སྐྱེས་ཏོག་ཙམ་འབྲེལ་རྒྱུའི་རེ་བ་ཆེན་
པོ་དང་། ད་ལྟོ་དང་མ་འོངས་ཀྱི་དུས་ལ་རྩ་བའི་བར་ཀྱི་འབྲེལ་བ་མི་ཤོར་བ་བྱེད་དགོས།
ངས་ཚོམ་སྤྲིག་ཡོངས་ཀྱི་ཚབ་ཁྲུ་ནས་བྱེད་ཚོར་གནད་དོན་ལྷོག་པར་སྤོ་སྐྱར་ལྷན་པའི་སྤོན་འདོན་ལྷ་རྒྱ་ཡིན།

ག་རིན་གྱི་སར།
བོད་དམིག་བཀར་ཚོམ་སྤྲིག་ཁང།



Buddhismus neu denken

Im Gespräch mit der Nonne Prof. Dr. Carola Roloff

Reisende zu Klöstern in Nepal und Indien kennen es sicher, das Geräusch ratternder Gebetsmühlen und den vermischten Geruch von Räucherstäben und brennenden Butterlampen. Man tritt ein in einen Raum, geprägt von festen Säulen, überwältigend ausgestattet mit buddhistischen Symbolen, rituellen Gegenständen, heiligen Schriften, und auf dem Boden liegen gewobene Teppiche mit Sitzkissen. Mit leisen Schritten bewege ich mich und setze mich vor eine Säule, in der Hoffnung anlehnen zu können, denn sitzen im Lotussitz sind meine Beine nicht gewohnt. Die Nonnen beginnen soeben das Gebet. Es ist noch kühl am eben angebrochenen Tag, und ich bin froh, einen Schal bei mir zu haben. Eingewickelt und mit geschlossenen Augen und umso offeneren Ohren lausche ich den Klängen der Puja ...

Solche Erinnerungen tauchen einem beim Besuch des tibetischen Klosters im zürcherischen Rikon auch wieder auf. Umgeben von viel Grün, dient das Tibet-Institut Rikon als spiritueller Begegnungsort zwischen Ost und West und ist zugleich Lehr- und Lernzentrum für heutige und nächste Generationen von Tibeter:innen und westlichen Studierenden zu Themen wie Sprache, Buddhismus und Kultur. In öffentlichen und privaten Veranstaltungen werden Meditationskurse und Vorträge gehalten. Mit diesen Angeboten sollen den Menschen hier im Westen der tibetische Buddhismus nähergebracht und Brücken zwischen Menschen verschiedener Nationen und Kulturen gebaut werden.

In der Schweiz, aber auch in weiteren westlichen Ländern, erfreut sich der tibetische Buddhismus seit Jahrzehnten grosser Beliebtheit. Woran liegt das wohl? Und welchen Herausforderungen, Hürden, aber auch Freuden sieht sich die tibetisch-buddhistische Gemeinschaft in der heutigen modernen Welt gegenübergestellt?

– Ich öffne meine Augen, die Puja ist vorbei ... Zeit, um Antworten zu aufgetauchten Fragen im Interview mit Prof. Dr. Carola Roloff zu finden:

Buddhist:in sein im heutigen (westlichen) Umfeld

Was macht den Buddhismus so attraktiv für die westliche Welt?

Carola Roloff – Hmm, das ist nicht einfach zu beantworten, und ich weiss nicht, ob sich die Attraktivität im Wandel der Zeit nicht auch geändert hat. Aber ich denke und beobachte, dass das Klischee des rationalen Buddhismus, welcher gut mit der Naturwissenschaft vereinbar ist und in dem es keine Dogmen gibt, nach wie vor besteht. Zudem ist im Buddhismus die Erfahrung sehr wichtig. So wird der Buddhismus in der wissenschaftlichen Literatur als Erkenntnis- oder Erfahrungs-Religion dargestellt, anders als beispielsweise eine Glaubens-Religion. Ich denke, viele Menschen sind weniger an der buddhistischen Philosophie interessiert, sondern mehr an den Erfahrungen durch Meditation oder an den Achtsamkeitsübungen. Gerade buddhistische Zentren bieten hier einen Zugang durch Meditationskurse, was die Menschen im Westen besonders interessiert und sie auf diesem Weg in Kontakt mit dem Buddhismus bringt.

Ich selbst habe mich eher für die Ethik und Philosophie im tibetischen Buddhismus interessiert und erlebte das viele Meditieren mehr als Qual (lacht). Manchmal

schwingt auch eine leichte Exotik mit, gerade beim tibetischen Buddhismus. Hingegen wirkt der Theravada-Buddhismus eher nüchtern.

Wie kann sich der Buddhismus in der modernen Welt als nützlich erweisen?

Mir persönlich ist es sehr wichtig herauszufinden, wo der Buddhismus besondere Stärken hat und was oder wie der Westen vom Buddhismus lernen kann. Seit einem Jahr mache ich eine Zusatzausbildung in Konfliktberatung und Mediation. Dabei schaue ich, was man aus dem Buddhismus mit den modernen Techniken verbinden kann, um Menschen zu helfen, ihre Konflikte zu lösen. Gleichzeitig bietet an der Uni Hamburg eine Gruppe Professor:innen, wovon ich eine bin, einen interdisziplinären Studiengang zum Thema Friedensbildung an. Der Kurs beinhaltet auch Buddhismus im Dialog mit den Themen Achtsamkeit und Friedenserziehung. Dabei analysieren wir konkret, welche Friedensinitiativen durch den Buddhismus entstehen und zum gesellschaftlichen Frieden beitragen. Auch in den Bereichen Seelsorge oder Care-Arbeit können aus dem Buddhismus mit modernen Ansätzen neue Methoden erschlossen werden, welche später in Spitälern, Hospizen, Schulen, Gefängnissen oder im Militär teilweise angewandt werden können. Solche neuen Ansätze der buddhistischen Seelsorge unterrichte ich bereits seit 2020 an der Universität Oslo.

Ebenfalls wichtig und hilfreich kann im Buddhismus die Introspektion sein: Man richtet die Aufmerksamkeit nach innen und wird sich der eigenen Person in ihrem Denken und Handeln bewusst. Doch darüber hinaus ist auch die «soziale Achtsamkeit» wichtig, wie ich sie nenne. Es ist wichtig, sich bewusst zu sein, dass alles mit allem verbunden ist. Im Buddhismus bedeutet dies Pratitya-samutpada, das Entstehen in wechselseitiger Abhängigkeit. Hier ist eine systemische Denkweise wichtig und gerade bei Themen wie dem Klimawandel ist der Wert des Mitgefühls zentral, um Verantwortung zu übernehmen. Man darf auch vor Mitleid nicht verzweifeln, sondern soll Kraft entwickeln, um sich engagieren zu können. Das sind, glaube ich, Fragen, die heute viele Menschen bewegen und in diesem Bereich verfügt der Buddhismus über gute Ressourcen, die gesamtgesellschaftlich wichtige Impulse geben können und weitergegeben werden sollten.

Und wo kann sich der tibetische Buddhismus noch weiterentwickeln?

Wir brauchen einen neuen Ansatz dafür, wie man den Buddhismus in der heutigen

Zeit versteht. Speziell die jüngere Generation, welche in einem anderen Kontext aufgewachsen ist und in einem anderen Rechtsrahmen denkt, braucht einen solchen neuen Zugang.

Es hat mich zum Beispiel sehr geärgert, als ich mich für die Rechte Tibets einsetzte, und es dann, als es um die Frauen-Frage ging, hiess, dass man Politik nicht mit der Religion vermischen soll. Doch im Rahmen der Menschenrechte ist Gleichstellung ebenfalls enthalten. Diese Haltung konnte und werde ich auch heute nicht akzeptieren. In diesem Sinne soll und muss der Buddhismus sich weiterentwickeln und auch kritisch sein. Natürlich ist dies ohne die tibetische Gesellschaft nicht möglich, so benötigt es auch eine entsprechende gesellschaftliche Entwicklung.

Wie schafft man es als Laie, die buddhistischen Werte und Lehren im Alltag zu praktizieren?

Die grosse Herausforderung, den Buddhismus im Alltag zu leben, hängt vom persönlichen Interesse ab: Was interessiert einen persönlich? Ist man mehr an der Geschichte interessiert, wie alles entstanden ist und sich entwickelt hat, oder



ZUR PERSON

Dr. phil. Carola Roloff (Bhiksuni Jampa Tsedroen) ist eine deutsche tibetisch-buddhistische Nonne, Tibetologin und Buddhologin, Buddhismus-Lehrerin und Buch-Autorin.

Sie ist Gastprofessorin an der Universität Hamburg und Gründungsmitglied der internationalen buddhistischen Frauenorganisation «Sakyadhita».

www.carolaroloff.de
carola.roloff@uni-hamburg.de



«Man darf auch vor Mitleid nicht verzweifeln, sondern soll Kraft entwickeln, um sich engagieren zu können.»

Carola Roloff und ihr ehemaliger Lehrer Geshe Thubten Ngawang besuchen das Kloster Jangchub Choeling, Mundgod, 1993.

mehr an der buddhistischen Philosophie, seinen Grundgedanken. Oder ist die tägliche Praxis, wie die Rituale auszuführen und Zuflucht zu nehmen von Interesse. Oder möchte man mehr in den engagierten Buddhismus eintauchen und gesellschaftlich etwas für das Gemeinwohl beitragen.

Ich selber unterrichtete «Grundlagen des Buddhismus» an der Universität Hamburg für Menschen, die noch keine Erfahrung mit Buddhismus gemacht haben. Die Studierenden kommen aus allen verschiedenen Fachbereichen. Zu Beginn lehre ich sie die Basis des Buddhismus, dessen Entstehen, seine Grundwerte etc. Dabei sollen Studierende einführende Literatur zum Buddhismus kennen lernen, wie das Buch «Buddhismus verstehen: Geschichte und Ideenwelt einer ungewöhnlichen Religion» von Perry Schmidt-Leukel, das sehr geeignet ist, um die jungen Menschen, die hier in Europa aufgewachsen sind, an den Buddhismus heranzuführen. Ich denke, solche Literatur ist besser geeignet, anstatt gleich mit dem Lamrim (Stufenweg zur Erleuchtung) einzusteigen.

So sieht das die ordinierte Buddhistin Bhiksuni Jampa Tsedroen ...

Was hat sich seit Ihrer Ordination 1981 in den buddhistischen Lehrstrukturen positiv verändert?

Als ich zum Buddhismus kam, da war ich 21 Jahre alt und fand die Lamrim-Unterweisungen grossartig. Ich habe gerne mitgemacht, doch es gab auch schwierige und problematische Textstellen, z. B. Das Thema «kostbare Menschengeburt», wo die organische Gesundheit proklamiert wird. Dazu stellt sich heute die Frage, wie wir mit Behinderungen umgehen.

Es gibt viele solche Themen in den Lehrbüchern die nicht aufgearbeitet sind, und man stolpert dabei immer wieder über vergleichbare Punkte. Manche Stellen sind auch patriarchaler Natur, so wird etwa von manchen berühmten Lehrern wie Phabongkha Rinpoche die Geburt als Mann im Gegensatz zu der als Frau als kostbarer dargestellt, obwohl der Buddha selbst das so nicht gesagt hat. Diese Überzeugungen sind heute nicht mehr zeitgemäss, weshalb es wichtig ist, sich zu überlegen, wie man an solche buddhistischen Texte herangeht.

Dies versuche ich an der Universität Hamburg, aber auch in der Erwachsenenbildung und in Schulklassen zu thematisieren. Ich durfte bei der Gestaltung der Bildungspläne der Schulbehörde Hamburg mitwirken, welche für die verschiedenen Altersstufen von Klasse 1 bis 13 zum Buddhismus erarbeitet wurden. Wichtig war dabei die Didaktik, also wie wird den Kindern und Jugendlichen unterschiedlicher Altersgruppen der Buddhismus vermittelt und mit welchen Themen steigt man kindgerecht ein. Hier hat der tibetische und allgemein der Buddhismus ganz viel zu geben. Aber die Grundlagen müssen dementsprechend aufgearbeitet werden.

Zudem haben wir fast keine buddhistischen Schulbücher von Menschen, die den Buddhismus auch selber praktizieren und noch dazu eine pädagogische Ausbildung haben. Hier würde ich mir wünschen, dass mehr junge Menschen in diesem Bereich tätig werden. Zum Beispiel gibt es bereits die Österreichische Buddhistische Religionsgesellschaft (ÖBR), welche kürzlich ihr 40-jähriges Bestehen feierte. In Österreich, an der KPH Wien/

Krems wird seit einigen Jahren eine Ausbildung als buddhistische Religionslehrer:in angeboten.

Weshalb, oder weshalb nicht, ist ein Nonnendasein in der heutigen Welt für die junge Generation in Europa erstrebenswert?

Das Thema Nonnentum finde ich sehr schwierig. Wenn junge Frauen zu mir kommen und sagen, sie möchten gerne Nonne werden, dann sage ich ihnen immer: Um Buddhismus zu praktizieren, muss man nicht Nonne werden ... (lacht). Die Bedingungen hier in Europa sind generell sehr schwierig, besonders für Frauen. In diese Situation möchte ich junge Menschen nicht hineinschicken.

Eine weitere Schwierigkeit ist die Frage, was nach der Ausbildung zur Nonne möglich ist. Die Vorzeigenonne aus Deutschland, Geshe Kelsang Wangmo, welche als erste Nonne in Dharamsala die Geshe-Prüfung gemacht hat, hatte nach dem Abitur mindestens 17 Jahre studiert, dann folgten sechs Jahre Prüfungen! Dies ist einfach zu lang, im Vergleich zum Christentum, wo Nonnen im Kloster eine 3-jährige Grundausbildung im Noviziat machen und anschliessend ein Studium in Theologie beginnen (3 Jahre Bachelor- und weitere 2 Jahre Masterstudium) oder alternativ dazu karitativ im Krankenhaus arbeiten. Diese Vielfalt der Möglichkeiten fehlt im Buddhismus Europas.

In den Mahayana-Klöstern in Südkorea zum Beispiel gibt es Nonnen, die sehr fortschrittlich unterwegs sind, eigene Notfallteams gebildet haben und Menschen während eines Spitalaufenthalts oder beim Kranken-Transport begleiten. In den Klöstern selbst gibt es Meditati-

onsklausuren, in welche sich die Nonnen für vier Wochen zur Meditation weg von der Klosterarbeit zurückziehen. Das ist eine Form von Burnout-Prävention und die Chance, das eigene Tun zu reflektieren. In der Theravada-Tradition des südlichen Buddhismus wird dagegen z. B. die Regel, dass man keinen Rasen schneiden darf, sehr streng ausgelegt. Mönche und Nonnen sollten nicht arbeiten, ein Widerspruch zum sozial engagierten Buddhismus, wo sich heute Nonnen und Mönche, auch im Theravada, gegen den Klimawandel, gegen Armut und für Menschenrechte einsetzen. Es ist wichtig, dass der Buddhismus dazulernt und sich verändert. Theologisch hat er viel zu bieten, man muss seinen Inhalt anders vermitteln als in der Vergangenheit und dem heute aktuellen Kontext entsprechend neu interpretieren und verorten.

Wie nehmen das die tibetischen Nonnen und Mönche wahr, kommen aus der buddhistischen Community Forderungen für Veränderungen auf?

Nach meiner Novizordination als Getsülma reiste ich 1983 zusammen mit meinem ehemaligen Lehrer Geshe Thupten Ngawang ins Kloster Sera. Durch diesen Besuch lernte ich das Mönchsleben von innen kennen. Im Jahre 1987 habe ich mitgeholfen, das Nonnenkloster Jangchub Choeling in Mundgod aufzubauen, wo seit 2016 jedes Jahr Nonnen ihr Geshe-Diplom abschließen. Über all die Jahre habe ich festgestellt, dass es Mönche in verschiedenen Altersgruppen gibt, die sehr fortschrittliche Vorstellungen haben, diese aber oft nicht offen aussprechen. Nur in vertrauensvollen persönlichen Gesprächen wird die eigene Tradition kritisiert, jedoch selten bis nie nach aussen kommuniziert.

Gerade das Thema Nonnenordination war viele Jahre ein absolutes Tabuthema und auch noch heute gibt es diesbezüglich unterschiedliche Meinungen und Haltungen. Teilweise fehlt es am politischen Willen und es ist nicht so, dass eine Ordination vom Ordensrecht nicht möglich wäre. Anhand dieses fehlenden Willens seitens der Entscheidungsträger (offiziell Beauftragte) merkt man, wie verkrustet das ganze System ist.

Es wird in alten indischen Kommentaren nach Argumenten gesucht, die gegen eine «ökumenische» Nonnenordination sprechen. Doch solche Fälle hat es früher nicht gegeben. Deshalb braucht es ein Weiterdenken. Doch ein historisch-kritisches Denken bezüglich der Texte im tibetischen Buddhismus existiert in der traditionellen Ausbildung nicht, sondern nur in Universitäten, die weltweit nach in-

ternationalen Standards arbeiten. Und ich glaube, dies wird durch das Dasein im Exil noch verschlimmert.

Im Vergleich zu Ländern, wo es politischen Frieden und Freiheit gibt, entwickelt sich der Buddhismus ganz anders in seinen Gemeinschaften, die aus Flüchtlingen bestehen und die ihre Tradition im Exil aufrechterhalten wollen. Die Gefahr daraus ist Unbeweglichkeit. Wenn man versucht festzuhalten, zu wiederholen, was früher mal war, ohne sich zu bewegen, dann ist das der Todesstoss für den Buddhismus. Hier braucht es die junge Generation und mutige Lehrer:innen, die sich etwas trauen. Darauf zu warten, dass alle einmütig zustimmen, ist ein schönes Ideal, aber unrealistisch.

Das Thema Gleichstellung im tibetischen Buddhismus liegt Ihnen sehr am Herzen. Wie schätzen Sie deren Entwicklung ein, wo stehen wir heute, und wo geht die Reise hin?

Das ist ein schwieriges Thema. Doch ich habe mich sehr über die Nonnenordination von 142 Novizinnen im Jahre 2022 in Bhutan gefreut. Eigentlich sind die Möglichkeiten für eine Ordination klar, ordnungstechnisch gibt es kein Problem, und das wissen auch alle Vinaya-Experten, wenn sie ehrlich sind.

Es gibt zwei Möglichkeiten, doch auch nach 30 Jahren Forschung konnte man sich nicht entscheiden, welche Möglichkeit besser ist... (lacht) Das ist unglaublich. Natürlich hat das mit Hierarchien zu tun und niemand möchte am Ende die Verantwortung tragen, dass er entschieden hat, falls Ärgernisse daraus entstanden sind.

Aktuell haben die Nonnen die Möglichkeit nach Bhutan zu gehen, wenn sie eine volle Ordination in der tibetischen Tradition empfangen wollen. Doch bei ihrer Rückkehr nach Indien ist die volle Ordination der Nonnen in der klösterlichen Hierarchie und ihrer Struktur nicht vorgesehen.

Besser wäre es, wenn man diese neue Ordinationsmöglichkeit organisiert und es kein Durcheinander mit den Hierarchien gibt. Leider sehe ich das im Moment nicht, und es gibt durchaus tibetische Nonnen, die bereits heimlich ihre volle Ordination empfangen, sowohl im Exil als auch in Tibet selbst. Sie sprechen es jedoch nicht aus, aus Angst, ausgegrenzt zu werden.

Es lässt sich vergleichen mit den Frauen in der katholischen Kirche. Sie studieren das Gleiche wie die Männer, dürfen jedoch bei Abschluss nicht Pfarrerin werden, da das Pfarramt nur für Männer zulässig ist.

Ich erachte dies als höchst problematisch, besonders aus einer Menschenrechts-Perspektive.



Braucht es neben den klösterlichen Systemen auch auf politischer Ebene eine Veränderung?

Diesbezüglich habe ich den Eindruck, dass zwei Probleme ineinandergreifen, die es besonders schwierig machen, Lösungen zu finden. Ich glaube, dass zum einen die Mönchsklöster zu gross sind. Es gibt zwar sehr viele Mönche, jedoch wenige, die wirklich von ganzem Herzen Mönche sind. Wenn ich zurückblicke auf meine erste Reise in das Kloster Sera, da gab es 1000 Mönche, und heute sind es 5000. Das sind viel zu viele, was ist der Nutzen so vieler Mönche ... und wovon sollen sie alle leben?

Mit Blick auf Taiwan oder Korea, da ist die Anzahl der Mönche und Nonnen in etwa ausgeglichen. Und ich bin mir sicher, dass es langfristig ohne Frauen nicht geht, deshalb ist es wichtig, in deren Ausbildung zu investieren, sowohl «theologisch» als auch praktisch. Seine Heiligkeit der Dalai Lama hat bereits im Januar 2008 in Mundgod empfohlen, dass Nonnen eine traditionsübergreifende Buddhismus-Ausbildung anstreben sollten. Das ist 15 Jahre her, und nichts ist in diese Richtung passiert. Frauen müssen sich mehr trauen und brauchen mehr Mitspracherecht.

Aus der Forschung weiss man: Ein System kippt erst dann, wenn es mindestens 30 Prozent Frauenanteil aufweist. Es wäre also wünschenswert, wenn es in der tibetischen Exilregierung eine Quotenregelung gäbe, die mindestens 30 % Frauen in den führenden Gremien fordert, auch wenn es um Religion geht. Dies, um Frauen überhaupt in das System hineinzubekommen, und eine Veränderung auf politischer Ebene zu erwirken.

«Nur in vertrauensvollen persönlichen Gesprächen wird die eigene Tradition kritisiert, jedoch selten bis nie nach aussen kommuniziert.»

Wie kann es sein, dass Buddhismus gelebt wird, gleichzeitig aber Entscheidungen getroffen werden, die zum Leidwesen der Frauen dessen Wertvorstellung widersprechen, und woran liegt das?

Der Buddhismus ist ambivalent, es gibt verschiedene Quellen. Der Buddhismus ist in seinen Aussagen widersprüchlich. Es gibt in den buddhistischen Texten verschiedene Stimmen zum Thema Frauen. Die einen plädierten schon früh dafür, dass Frauen den gleichen Stellenwert wie die Männer haben sollten, andere hielten sie für minderwertig.

Das Spannungsfeld zwischen den Widersprüchen ist von Vorteil, denn dadurch eröffnet sich ein Verhandlungsspielraum. Die Unterscheidung zwischen den Geschlechtern ist menschgemacht, kulturbedingt. Der Geist ist weder männlich noch weiblich. Es gibt aber auch Textstellen, in denen es heisst, dass es vier Unmöglichkeiten gibt: Zum Beispiel, dass Frauen ein (historischer) Buddha werden. Alle zukünftigen Buddhas wie Maitreya werden als männlich dargestellt. Andererseits gibt es nach tibetisch-buddhistischer Überlieferung weibliche Buddhas wie Tara, die als Frau die vollkommene Buddhaschaft erlangt haben.

Solch widersprüchliche Textstellen gibt es viele. Trotzdem hält sich die Vorstellung hartnäckig, es sei besser, als Mann geboren zu sein. Nun fragt es sich, wie wir damit umgehen und was es braucht, um ein Umdenken anzuregen. Dies wäre Teil der Ausbildung. Ein kritisches historisches Herangehen an solche

Texte ist sehr wichtig und muss gelernt werden. Denn Wiederholungen vom Alten ohne neue Ansätze ist keine Wissenschaft. Dies liegt in den Händen derer, die für den Buddhismus und seine Tradierung verantwortlich sind. Zu uns an die Universität Hamburg kommen jedes Jahr Mönche und Nonnen aus Süd-Korea, um diese historisch kritische Herangehensweise an Texte zu lernen und diese später an ihren Universitäten zu unterrichten. Denn diese Methode gibt es bei ihnen noch nicht ausreichend. Hier sehe ich eben das Problem, dass die Tibeter:innen durch ihr Dasein im Exil eine gewisse starre oder enge Sichtweise entwickelt haben, was Veränderungen schwer macht.

Haben die tibetisch-buddhistischen Lehren ein Ablaufdatum, ganz im Sinne von Vergänglichkeit?

Ja, das ist eine schöne Frage, denn tatsächlich können wir, wenn wir uns den Buddhismus und dessen Entwicklung anschauen, sehen, dass der Buddhismus zu Zeiten des Buddha anders ausgesehen hat als heute. Und das zeigt uns, dass der Buddhismus, weil er aus Ursachen entstanden ist, sich verändert. Wenn man die buddhistische Lehre ernst nimmt, dann müsste man sich bewusst sein, dass, wenn es heisst, den Buddhismus und die Tradition zu bewahren, das nicht bedeutet, auf Stillstand zu setzen. Natürlich spielt beim Thema Vergänglichkeit in einer buddhistischen Denkweise stets das Thema Degeneration mit. So sagt man etwa, dass die Praxis des Dharma immer schlechter werde, weil je länger wir uns von Buddha entfernen, die Lehre ganz verschwinden wird. Aber andererseits wird die Lehre von Buddha Maitreya auch wieder neu entdeckt – es ist also ein Kommen und Gehen. Und es heisst auch, dass in Zeiten, die so degenerativ sind, es besonders verdienstvoll ist, wenn man Gutes tut. Ich glaube, man darf hier keine grosse Angst vor der Vergänglichkeit haben, denn sie gehört zum Leben. Und diese Veränderung ist für mich ein Zeichen von Lebendigkeit. Wenn die Lehre nicht mehr lebendig ist, dann wird sich niemand mehr dafür interessieren und sie praktizieren. Hier frage ich mich, wie viele Tibeter:innen es in der Schweiz gibt, die sich wirklich für den Buddhismus interessieren. Ich hoffe, dass es einige sind, befürchte aber gleichzeitig, dass sich viele vor allem mit den weltlichen Dingen beschäftigen und der Buddhismus nur noch zur Geburt, zum Heiraten oder Sterben eine Bedeutung hat. Das kann sich nur ändern, indem man den Buddhismus zeitgemässer und in der Gesellschaft sichtbarer macht.



Was wünschen Sie sich für den tibetischen Buddhismus und welchen Beitrag sollte die tibetische Gesellschaft hier beisteuern?

Hierzu habe ich einen konkreten Wunsch, und zwar, dass die asiatisch-stämmigen Buddhist:innen sich stärker mit den «westlichen» Buddhist:innen austauschen, zusammensetzen und den Buddhismus gemeinsam weiterentwickeln. Das wäre (für beide Seiten) eine grosse Bereicherung. Ich würde mir auch wünschen, dass sich die Tibeter:innen in Europa viel stärker einbringen und mit anderen religiösen Traditionen in einen Dialog eintreten. Dass man gemeinsam versucht, eine grössere Sichtbarkeit des geliebten Buddhismus zu schaffen.

Herzlichen Dank, Frau Dr. phil. Carola Roloff, für dieses Interview.

Literatur-Empfehlungen

- Roloff, Carola / Knauth, Thorsten (2023). **Buddhistischer Religionsunterricht. Bestandsaufnahme und Perspektiven.** Waxmann Verlag. www.waxmann.com/buch4666
- Krammer, Kurt / Rötting, Martin (2022). **Buddhismus in Europa. Facetten zwischen Mode, Minderheit und Mindfulness in interreligiösen Bezügen.** www.lit-verlag.de/isbn/978-3-643-51107-2
- Roloff, Carola / Drechsler, Katja / van Hoogstraten, Marius / Markowsky, Andreas (2019). **Interreligiöser Dialog, Gender und dialogische Theologie.** Waxmann Verlag.
- Schmidt-Leukel, Perry (2017). **Buddhismus verstehen. Geschichten und Ideenwelt einer ungewöhnlichen Religion.** Verlag Gütersloher.
- Amirpur, Katajun / Knauth, Thorsten / Roloff, Carola / Weisse, Wolfram (2016). **Perspektiven dialogischer Theologie. Offenheit in den Religionen und eine Hermeneutik des interreligiösen Dialogs.** Waxmann Verlag.
- Roloff, Carola / Weisse, Wolfram / Zimmermann, Michael (2011). **Buddhismus im Westen. Ein Dialog zwischen Religion und Wissenschaft.** Waxmann Verlag. www.waxmann.com/buch2555

© Tselhamo Büchli



Die weisse Tara

Meine persönliche Reise der Erkenntnisse durch den tibetischen Buddhismus

Als Sohn tibetischer Flüchtlinge bin ich zutiefst dankbar dafür, dass das wertvolle Erbe Tibets und meiner Eltern in Form des tibetischen Buddhismus ein fester Bestandteil meiner Welt ist. Doch in den letzten Jahren hat sich meine persönliche Interpretation dessen, was es bedeutet, ein Buddhist zu sein, deutlich verändert. In diesem Artikel möchte ich mein Verständnis des Buddhismus reflektieren und hoffe, dass dies nicht nur für mich selbst, sondern auch für die Leser:innen neue Impulse setzen wird. Mein Dank gilt meinen Eltern Dawa Gyaltzen und Chimey Yangzom, meinem Grossvater Lama Tsegyal, S.H. dem 14. Dalai Lama, Dilgo Khyentse Rinpoche, Dzongsar Khyentse Rinpoche, Chogyam Trungpa, Geshe Thupten Legmen la, Geshe Penpa Tsering la, Geshe Lhakdor Lobsang la und all meinen Diskussions- und Austauschpartner:innen, die mich auf meinem spirituellen Weg bisher begleitet und unterstützt haben.

Tenzin Lobsang Sara

Während meiner Kindheit erhielt ich eine Einführung in den Buddhismus von meinen Eltern und Grosseltern. Besonders mein Vater und mein Grossvater waren stark mit den Lehren und Praktiken des Buddhismus verbunden. In meiner Jugendzeit betrachtete ich den Buddhismus hauptsächlich als das Rezitieren von Gebeten für das Wohl und als einen Leitfaden, um im Alltag Gutes zu tun. Damals hatte ich jedoch noch keine genaue Vorstellung davon, was dies aus der Perspektive des Buddhismus wirklich bedeutete. Im Laufe der Zeit wurde mir bewusst, dass das Verständnis von Gutem nicht so einfach ist. Es variiert je nachdem, wie tief man in die buddhistische Lehre eintaucht und welche Erkenntnisse daraus gewonnen werden. Dabei ist immer entscheidend, welche Absicht wir mit unseren

Handlungen verfolgen – ob sie darauf abzielen, das Leiden zu verringern, unseren Geist zu erwecken oder zur Erleuchtung zu gelangen.

Die Vielfalt des Buddhismus

In der heutigen modernen Welt stehen uns buddhistische Texte und Lehren in vielen Sprachen online zur Verfügung, sei es in schriftlicher oder audiovisueller Form. Dies erleichtert uns das Studium und die Praxis des Buddhismus. Persönlich führte jedoch die Flut an Informationen auch zu höheren Erwartungen an einen schnellen Fortschritt in meiner geistigen Entwicklung und Praxis, was zuweilen Frustration verursachte. Im Austausch mit einigen buddhistischen Lehrern wurde mir dann klar, dass das Lesen zahlreicher buddhistischer Bücher und das Ansehen verschiedener Lehrvorträge von unterschiedlichen Lehrer:innen nicht zwangsläufig zu Fort-

schrift führen. Im Gegenteil ist es lohnenswert, den Fokus auf die Grundlehren des Buddhas zu richten, sich nur mit einigen wenigen buddhistischen Lehrer:innen intensiver zu beschäftigen und dann letztendlich selbst eine Auseinandersetzung mit den Inhalten zu führen. Dabei sind auch verschiedene Hilfsmittel von Bedeutung, wie zum Beispiel Bilder und Statuen in verschiedenen Formen, die mich immer wieder an die Lehren Buddhas erinnern sollen. So erfüllt beispielsweise auch eine Gebetskette diese Funktion der Erinnerung und Unterstützung.

Was bedeutet es also, ein Buddhist zu sein, und gibt es einen einheitlichen buddhistischen Weg? Die Antwort lautet nein – jeder Mensch muss seinen eigenen Weg finden. Buddha selbst hat verschiedene Methoden ausprobiert, um zur buddhistischen Wahrheit zu gelangen, und seine Lehren waren je nach Gegenüber und



Geshe Penpa Tsering la, Dharamsala



Der Autor mit S. H. dem 14. Dalai Lama

Umständen unterschiedlich. Das Ziel besteht darin, die Grundlehren des Buddhismus in das eigene Leben zu integrieren, um langfristig die Erleuchtung zu erlangen. Es geht nicht darum, den gleichen Weg wie Siddhartha Gautama zu gehen, sondern sich dieselben Fragen zu stellen. Chögyam Trungpa, ein buddhistischer Lehrer, beschreibt den Buddha als ein Vorbild für einen gewöhnlichen Menschen, der die Täuschungen des Lebens auf spiritueller und alltäglicher Ebene durchschaut hat. Indem man Zuflucht zum Buddha nimmt, strebt man nicht danach, gerettet zu werden, sondern man findet jemanden, dem man nacheifern kann.

Eine tiefgreifende Betrachtung des Leidens im Buddhismus und darüber hinaus

Die vier edlen Wahrheiten bilden das Fundament der buddhistischen Grundlehren und befassen sich mit dem Thema des Leidens. Sie umfassen die Erkenntnis, was Leiden ist, was es verursacht, ob es eine Möglichkeit gibt, es zu beenden, und wie man es beenden kann. Es ist wichtig zu betonen, dass das buddhistische Verständnis von Leiden sich von der herkömmlichen Bedeutung des Wortes unterscheidet. Leiden wird als eine universelle Erfahrung betrachtet, unabhängig von materiellem Besitz. Um dies zu verstehen, wird empfohlen, Bücher zu lesen oder Vorträge anzuhören. Sobald ein grundlegendes Verständnis entsteht, ist es sinnvoll, sich mit weiteren buddhistischen Prinzipien zu beschäftigen, die mit den edlen Wahrheiten in Verbindung stehen.

Um das Verständnis zu vertiefen, kann man über folgende Prinzipien nachdenken: Alles in unserer Realität ist vergänglich. Emotionen und das Leben selbst sind mit Leiden verbunden. Objekte haben keine intrinsische Existenz, und Erleuchtung als geistiger Zustand bedeutet Frieden und ein letztendliches Glück, das jenseits unserer Vorstellungen liegt. Der Buddhismus lehrt auch, dass alle Lebewesen miteinander verbunden sind und es wichtig ist, Mitgefühl und Güte zu zeigen, insbesondere gegenüber Menschen, die uns feindlich gesinnt sind, um das Leiden in der Welt zu verringern. In Verbindung mit diesen Prinzipien ist die Praxis der Nicht-Anhaftung bedeutsam. Das bedeutet, sich nicht an Dinge oder Vorstellungen (einschliesslich Vorstellungen über den Buddhismus) zu klammern, da dies ebenfalls zu Leiden führen kann. Es ist wichtig anzuerkennen, dass wir in diesem Leben höchstwahrscheinlich keine vollkommene Klarheit bezüglich dieser Fragen und Prinzipien erlangen werden. Dennoch ist es aus karmischer Sicht erstrebenswert. Buddha selbst durchlebte unzählige Leben, bevor er als Siddhartha Gautama die Erleuchtung erlangte.

Die Herausforderung des spirituellen Materialismus auf der buddhistischen Reise

Wenn wir uns tiefer mit der buddhistischen Lehre beschäftigen, besteht die Gefahr, dass wir uns von den Lehren Buddhas entfernen und nur oberflächlich den buddhistischen Anschein wahren. Unser Ego neigt dazu, Spiritualität für eigene Zwecke zu instrumentalisieren, sei es aus



Stolz, ein Buddhist zu sein, oder im Wettbewerb mit anderen, um der beste Buddhist zu werden. Das blosses Ansammeln von buddhistischem Wissen oder das Streben nach einem bestimmten geistigen Zustand ist ebenfalls problematisch, da es zu einer Sucht werden kann. Chögyam Trungpa bezeichnete dies als «spirituellen Materialismus» – den Glauben, dass der Besitz von etwas uns vom Leiden befreien kann.

Um auf der buddhistischen Reise erfolgreich zu sein, ist es von grosser Bedeutung, den eigenen Geist fortlaufend zu beobachten. Ein entscheidender Faktor für den Erfolg liegt in der Praxis der Meditation, die als zentraler Bestandteil des Buddhismus genutzt wird, um den Geist zu beruhigen und zu fokussieren. Durch Meditation kann ein tieferes Verständnis von sich selbst und der Welt erlangt werden. Dennoch führt die alleinige Praxis der Meditation nicht automatisch zur Erleuchtung. Es ist ebenso wichtig, den Gedanken loszulassen, dass ein bestimmtes Glaubenssystem oder bestimmte Praktiken den Schlüssel zur endgültigen Befreiung darstellen. Dzongsar Khyentse Rinpoche, ein weiterer buddhistischer Lehrer, drückte dies einmal folgendermassen aus: «Normalerweise schätzen wir nur die Hälfte des Zyklus der Vergänglichkeit. Wir akzeptieren die Geburt, aber nicht den Tod, den Gewinn, aber nicht den Verlust, das Ende von Prüfungen, aber nicht den Anfang. Wahre Befreiung kommt daher, den gesamten Zyklus zu schätzen und sich nicht an den Dingen festzuhalten, die uns angenehm erscheinen.»

Zum Abschluss möchte ich betonen, dass ich mich nach wie vor am Anfang meiner spirituellen Reise befinde und mir bewusst bin, dass es noch vieles gibt, das ich nicht vollständig verstanden habe. Daher gehe ich mit einer offenen Haltung durch die Welt und teile meine Gedanken nicht, um andere zu überzeugen, sondern um Feedback und Diskussionen anzuregen und mich weiterzuentwickeln. Wenn wir unsere Gedanken für uns behalten, bleiben sie ungetestet und können nicht wachsen.



© zVg

Pah-Lak-Tournee in der Schweiz – volle Säle und bewegte Herzen

KULTURFOCUS

Wir blicken zurück auf sehr bewegte Tage der Schweizer Tournee des tibetischen Theaterstücks «Pah-Lak» vom 24. bis 29.6.2023.

Bettina Eckert // Fotos: Katharina Wernli und Tselhamo Büchli

Die Tour kann als voller Erfolg verbucht werden, mit bestens besetzten Theatersälen und tief berührtem, begeistertem Publikum. Die Schauspieler:innen und die gesamte Theater-Crew haben hervorragende Arbeit geleistet und das sehr schwierige Thema auf eine sehr feinfühlig und eindrückliche Art vermittelt.

Auf alle Aufführungen folgte jeweils ein Podiumsgespräch, bei dem die Zuschauer:innen Fragen an die Regisseure Harry Fuhrmann und Lhakpa Tsering, an Schauspieler:innen und an den ehemaligen politischen Gefangenen Golog Jigme richten konnten. Die Fragen drehten sich um die aktuelle Lage in Tibet, die Situation der Tibeter:innen im Exil, das Stück selbst und die Theatertournee und -produktion. Golog Jigme schilderte die erlittene Folter auf dem «Tigerstuhl», einer zentralen Requisite auf der Bühne. Zusätzlich begleitete die Wanderausstellung «GewaltFreiheit» das Stück in den Theaterforen.

Theaterpremiere mit Tibet-Tag in Villars-sur-Glâne

Die Schweizer Premiere des Stücks am 24. Juni im Theater Nuithonie in Villars-sur-Glâne wurde durch einen Tibet-Tag eingeleitet, organisiert durch die GSTF-Sektion Romandie. Der Tag war gefüllt mit einer Podiumsdiskussion zum Thema «Von der politischen Unterdrückung zur Ausrottung eines Volkes und einer Kultur – Verstehen, was derzeit in Tibet geschieht» mit Nationalrat Nicolas Walder, Fanny Iona Morel, Kelsang Pawotsang und moderiert von René Longet (Co-Sektionsleitung GSTF-Sektion Romandie). Gefolgt von einem tibetischen Kulturprogramm mit Tänzen und Gesang der tibetischen Gemeinschaft Fribourg, stand zum Abendessen ein Foodtruck mit leckeren Momos bereit.

Danach beeindruckte die Theateraufführung von «Pah-Lak» die Zuschauer:innen und fand mit dem Podiumsgespräch ihren Abschluss. Auf dem Podium nach der Aufführung stellten sich Harry Fuhrmann und Lhakpa Tsering, Nyima Dhon-

Rückmeldungen einiger Zuschauer:innen

«Die Aufführung war stark, hat mich sehr bewegt, es blieben auch einige Fragen für mich zurück.» – Regula

«Die Erinnerung an das Stück Pah-Lak berührt mich nach wie vor und trifft mich mitten ins Herz. Was für eine grossartige Leistung!

Ich war stumm, traurig und erschlagen nach dieser Aufführung, deshalb möchte ich nachholen: Bravo für Schauspieler:innen, Musiker:innen, Autor, Regie, Bühnen- und Kostümbild! Bravo!

Pah-Lak ist so brisant in der Thematik zu Tibet und allgemein so aussagekräftig bezüglich Gewalt/Gewaltlosigkeit. Das sollten sich noch viele Menschen ansehen!» – Pia

«Das Theaterstück Pah-Lak, die Regie, die Produktion und die phantastischen Schauspieler:innen haben mich sehr tief berührt.

Es ist zeitlos, differenziert und exemplarisch für die trostlose Welt-politik. Die Differenzierung vom politischen System und den Repräsentant:innen des tibetischen und des chinesischen Volkes ist enorm sensibel herausgearbeitet worden. Ich bin immer noch überwältigt.» – Michaela

«Das Theaterspiel war überragend, sehr subtil und feinfühlig.» – Tenzin

«Es war für uns eine neue Erfahrung, ein Stück in einer fremden Sprache zu zeigen und ein ganz neues Publikum im Theater zu begrüßen. «Pah-Lak» ist es gelungen, differenziert und – obwohl es um Gewalt und Selbstverbrennung geht – ohne «Schock»-Moment den Kampf der Tibeter und Tibetere:innen für politische und kulturelle Selbstbestimmung darzustellen. Die Figuren waren eindrücklich gezeichnet und gespielt. Besonders gefreut hat mich, dass die Aufführung auch ein





Treffpunkt für die tibetische Gemeinschaft war, von ganz klein bis pensioniert –, entsprechend lebendig war die Atmosphäre vor und nach der Vorstellung. Zwei rundum gelungene Abende!» – Bettina Durrer, Gesamtleiterin Theater Winterthur

«Vielen Dank! Das Theaterstück Pah-Lak war ein grosser Höhepunkt in all den Jahren von verschiedenen Kampagnen ... Ich war froh, dass ich es geschafft habe, diese Aufführung nicht zu verpassen: einmalig, was damit realisiert wurde. Das Stück berührt jeden Zuschauer und transportiert die verzweifelte Situation in Tibet subtil und doch tiefgründig – für alle Beteiligten ist es eine grosse Tragödie und lässt keine Familie unbelastet von der Unterdrückung des Regimes.

Grosses Kompliment, dass ihr die Verantwortung übernommen und die Veranstaltungen in der Schweiz organisiert und koordiniert habt. Vielen Dank.» – Tashi

«Ein Schluchzen da und Tränen dort. Auch die unterdrückten Tränen waren spürbar... An diesem Abend kam das Leid des tibetischen Volkes visuell ganz nah. Die Schauspieler:innen trafen mit der Verkörperung ihrer Rollen mitten ins Herz. Mit etwas, das ich nicht persönlich kenne: Folter und Erniedrigung aufs Schlimmste. Grausam! Was die tibetischen Darsteller:innen, die diese leidvollen Situationen Abend für Abend auf der Bühne durchlebt haben, geleistet haben, ist bewundernswert. Respekt!

Ich bin froh, Pah-Lak gesehen zu haben. Und noch dankbarer dafür, in «Freiheit» und ohne Angst leben zu dürfen, ohne Repression zu erfahren, mehr oder weniger sagen zu können, was ich denke, und für die Sache Tibets tätig zu sein.» – Gerda



Das Stück «Pah-Lak» erzählt vom gewaltlosen Widerstand der Tibeter:innen gegen die chinesische Besatzung, von Selbstverbrennungen als letztem Mittel. Seit 2009 haben sich mindestens 161 Tibeter:innen in Tibet aus Protest angezündet. Das Ensemble aus tibetischen Schauspieler:innen brachte den tibetischen Kampf für Freiheit nach Deutschland und in die Schweiz.

Durch die Geschichte von Deshar, einer selbstbewussten jungen Tibeterin, die sich für ein Leben als buddhistische Nonne entschieden hat, erlebt das Publikum, wie sich die Nonnen gegen angeordnete Umerziehungsmassnahmen wehren und in der Folge das Kloster auf Anordnung des chinesischen Polizeioffiziers Deng geschlossen wird. So verliert Deshar ihr letztes Stückchen Freiheit, und ein Gefühl von Machtlosigkeit angesichts permanenter Unterdrückung bringt sie zum Entschluss, sich selbst anzuzünden. «Pah-Lak» schildert eindringlich die ausweglose Situation der Tibeter:innen in ihrem durch die VR China besetzten Heimatland Tibet.

«Es gibt kaum genügend passende Worte, um zu beschreiben, was die Schauspielerinnen und Schauspieler durch ihr kraftvolles Spiel auf der Bühne mit den anwesenden Zuschauerinnen und Zuschauern teilten. Die schauspielerische Leistung und die einfache, aber sehr stilvolle Kulisse waren beeindruckend. Die Inhalte des Theaterstücks haben mich sehr berührt, bewegt, wütend und auch traurig gemacht. Teilweise fast atemlos, dann wieder emotional zutiefst betroffen, habe ich diese unglaublich eindrückliche Aufführung miterleben dürfen. Ich

möchte mich bei allen Menschen, die dazu beigetragen haben, die Realität in Tibet durch dieses Theaterspiel in die Welt zu bringen, ganz herzlich dafür bedanken.» – *Veronika*

«Schon der archaische Tanz ganz am Anfang gefiel mir sehr. Es war zwar, wie erwartet, oft bedrückend und traurig, und man fühlte sich irgendwie ohnmächtig, es gab aber auch magische und fantasievolle Momente, wie die Szenen, in denen das tibetische Mädchen Pema mit der Nonne Deshar, zusammen agierte. Dass das Theaterstück in tibetischer Sprache gesprochen wurde, war speziell und sehr authentisch.

Es war sehr berührend und untermalt mit schöner Musik und mit origineller Geräusch- und Bildkulisse. Das Stück und damit auch die Stimmung im Saal war zuweilen sehr emotional und das tibetische Schauspiel-Ensemble war überzeugend.

Selbst für mich, als langjähriges GSTF-Aktiv-Mitglied und darum «Kenner der Materie», war dieser Theaterabend sehr eindrücklich. Ich habe selten so viel und lange geklatscht.» – *Eric*

«Die ganze Aufführung hat uns sehr berührt. Emotional und engagiert konnten die Darsteller:innen mit einfachen Mitteln die Unterdrückung Tibets dem Publikum eindrücklich überbringen.

Der stille Vorspann zu Beginn mit den eingeblendeten Namen der Selbstverbrennungen, begleitet durch Flöte und Gesang, wird mir lange in Erinnerung bleiben.» – *Rinzin*

«Das Theaterstück Pah-Lak hat in mir gemischte Gefühle ausgelöst:

Freude, weil das Stück pro oder kontra Selbstverbrennung schauspielerisch hervorragend umgesetzt wurde und vor allem, weil es auf Tibetisch aufgeführt wurde.

Unmut, weil sich die politische Situation in Tibet seit Beginn der Selbstverbrennungsproteste bis heute nicht verbessert, sondern noch verschlimmert hat. Waren die mehr als 160 Selbstverbrennungen umsonst?

Entschlossenheit, mich weiterhin für die Sache Tibets einzusetzen. Wir dürfen unseren Widerstand nicht aufgeben. Für mich besteht der Widerstand darin, die tibetische Schrift und Sprache am Leben zu erhalten, denn diese sind die Grundlage unserer Identität.» – *Lobsang*

dup, Golog Jigme und die Moderatorin und Übersetzerin Tenzin Wangmo (Co-Sektionsleitung GSTF-Sektion Romandie) den Fragen aus dem Publikum.

Weiter ging die Tour dann im Theater Winterthur am 28. und 29. Juni.

«Die bestbesuchte Aufführung nach Corona»

Eine Vernissage mit Apéro und tibetischen Snacks bildete den Auftakt im Theater Winterthur, zu der sich viele geladene und spontane Gäste einfanden. Thomas Guglielmetti und Bettina Durrer vom Theater Winterthur eröffneten das Programm. Danach kamen GSTF-Präsident Thomas Büchli und Nationalrat Nik Gugger zu Wort und schliesslich fand Tenzyn Zöchbauer von der Tibet Initiative Deutschland einleitende Worte zur Ausstellung. Die Gäste verweilten in angeregten Gesprächen mit kühlen Getränken und Momos bis zum Einlass in den mit knapp 400 Zuschauer:innen gefüllten Theatersaal.

Auch in Winterthur verfolgte ein tief berührtes Publikum, darunter zahlreiche besonders bewegte Tibeter:innen, das Geschehen auf der Bühne. «Die bestbesuchte Aufführung nach Corona», kommentierte ein sichtlich beeindruckter Theaterdirektor Thomas Guglielmetti den fast vollen Saal am Mittwoch. An beiden Aufführungen in Winterthur wurden über 690 Tickets verkauft!

Das Podiumsgespräch im Anschluss an die Aufführungen wurde an beiden Abenden von Tenzyn Zöchbauer moderiert und von Lobsang Zatul als tibetischem Übersetzer begleitet. Podiums-



gäste waren Harry Fuhrmann, Lhakpa Tsering, Tsering Dorjee (Bawa), Youngkyar Dolma (mit 12 Jahren das jüngste Crew-Mitglied), Kalsang Dolma und Golog Jigme.

An allen Vorführungsabenden war auch die GSTF mit einem Info- und Verkaufsstand vertreten.

Danksagung

Im Namen der GSTF möchten wir allen Unterstützer:innen und Helfer:innen, ohne deren grossen Einsatz die Tournee nicht möglich gewesen wäre, herzlich danken.

Ausserdem danken wir der ganzen Crew des Theaterteams, Harry Fuhrmann, dem Tibet Theatre, dem Tibetan Institute of Performing Arts TIPAA aus Dharamsala/Indien und der Tibet Initiative Deutschland für die hervorragende Zusammenarbeit.

Und last but not least – herzlichen Dank an unsere Fotografinnen Katharina Wernli (28.6.) und Tselhamo Büchli (29.6.).



Journée du Tibet au Théâtre Nuithonie, Fribourg

René Longet, coresponsable de la section Romandie

Grâce à une belle collaboration avec la SAST, le théâtre de Villars sur Glâne dans le canton de Fribourg a ouvert grand ses portes pour une journée tibétaine avec un programme riche et varié où toutes les facettes de la cause tibétaine ont été présentées à un public très intéressé.

Prestation culturelle tibétaine, momos, stands et exposition

Durant l'après-midi, le public a pu se documenter aux stands de la SAST tenu par Soizic, Claudia, Joy et Bettina et acheter des objets tibétains, et prendre connaissance des panneaux informatifs d'une exposition accompagnant le spectacle. Avant le spectacle suivi par 300 personnes, la communauté tibétaine de Fribourg régala l'assistance d'une prestation culturelle très appréciée, et un food-truck tibétain de Lausanne proposa d'excellents momos.

Table ronde sur la situation du peuple tibétain

Un moment fort fut la table-ronde qui attira près de 50 personnes et qui a permis de passer en revue la situation du peuple tibétain dans son pays et en exil.

Sous la direction de René Longet, coresponsable de la section romande se sont exprimés successivement Fanny-lona Morel, auteure de « Whispers from the Land of Snows, Culture-based violence in Tibet » sur le sujet: Comment qualifier ce qui se passe au Tibet ?, Kelsang Pawotsang, présidente de la communauté tibétaine de Fribourg sur le thème : Le Tibet vu depuis l'exil : Quelle transmission de la culture tibétaine et Nicolas Walder, conseiller national sur la question: Ce que la Suisse et son Parlement peuvent faire pour le Tibet. Puis Tenzin Wangmo, coresponsable de la SAST section Romandie a rappelé l'action de la SAST.

Au terme de la discussion il était clair pour toutes les personnes présentes qu'elles repartaient avec une tâche : parler autour d'elles de ce qui se passe au



Tibet, et demander à leur commune de domicile de hisser le drapeau tibétain le 10 mars. Spontanément, le théâtre Nuithonie nous a promis d'y participer chaque année.

La représentation de la pièce Pah-Lak, première tournée européenne : Allemagne et Suisse

Le soir, une troupe d'artistes tibétains, membres du prestigieux l'Institut tibétain des arts du spectacle (TIPA) et du « Tibet Theatre » de Dharamsala a forcé l'admiration du public par sa pièce contemporaine Pah-Lak (père en tibétain), jouée par des Tibétain:e:s et en langue tibétaine, sous-titré en allemand – et en français pour l'étape fribourgeoise. Spectaculaire, magnifiquement incarnée, la pièce est très prenante et en même temps profondément humaine, dans toutes les dimensions de ce mot. Les scènes sont très fortes dans leur authenticité et nous font plonger en direct dans des situations où l'on engage constamment le tout pour le tout, où le moindre écart peut décider de la vie ou de la mort, de pouvoir rentrer chez soi ou d'aller croupir en prison. Tout le drame du Tibet se joue devant nous en ces presque trois heures – deux actes et un entracte - dans une forte immédiateté et sans jamais tomber dans le cliché, le convenu ou le pathétique. Pas besoin de parler du ressenti, il est vécu en direct ! Elle témoigne de la vitalité de la culture tibétaine en exil. En six semaines la troupe s'est produite dans 9 villes d'Allema-

ne, à Winterthur et à Villars sur Glâne.

Thomas Büchli, président de la SAST, qui a organisé la tournée théâtrale en Suisse, souligne que « La pièce de théâtre décrit de manière impressionnante la souffrance des Tibétain:e:s et comment ils en sont venus à choisir cette forme de protestation devant une situation qui leur semble quasiment sans issue. Nous appelons d'autant plus urgemment les politicien:ne:s de Suisse à faire pression sur la Chine pour qu'elle mette fin à sa politique de « génocide culturel » – ainsi que le formule le Dalaï Lama. »

Après la représentation, un débat réunissait les deux co-réalisateurs de la pièce, un des 10 acteurs, Golog Jigmé, ancien prisonnier politique au Tibet et parrain du spectacle, et Tenzin Wangmo, interprète. Malgré l'heure tardive, un nombreux public a voulu en savoir davantage et poursuivre ensemble les échanges sur la pièce.



Tibet-Nachmittag im Theater Nuithonie, Freiburg

René Longet, Co-Leiter der Sektion
Romandie

Dank einer positiven Zusammenarbeit mit der GSTF öffnete das Theater in Villars-sur-Glâne im Kanton Freiburg seine Türen für einen Tibet-Nachmittag mit einem reichhaltigen und abwechslungsreichen Programm, bei dem alle Facetten der tibetischen Sache einem sehr interessierten Publikum vorgestellt wurden.

Tibetische Kulturdarbietung, Momos, Stände und Ausstellung

Während des Nachmittags konnte sich das Publikum an den Ständen der GSTF, die von Soizic, Claudia, Joy und Bettina betreut wurden, informieren und tibetische Gegenstände kaufen. Die Aufführung wurde begleitet von einer Ausstellung mit Informationstafeln. Vor der Aufführung, die von 300 Personen verfolgt wurde, verwöhnte die tibetische Gemeinschaft in Freiburg die Anwesenden mit einer sehr geschätzten kulturellen Darbietung, und ein tibetischer Food-Truck aus Lausanne bot hervorragende Momos an.

Podiumsdiskussion über die Situation des tibetischen Volkes

Ein erster Höhepunkt war die von fast 50 Personen besuchte Podiumsdiskussion, bei der die Situation des tibetischen Volkes in seinem Land und im Exil ausführlich dargestellt wurde.

Unter der Leitung von René Longet, Co-Leiter der Sektion Romandie, sprachen Fanny-Iona Morel, Autorin von

«Whispers from the Land of Snows – Culture-based violence in Tibet» zum Thema «Wie lässt sich die Lage in Tibet beurteilen?», Kelsang Pawotsang, Präsidentin der tibetischen Gemeinschaft in Freiburg, zum Thema «Tibet aus der Sicht des Exils – wie wird die tibetische Kultur weitergegeben?» und Nationalrat Nicolas Walder zum Thema «Was können die Schweiz und ihr Parlament für Tibet tun?». Tenzin Wangmo, Co-Leiterin der GSTF-Sektion Romandie, stellte die Aktivitäten der GSTF vor.

Am Ende der Diskussion war allen klar, dass sie mit einem Auftrag nach Hause gingen: in ihrem Umfeld über die Geschehnisse in Tibet zu sprechen und ihre Wohngemeinde zu bitten, am 10. März die tibetische Flagge zu hissen. Spontan sagte das Theater Nuithonie zu dieser jährlichen Aktion zu.

Die Aufführung des Stücks Pah-Lak, erste Europatournee: Deutschland und Schweiz

Am Abend konnte das Publikum das zeitgenössische Stück Pah-Lak («Vater» auf Tibetisch) bewundern, gespielt von einer Gruppe tibetischer Künstler:innen, Mitglieder des renommierten «Tibetan Institute of Performing Arts» (TIPA) und des «Tibet Theatre» in Dharamsala. Es wurde in tibetischer Sprache mit deutschen Untertiteln aufgeführt – und für die Freiburger Etappe mit französischen. Das Stück ist spektakulär, wunderbar verkörpert, sehr fesselnd und gleichzeitig zutiefst menschlich, im tiefsten Sinne dieses Wortes. Die Szenen sind in ihrer Authentizität

sehr stark und konfrontieren uns direkt mit Situationen, in denen es ständig um alles geht, in denen der kleinste Umstand über Leben und Tod entscheiden kann, darüber, ob man nach Hause gehen kann oder ins Gefängnis kommt. Das ganze Drama Tibets spielte sich in diesen fast drei Stunden – zwei Akte und eine Pause – vor uns ab, in einer beeindruckenden Unmittelbarkeit und ohne jemals in Klischees, Konventionen oder Pathos abzugleiten. Es wird nicht erzählt oder nur geredet, es wird live erlebt! Das Ganze unterstreicht die Vitalität der tibetischen Kultur im Exil. Innerhalb von sechs Wochen trat die Truppe in neun deutschen Städten sowie in Winterthur und in Villars-sur-Glâne auf.

Thomas Büchli, Präsident der GSTF, welche die Theatertour in der Schweiz organisiert hat, sagt: «Das Theaterstück schildert eindrücklich das Leiden der Tibeter:innen und wie sie angesichts ihrer als nahezu ausweglos empfundenen Situation diese Form des Protests gewählt haben. Umso dringender rufen wir die Politiker:innen der Schweiz auf, die VRC zu drängen, ihren «kulturellen Völkermord» – so der Dalai Lama – zu beenden.»

Nach der Aufführung fand eine Diskussion mit den beiden Co-Regisseuren, einem der zehn Schauspieler, Golog Jigme – einem ehemaligen politischen Gefangenen in Tibet und Schirmherrn des Stücks – und Tenzin Wangmo als Dolmetscherin, statt. Trotz der späten Stunde wollte ein zahlreiches Publikum mehr erfahren und gemeinsam den Austausch über das Stück fortsetzen.



Hans Marty

Wir wissen es wohl alle: Die Schweiz und China unterhalten bereits seit 1948 gute Wirtschaftsbeziehungen, und 1950 hat unser Land als eines der ersten die maoistische Volksrepublik anerkannt. Ebenfalls als eines der ersten Länder hat die Schweiz 2014 ein Freihandelsabkommen mit China abgeschlossen. Gemäss der Informationsplattform swissinfo.ch war China 2022 hinter Deutschland und den USA das dritt wichtigste Exportland für uns, und auch die Importe aus diesem Land sind bedeutend. Schweizer Banken sind in Asien schon länger vertreten, und laut «Finanz und Wirtschaft» hat sich die UBS als grösster Vermögensverwalter in der Region etabliert, unter anderem über ein Gemeinschaftsunternehmen mit China in der Vermögensverwaltung.

Gleichzeitig ist das Geschäft mit China für Schweizer Banken heikel. So deckten Journalistinnen und Journalisten 2014 auf, dass Schweizer Banken für zahlreiche Mitglieder der chinesischen Elite und ihre Familienmitglieder Konten eröffnet haben. Unter anderem half die Crédit Suisse einem Sohn des ehemaligen Premierministers Wen Jiabao, eine Firma im Steuerparadies Britische Jungferninseln zu gründen. Bekannt ist auch, dass Schweizer Finanzinstitute in Firmen investieren, die eng mit dem chinesischen Regime verbandelt sind. Das belegt eine Untersuchung der Nichtregierungsorganisation «Hongkong Watch». Sie wirft den Grossbanken vor, via Anlagefonds in chinesische Konzerne zu investieren, die in den Ausbau von Überwachungsmaßnahmen und in Menschenrechtsverletzungen der Uiguren involviert sind. So hat die UBS noch 2021 in das Unternehmen «Dahua Technology» investiert, welches in der Videoüberwachung tätig ist. Auf die Anstellung sogenannter Prinzlinge, d. h. Töchter und Söhne einflussreicher chinesischer Parteifunktionäre durch Schweizer Banken haben wir bereits im tibetfocus 153 bei einer Buchbesprechung hingewiesen.

Der Dachverband der Schweizer Wirtschaft «Economiesuisse» hat in einem Beitrag 2021 beklagt, dass das Banken- und Versicherungswesen in China weiterhin stark reguliert sei. Dazu lässt sich nur sagen: Wer in China Geschäfte tätigt, hat es mit der Kommunistischen Partei zu tun. Diese Tatsache bewog mutmasslich die Crédit Suisse 2021 dazu, das Konto des renommierten Dissidenten und Künstlers Ai Weiwei aufzulösen. Offiziell

war zwar die Rede von fehlenden Papieren, tatsächlich fürchtete die Bank aber wohl, die chinesischen Behörden zu verärgern.

Viel Verunsicherung in jüngster Zeit

Als die Zukunft der Grossbank Crédit Suisse anfangs dieses Jahres noch gesichert schien, verkündete sie am 8. März eine vermeintliche Erfolgsmeldung: Sie erhielt nämlich eine Vermögensverwaltungslizenz für China, damit hätte sie im ganzen Land Geschäfte abschliessen und so ihr Angebot für Privatkunden stark ausbauen können. Doch auch das mussten wir inzwischen zur Kenntnis nehmen: Die Grossbank ist unter dramatischen Umständen zusammengebrochen, damit wären für die Vermögensverwaltung regulatorische Konflikte zu erwarten, und die Bank erfüllt auch die Mindestkursvorgaben der New Yorker Börse nicht mehr, damit entfällt diese Option. Als wäre dies nicht genug der negativen Nachrichten, kündigt China inmitten der Turbulenzen um die Crédit Suisse eine verschärfte Aufsicht über seinen riesigen Finanzsektor an. Dazu sollen zwei hochrangige Aufsichtsbehörden eingerichtet werden, um die Überwachung durch die Kommunistische Partei zu stärken.

Auch der Ukrainekrieg hat sich für die Schweizer Banken negativ auf ihr China-Geschäft ausgewirkt. Denn eigentlich wollten sie ihr Geschäft im Riesenreich China ausweiten, doch nun sind reiche Kundinnen und Kunden wegen möglicher Strafmassnahmen besorgt. Der Verantwortliche für das Asien-Geschäft bei einer grossen Schweizer Bank liess verlauten, dass Hunderte von Kunden, die dort ein Konto eröffnen wollten, dies nun nicht machen. Und auch die «Financial Times» schrieb, dass die Übernahme der EU-Strafmassnahmen das lukrative Geschäft mit China gefährde.

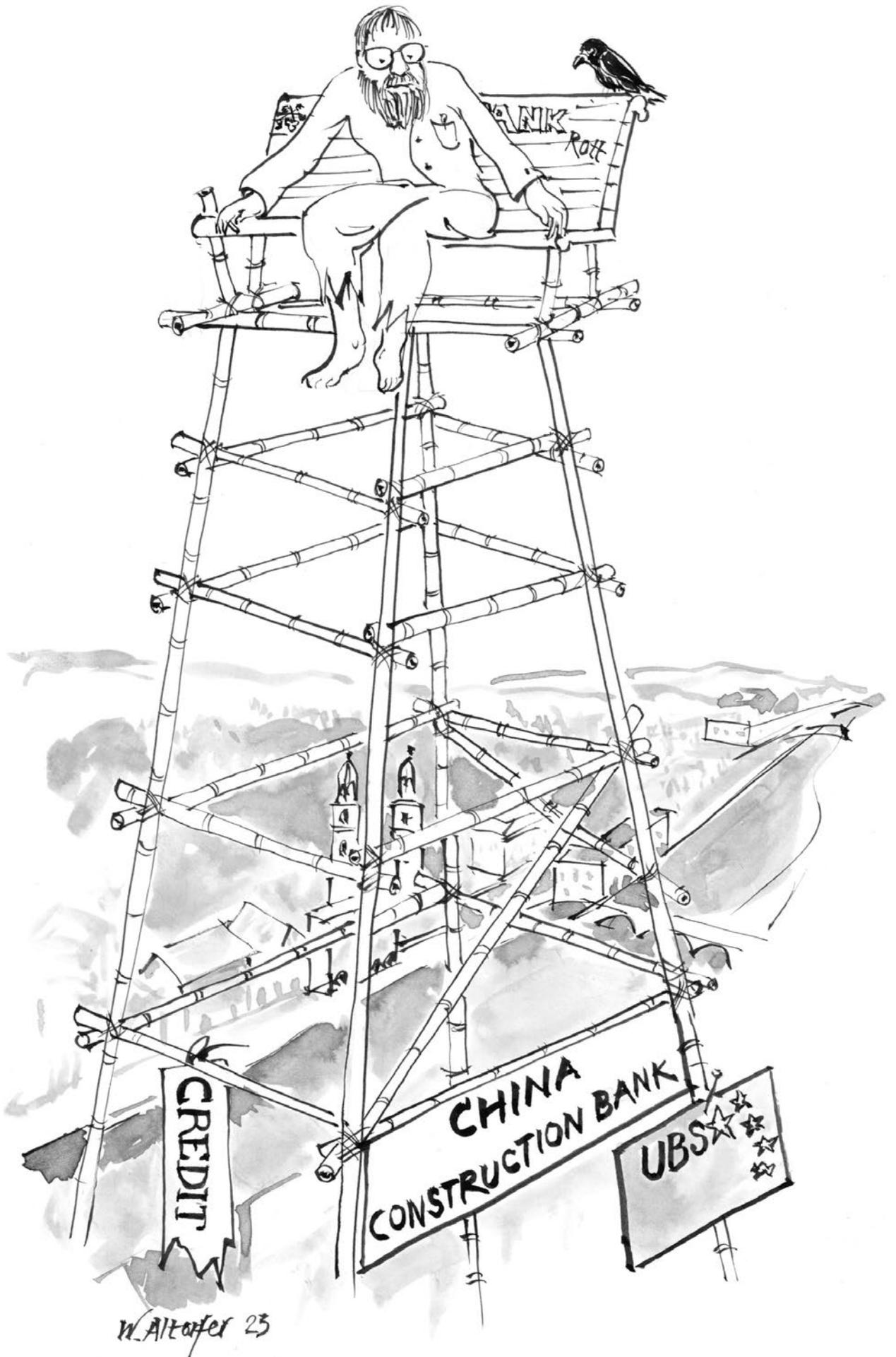
Was läuft bei der Schweizer Niederlassung der China Construction Bank?

Auch da hat sich in letzter Zeit Erstaunliches getan: «Inside Paradeplatz», das Finanznews aus Zürich bekannt macht, hat am 13.03.2023 mitgeteilt, dass bei der China Construction Bank in Zürich, einem Ableger der weltweit zweitgrössten Bank, Topleute von Bord gehen. Im Dezember 2022 habe Holger Demuth, Schwergewicht bei der Schweizer Vertretung dieser Bank, «den Bettel hingeschmissen». Er war dort als Leiter des ganzen Abwick-

lungsbereichs sowie als Risikospezialist tätig und hatte somit eine Schlüsselposition inne. Demuths Abgang war einer von vielen in den letzten Wochen und Monaten, darunter waren auch chinesische Kaderleute wie der Leiter der Buchhaltung. Die vielen Wechsel haben das Management der Bank geschwächt. Zu den Hintergründen von Demuths Abgang heisst es, dass ein Zerwürfnis mit dem obersten Verantwortlichen für den Zürcher Ableger, Herrn Gong Weiyun, dahinterstecke. Konkret sei es um Stellenbesetzungen gegangen, wobei die meisten neuen Leute direkt aus China kommen sollten oder es sich um zuvor ausgewanderte Chinesen handelte. Entscheidendes Kriterium für die Auswahl seien das kommunistische Parteibuch und die absolute Loyalität zum General Manager Weiyun gewesen. Überrascht uns das? Wohl kaum, denn diese Kriterien spielen erfahrungsgemäss nicht nur bei dieser Bank, sondern generell bei Stellenbewerbungen und Karriereförderung in allen chinesischen Institutionen die entscheidende Rolle und belegen den unvermeidlichen Einfluss der Kommunistischen Partei Chinas auch auf die Wirtschaft, nicht nur in China selber, sondern mehr und mehr auch in Institutionen, die weltweit tätig sind.

So gilt: Zwar ist China für Schweizer Banken und nicht nur für sie ein zentraler Markt, gleichzeitig ist das Geschäft mit China aber zunehmend heikel, wie die Vorkommnisse der letzten Monate zeigen. Gemäss dem Chinaspezialisten Prof. Ralf Weber will die Schweiz mithelfen, China in die liberale internationale Ordnung und die Bewältigung globaler Herausforderungen einzubinden. Sie hat sich entschieden, aus durchaus nachvollziehbaren Gründen mit einem autoritären Regime zu kooperieren, will aber trotzdem ihren Werten treu bleiben. Doch ist unklar, wie man das konkret umsetzen will, die Strategie sei in diesem Punkt zweideutig.





W. Altaner 23

Wir freuen uns, im Rahmen der vermehrten Zusammenarbeit mit dem uighurischen Verein Schweiz im 2023 jeweils eine Seite Gastbeitrag im neu eingeführten Uyghurfocus zu veröffentlichen und wünschen Ihnen eine spannende Lektüre. *Ihr tibetfocus-Redaktionsteam*

Das chinesische Überwachungssystem in Ostturkestan

Die chinesische Regierung, bestürzt über den Zusammenbruch der Sowjetunion, verstärkte ihre Überwachung Ostturkestans, insbesondere der Uiguren, denn sie wusste sehr wohl, dass nach dem Zusammenbruch der Sowjetunion und von Jugoslawien nun China an der Reihe sein könnte.

Habibulla İzchi

Der Bau von Konzentrationslagern begann im Jahr 2000 an verschiedenen Orten in Ostturkestan. Damals ahnte noch niemand, dass es sich bei den riesigen Gebäudekomplexen um chinesische Genozidlager handelte. Nach 2009 unternahm China den ersten Schritt, um eine geschlossene Zone in Ürümqi zu errichten, was die Menschen zwang, jeweils kontrolliert durch ein Tor ein- und auszureisen. Anschliessend wurde das Überwachungssystem auf den Süden und Norden von Ostturkestan ausgedehnt. Am Anfang jeder Strasse wurde eine Polizeistation eingerichtet, in jeder Strasse wurden Hunderte von Kameras aufgestellt, und in Abstimmung mit den Profilen der Menschen wurde ein Überwachungsmechanismus eingerichtet.

Chinesisches «MSS» Spitzelsystem: Dies ist eines der ersten Systeme, das die chinesische Regierung in Ostturkestan nach dem Vorbild des KGB-Überwachungssystems der ehemaligen Sowjetunion eingeführt hat. Bei diesem Verfahren werden die Menschen 24 Stunden am Tag überwacht. Die chinesische Regierung platziert dazu in jedem Wohngebiet und in jedem Gebäude entsprechend der Anzahl Bewohner des Gebäudes Geheimdienstmitarbeiter bzw. Spitzel. Diese leben in der Regel unerkannt und unauffällig und sammeln alle

Arten von Informationen über ihre Nachbarn. Selbst die engsten Nachbarn, Freunde und sogar die Ehepartner kennen oft nicht die wahre Identität dieser Menschen.

Nationale Sicherheitsorganisation: In allen grossen Siedlungen wird eine Abteilung der Nationalen Sicherheitsorganisation eingerichtet. In jeder dieser Abteilungen arbeiten 20–30 Personen. Ihre Aufgaben beinhalten u. a. die Aktivitäten der Menschen auf dem Gelände zu überwachen, ihre Telefongespräche abzuhören (v. a. diejenigen ins Ausland), die von den Bewohner:innen entsorgten Dokumente auf kompromittierende Inhalte hin zu untersuchen, das Beziehungsnetz der Menschen zu erforschen und weiteres mehr.

Nachbarschaftskomitees: Nach dem Massaker vom 5. Juli in Ürümqi rekrutierte die chinesische Regierung unter dem Vorwand der Stabilitätsarbeit eine grosse Zahl von Hochschulabsolvent:innen, die auf Arbeit warteten, für den Dienst in den Nachbarschaftskomitees und machte dies zur Voraussetzung für eine Anstellung im öffentlichen Dienst. Die Hauptaufgabe jedes Nachbarschaftskomitees besteht darin, die Bewohner:innen zu beaufsichtigen, normalerweise 24 Stunden am Tag. Dabei sind jeweils ein bis drei Kader für einen Haushalt zuständig. Sie haben die Aufgabe, für jede Familie ein Register zu führen und für jede:n Bewohner:in ein Profil zu erstellen. Im Rahmen dieser Arbeit wird jede:r Bewohner:in identifiziert. Zudem wird ein genauer Plan jeder Wohnung erstellt, in der die Lage der verschiedenen Zimmer, wie der Küche, dem Wohnzimmer und dem Schlafzimmer, aufgezeichnet ist und wer in welchem Zimmer schläft usw. Zudem werden Bilder der Personen, die in jedem Schlafzimmer schlafen, entsprechend der Karte in das Notizbuch geklebt. Es wird auch festgestellt, ob die Personen



© zVg

Bücher im Zimmer haben, wenn ja, welche und wie viele Bücher sie haben. Auch wird festgehalten, wie die Bewohner:innen ihr tägliches Leben gestalten, welche Automarke, Farbe, Kontrollschild sie haben und wer seine/ihre Verwandten sind. Auch die Religionszugehörigkeit wird erfasst und ob jemand betet, ein Kopftuch trägt und wie sich jemand kleidet. Für jeden Haushalt wird in der nationalen Vision ein spezielles Buch geführt und seit 2010 werden die Informationen zu jeder Person archiviert.

Polizei: Neben der Nationalen Sicherheitspolizei, den Spitzeln und den Nachbarschaftskomitees werden Polizeibeamte zur Überwachung der Menschen eingesetzt. In der Regel ist dabei ein Beamter für zehn Familien zuständig. Er oder sie überwacht die täglichen Aktivitäten von zehn Familien in seinem/ihrer Gebiet und erstattet der Sicherheitspolizei in dem Gebiet Bericht. Der/Die Polizeibeamt:in registriert innerhalb von drei Stunden die Verwandten und Gäste, die ins Haus kommen und lädt deren Daten in das Online-System der Polizeibehörde hoch.

Fazit: Ostturkestan wurde in die Horrervision eines perfekten Überwachungs- und Polizeistaats nach Orwell'schem Muster verwandelt.

Im Chinafocus finden Sie Informationen, die Uwe Meyas Tibet-Nachrichten entnommen sind. Die Tibet-Nachrichten sind eine Sammlung aus verschiedenen internationalen Quellen. Uwe Meya ist seit 1989 in verschiedenen Organisationen für Tibet aktiv und seit 2020 Vorstandsmitglied der GSTF.

Arabische Liga lobt Chinas Politik in Xinjiang: «harmonische Gesellschaft»

Radio Free Asia, 23. Juni 2023

Vom 30. Mai bis 2. Juni besuchte eine Delegation aus 16 Ländern der Arabischen Liga, darunter aus Saudi-Arabien und Ägypten, auf Einladung der Regierung der Volksrepublik China die Provinz Xinjiang. Die 34 Delegationsmitglieder besichtigten unter anderem die Id Kah-Moschee in Kashgar, die zwar Touristen, aber nicht lokalen Muslimen offensteht, und die Altstadt von Kashgar, die unter dem Vorwand der «Erdbebensicherheit» im Sommer 2019 weitgehend abgerissen wurde.

Die staatliche Nachrichtenagentur Xinhua berichtete über den Besuch und zitierte die Delegation mit den Worten, «dass die Gesellschaft in Xinjiang harmonisch ist, die Wirtschaft floriert und die Muslime ihre ethnischen und religiösen Rechte im Einklang mit dem Gesetz frei ausüben.» Die Delegation besuchte laut Xinhua «eine Ausstellung über Xinjians Anti-Terrorismus- und Deradikalisierungsarbeit» und lobte «Xinjiangs bemerkenswerte Leistungen bei der Achtung und dem Schutz der Menschenrechte». Das chinesische Außenministerium fügte hinzu: «Das Xinjiang, das sie sahen, unterschied sich völlig von den Darstellungen in den westlichen Medien, [und] Diskurse wie der sogenannte «Völkermord» und die «religiöse Unterdrückung» sind völlige Lügen.»

In den 1990er und 2000er Jahren hatten die salafistisch orientierten Regierungen in der arabischen Welt noch eine andere Sicht auf die Situation in Xinjiang. Damals bauten die Länder Verbindungen zu lokalen muslimischen Organisationen auf, finanzierten den Bau von Moscheen und ermunterten Uiguren zur Pilgerfahrt

nach Mekka. Das änderte sich, als China die Repression massiv verschärfte.

Ägypten verhaftete 2017 etwa 200 uigurische Studierende an der Al-Azhar-Universität und lieferte einige von ihnen nach China aus.

Bei seinem China-Besuch erklärte 2019 der saudische Kronprinz Mohammed bin Salman «Wir respektieren und unterstützen das Recht Chinas, Massnahmen zur Terrorismusbekämpfung und Extremismusbekämpfung zu ergreifen, um die nationale Sicherheit zu schützen.»

China ist grösster Importeur von Rohöl aus Saudi-Arabien und hat im Rahmen des Projekts der «Grossen Seidenstrasse» massiv in Staaten der arabischen Welt investiert.

Laut einer Studie des Uyghur Human Rights Project und der Oxus Society for Asian Affairs von 2022 haben Marokko, Qatar, Ägypten, Saudi-Arabien, Syrien und die Vereinigten Arabischen Emirate in den letzten Jahren 292 uigurische Personen verhaftet oder deportiert.

Während seines China-Besuches im Juli gab der Präsident der Palästinensischen Selbstverwaltungsbehörde, Mahmoud Abbas, eine gemeinsame Erklärung mit Präsident Xi Jinping ab: «Xinjiang-bezogene Themen sind überhaupt keine Menschenrechtsfragen», sondern seien gegen Gewalt und Terrorismus, Radikalisierung und Separatismus gerichtet.

Die Regierung von Hongkong gibt Millionen für das Lobbying in den USA aus

www.hkdc.us/press-release/hkdc-publishes-sar-government%E2%80%99s-counter-lobby-report, 5. Juli 2023

Der im Exil operierende oppositionelle Hong Kong Democracy Council veröffentlichte im Juli einen Bericht über das Lobbying durch die von China eingesetzte Regierung in Hongkong in den USA. Die Datenbank der Organisation beruft sich auf öffentlich zugängliche Quellen in den USA und listet über 1000 Interaktionen zwischen US-Regierungsvertretern und von der Regierung Hongkongs bezahlten Lobbyisten auf. In den vergangenen sechs Jahren seien für diese Kontakte insgesamt 292 Millionen USD bezahlt worden. Eine Schlüsselrolle soll der mit der Regierung verbundene Hong Kong Trade Development Council gespielt haben. Allein während der Unruhen in Hongkong von 2019 sei diese Gruppierung federführend bei 400 Kontakten zu US-Regierungsmitgliedern und anderen Politikern gewesen. Ziel sei die Verhinderung des Hong Kong Human Rights and Democracy Act gewesen, mit dem die US-Regierung ihre Position zu Hongkong neu bestimmte.

Die Personen, die im Namen Hongkongs die Lobbyarbeit betreiben, seien hauptsächlich wohlhabende Mitglieder der Elite, die über gute Kontakte zu amerikanischen Regierungskreisen, Kongressabgeordneten und ehemaligen Regierungsangestellten verfügten. Das Netzwerk wird unterstützt von der Sing Tao-Mediengruppe. Diese ist Teil der United Front, einer Untereinheit der Kommunistischen Partei, die die Sicht der Partei und Regierung in der nicht-kommunistischen Welt verbreiten soll.

Falun Dafa: Ein uralter spiritueller Weg für Körper und Geist

Wer wünscht es sich nicht: ein glückliches Leben in innerer und äusserer Harmonie? In Chinas Jahrtausende alter Kultur widmeten sich viele verschiedene Wege diesem Ziel. Falun Dafa, oder auch Falun Gong genannt, ist einer davon. Im Jahr 1992 stellte der chinesische Qigong-Meister namens Li Hongzhi Falun Dafa erstmals der Öffentlichkeit vor. Auf Einladung der chinesischen Regierung hielt er 52 Seminare in ganz China ab. Innerhalb sieben Jahren stieg die Anzahl der Falun-Dafa-Praktizierenden auf über 80 Millionen Menschen an – so die Schätzung offizieller Stellen. Später hielt Li Hongzhi auch Vorträge über Falun Dafa in den USA und Europa. Heute wird dieser Weg weltweit in mehr als 110 Ländern praktiziert.

Ursula Bolliger

Die Falun-Dafa-Lehre ist ein umfassendes System zur Veredlung von Körper und Geist. Sie wird immer wieder mit Yoga oder Tai Chi verglichen, weil sie ebenfalls sanfte Meditationsübungen beinhaltet. Einer der entscheidenden Unterschiede ist jedoch, dass sich die Praktizierenden von Falun Dafa nach hohen moralischen Idealen ausrichten.

Gesundheitliche Vorteile auf der Basis verbesserter Moral

Die Lehre von Falun Dafa basiert auf den Prinzipien 真 Zhen, 善 Shan und 忍 Ren (Wahrhaftigkeit, Barmherzigkeit, Nachsicht). Sie werden als grundlegende Eigenschaften des Universums betrachtet. Hunderttausende Chines:innen hielten in den 1990er Jahren schriftlich fest, wie Falun Dafa ihr Wohlbefinden verbessert und ihre Selbstheilungs- und Abwehrkräfte gestärkt hat.

Mehrere klinische Studien zeigen zudem, wie das Praktizieren von Falun Dafa das Immunsystem stärkt. Eine Studie aus dem Jahr 2003 kam zu dem Ergebnis, dass Praktizierende von Falun Dafa eine deutlich höhere Konzentration von neutrophilen Granulozyten im Blut aufweisen. Diese sind die wichtigsten weissen Blutkörperchen des menschlichen Immunsystems.

24 Jahre Folter und Mord an friedliebenden Menschen

Dieses Jahr jährt sich zum 24. Mal der Beginn der Verfolgung von Falun Dafa in China. Seit dem 20. Juli 1999 führt Chinas kommunistisches Regime einen unerbittlichen, brutalen Kampf gegen die Philosophie von «Wahrhaftigkeit, Barmherzigkeit und Nachsicht». Als Falun Dafa vor 31 Jahren veröffentlicht wurde, erlebten immer mehr Chines:innen dessen wohltuende Wirkung, ob gesundheitlich oder in der harmonisierenden Beziehung in der Familie, am Arbeitsplatz oder allgemein in der Gesellschaft. Menschen aus allen Gesell-



©zvg
Kerzenlicht-Mahnwache von Falun-Dafa-Praktizierenden in Washington DC gegen die Verfolgung in China

schaftsschichten begannen Falun Dafa zu praktizieren – von hohen Parteifunktionären bis hin zum Bauern, auch Militärangehörige.

Warum aber wurden diese Menschen Opfer der staatlichen Willkür, obwohl sie sich rein privat der spirituellen Selbstveredelung widmeten?

- Die grosse Anzahl der Falun Dafa-Praktizierenden übersteigt die Anzahl der Parteimitglieder der KP Chinas um schätzungsweise 30 Millionen.
- Der schnelle Popularitätsgewinn von Falun Dafa löste Neid beim damaligen Staatschef Jiang Zemin aus.
- Der befürchtete Kontrollverlust: Falun Dafa war «zu unabhängig».
- Der ideologische Konflikt: Die KP Chinas hält an der marxistischen Ideologie fest, während Falun Dafa-Praktizierende an die Existenz des Göttlichen glauben.

Das Zentralkomitee der KP Chinas erklärte Falun Dafa zum Staatsfeind Nr. 1 und begann in den chinesischen Staatsmedi-

en eine massive Hetzkampagne, die bis heute anhält. Auf Massenverhaftungen folgten körperliche und psychische Folter, Arbeitslager, Vergewaltigung und Gehirnwäsche. Regierungen weltweit, Politiker, Rechtsanwälte, Nichtregierungsorganisationen und Menschenrechtsorganisationen wie Amnesty International und Human Rights Watch erheben immer wieder ihre Stimme gegen die Verfolgung von Falun Dafa in China.

Da Falun Dafa-Praktizierende gesund leben, werden sie zudem in den Arbeitslagern systematischen Tests unterzogen, um mit ihren Organen ein wahrhaft blutiges Geschäft zu machen. Mittlerweile setzen sich mehrere Organisationen weltweit dafür ein, dass dieses unsägliche Verbrechen der KP Chinas aufgedeckt und gestoppt wird. Doctors Against Forced Organ Harvesting (DAFOH) sei als eine davon genannt.

Millionen Falun Dafa-Praktizierenden und ihren Familien wurde und wird unvorstellbares körperliches und seelisches Leid angetan. Millionen verloren ihre Arbeit, ihren Schul- und Studienplatz, ihre Wohnung, ihren Lohn, ihre Rente, ihren Besitz und ihr Vermögen. Ehepartner wurden zur Scheidung gezwungen und Zwang auf Familienangehörige und Verwandte ausgeübt – entweder der Parteilinie zu folgen oder die Familie zu verraten. Tausende Kinder wurden zu Waisenkindern.

Unveränderte Situation der Verfolgung von Falun Dafa in China

Falun Dafa-Praktizierende setzen sich auf der ganzen Welt auf friedliche Art und Weise gegen die Verfolgung der Bewegung in China ein. Dazu gehören persönliche Gespräche mit Politiker:innen und Medien, Informationsstände, Kundgebungen, Paraden, Vorträge, Mahnwachen und Petitionen sowie kulturelle Ausdrucksformen wie Filme, Kunstausstellungen und Bücher.

Mehr über das Ausmass der Verfolgung:
<https://de.faluninfo.eu>

Eine Kurzgeschichte von Eric Thierstein

«Euer Ehren; wie sieht es hier in Bhö (tibetisch für Tibet) in weiter, sehr weiter Zukunft aus?», fragte der jugendliche Novize seinen Meister, einen älteren Mönch. Es ist das Jahr 1010 (n. Chr.) und das grosse buddhistische Kloster, in dem die beiden leben, ist eines der ersten Tibets.

– «Das kann ich dir nicht sagen, Novize. Man kann nur Vermutungen anstellen. Aber siehst du diesen kar-ma (tib. Stern) dort am Himmel?», und er zeigte mit dem Finger aus der Fensterluke. – «Ja, ehrwürdiger Herr.»

– «Diesen werden die Menschen auch noch in tong (tib. eintausend) Jahren genauso leuchten sehen! Ist das nicht faszinierend, Novize?» Der Lernende nickte. Es war bereits Abend und am Eindunkeln, und der Schein einer Öllampe und von Kerzen flackerte als Schatten an den dunkelroten Wänden des grossen Raums. «Und natürlich gilt dasselbe für den schönen dha-wa (tib. Mond) gleich nebenan!», fuhr der Mönch nun fort; «und eines kann ich dir garantieren, Novize: Es wird wechselhaft in der Zukunft, so wie es in der Vergangenheit ja auch war, aber unsere Kultur, unsere Bräuche, die Sprache, Tänze, Musik und die Traditionen – alles wird weiterbestehen, egal, was passiert!»

– «Immerhin, euer Ehren!», antwortete der Junge ihm, «das ist doch schön zu wissen.» Der Mönch berührte nun leicht

mit einem Silberstäbchen eine goldgelbe Klangschale, die sich in der Nähe auf einem kleinen kupfernen Tischchen befand, und murmelte leise, aber bestimmt Mantras. Der Klang der Schale war klar und hallte noch längere Zeit nach. Nachdem diese kleine Zeremonie zu Ende war, wandte sich der Mönch nun wieder dem Novizen zu. «Hast du noch weitere Fragen?»

– «Ja, Gelehrter; wie steht es denn um die Menschheit allgemein in der Zukunft?»

– «Nun, Novize, auch das kann ich nicht voraussehen, aber in ferner Zukunft werden die Menschen wahrscheinlich weniger spirituell sein – oder das Spirituelle gar ganz verlieren. Gleichzeitig könnten diese Menschen dann zu hektisch werden, zu stressig sein, was für die Gesundheit nicht gut ist. An diese Stelle werden dann möglicherweise Ersatzhandlungen treten wie Süchte, Ablenkungen, Zerstreungen und so weiter. Dabei ist das Spirituelle ja eigentlich schon seit Urzeiten in unserem Körper und Geist drin: sozusagen verinnerlicht. Aber wie gesagt, Novize, das sind nur Vermutungen.»

– «Und, Herr; haben denn eigentlich alle Menschen den buddhistischen Glauben?»

– «Nein, Novize. Aber das müssen sie auch nicht. Glaube soll niemals Zwang sein», und er rückte sich sein goldgelb-rotes Kleid an einer Schulter zurecht. «Ver-

schiedene Menschen und Kulturen ergeben verschiedene Religionen. Zumindest hier in unserer bekannten Welt.» Der Novize nickte verständnisvoll. «Und der Buddhismus wird sich in Tibet ziemlich sicher noch weiterverbreiten. Falls du noch weitere Fragen hast: Hier, ich übergebe dir einige Schriften. Bitte studiere sie», und er händigte ihm eine ältere Schriftrolle aus. «Diese werden dann später an viele Generationen nach uns weitergegeben, weitergelesen und studiert werden, sei also sorgfältig damit.» Der Novize dankte nickend und nahm die Schriftrolle entgegen. «Und noch etwas, Novize: Das Leben birgt viele, viele Herausforderungen. Einfach ist – und wird – es nicht. Aber so ist es nun mal, das Leben.»

Nun zündete der Mönch ein Räucherstäbchen an, welches auch auf dem Tischchen stand, und fuhr fort: «Für die allgemeinen Sachen, Novize, kannst du ohne Weiteres auch mal deine po-la-mo-la (tib. Grosseltern) befragen.»

– «In Ordnung, altehrwürdiger Mönch, in Ordnung», antwortete ihm dieser und lächelte.

Und sie schauten beide aus dem schmalen Fenster des Klosters hinaus, ihr Blick schweifte über die Umrisse der hohen Berge zu den weiss leuchtenden Sternen und dem Mond hinauf – hier, im Land des Schnees.

Sektionen GSTF // SAST Sections

Für Neumitglieder: bitte ruft vor dem Treffen bei der Sektionsleitung an, damit ihr über spontane Änderungen informiert werden könnt.

Sektion	Leitung	Sektionstreffen und -anlässe
Mittelland	Jonathan Loosli, 077 477 07 53 sektionsleitung-ml@gstf.org	Mittwoch 13.9., 18.10., 15.11., 6.12., 18.15 Uhr. Restaurant La Spezia, Aarau
Nordwestschweiz	Margrit Schmied, 079 885 73 68 sektionsleitung-nws@gstf.org	Jeden 1. Mittwoch im Monat 6.9., 4.10., 1.11., 6.12., 19 Uhr. Herzbar, Clarastrasse 11, Basel.
Ostschweiz	Veronika Koller, 079 717 56 13 und Zakay Reichlin, 078 633 01 22 sektionsleitung-os@gstf.org	10.11. Tibet Filmabend im Kino Passerelle, Wattwil // 28.11. Stammtisch, Cinéwil, Wil // 8.12. Jahresschlussessen, Restaurant «Tibet Garten», Ettenhausen
Suisse romande	Tenzin Wangmo, 078 626 21 20 et René Longet, 079 690 31 19 responsables-sr@gstf.org	Pour les activités en Suisse romande, voir Infos Tibet, le bulletin de la section.
Zentral-schweiz	Regula Erazo sektionsleitung-zs@gstf.org	Jeden 1. Dienstag im Monat 5.9., 3.10., 7.11., 5.12., 19 Uhr. Pfarreizentrum Barfüsser, Winkelriedstrasse 5, Luzern
Zürich	Rinzin Lang sektionsleitung-zh@gstf.org	Jeden 1. Dienstag im Monat 5.9., 3.10., 7.11., 5.12., 18.30 Uhr. GZ Schindlergut, Kronenstrasse 12, Gruppenraum 1, Zürich – anschliessendes Nachtessen im Restaurant Himalaya Tibet, Ackerstrasse 52.

Globi-Kindertag mit der GSTF auf der Lenzerheide

Eintauchen in die tibetische Kultur // An den Erlebnistagen für Familien konnten am 25. Juli und am 8. August 280 Kinder mit ihren Müttern, Vätern, Göttis und Gotten sowie Grosis und Opis neben 13 Posten mit Geschicklichkeitsspielen am GSTF-Posten tibetische Gebetsfahnen bemalen und im Tibet-Zelt den Geschichten der tibetischen Märchenerzählerin Tenzin Wangmo lauschen.

Thomas Büchli und Gerda Bieber

«Ich weiss eigentlich schon, dass es den Globi nicht gibt», erklärt ein kleines Mädchen dem GSTF-Präsidenten Thomas Büchli, der gerade frisch bemalte Gebetsfähnchen zum Trocknen aufhängt. In ihrer Stimme schwingen gewisse Zweifel mit. Gibt es den Globi nun wirklich oder doch nicht? Die klare Antwort: Ja, es gibt ihn, denn er war an beiden Tagen auf der Lenzerheide und begrüsst die Kinder und ihre Begleitung höchstpersönlich.

So viel Freude einen ganzen Tag lang zu erleben, war wirklich ein absolutes Highlight! Nachdem infolge Schlechtwetter der erste Event in die Mehrzweckhalle gelegt wurde, konnte Globi am 8. August die Kinder bei der Bergstation Tgantieni zum Postenrundgang begrüssen.

An den Maltischen des GSTF-Postens stempelten, malten und zeichneten die Kinder vielfältige und kreative Motive auf die bunten Stofffähnchen. Die Kleinen mussten weitere 12 Posten auf dem Globi-Erlebnispfad bewältigen und die notwendigen Stempel auf dem Erlebnisspass einsammeln. Zum Schluss durfte die gespannte Kinderschar mitsamt deren Begleitung gruppenweise der tibetischen Geschichtenerzählerin Tenzin Wangmo im Tibet-Zelt lauschen. Lebendig erzählte sie Episoden aus dem Buch «Globi bei den Yaks» und berichtete auch an gewis-



© Gerda Bieber





sen Stellen, wie das Leben in Tibet ist. Die Zuhörenden lernten so spannende Details aus dem Leben im weit entfernten Hochland Tibet kennen.

Besonders lebendig wurde es, wenn zwischendurch Globi persönlich auftauchte und die reale Globi-Kinderwelt mit der Bucherzählung in Einklang brachte.

Am 8. August besuchte der tibetische Mönch und Abt des Tibet-Instituts Rikon, Khen Rinpoche, den Globi-Event und brachte mit seiner Anwesenheit schon optisch ein Stück tibetische Kultur auf

Tgantieni, wo er mit der Schweizer Flagge eine Tibet-Flagge und eine lange Gebetsfahne am Mast aufzog.

Viele glückliche Kinder nahmen an den Kindertagen 2023 mit Globi am späten Nachmittag von allen Betreuerinnen und Betreuern des Globi-Events Abschied – und bei vielen wird der tiefe Ton aus dem Tempelhorn Dungchen, den sie selber dem tibetischen «Alphorn» auf der Lenzerheide entlocken konnten, wohl noch ein Zeichnen in den Ohren nachdröhnen.



Tsampa-Event – sommerliche Idylle im Familiengarten Weilmatten in Riehen

Peter Schmitz-Hübsch, Sektion Zürich

Basel/Riehen 10. Juni 2023

Die tibetische Flagge im Sommerwind, flatternde tibetische Gebetsfähnchen zwischen Obstbaum und Hecke über prächtig wachsenden Tomaten- und Kartoffelstauden – ein kleines tibetisches Gartenparadies von Thupten Zahner.

Ein lauschiges Plätzchen, geschützt durch eine Rebenblättrranke, und aufgestellte Sitzbänke und Tische auf einem Rasenstück wurden zum sommerlichen Ereignisort einer ergangenen Einladung der GSTF-Sektion Mittelland mit Gästen aus den Regionen Zürich, Brugg, Solothurn und Langenthal. Ein Tsampa-Event! Wer konnte von einem solchen Event-Erlebnis live (!) selber schon einmal berichten? Die illustre Schar im Familiengarten von Thupten sicher nicht!

Der tiefschwarze gusseiserne Ofen raucht und dampft

Was für ein Erlebnis! Der tiefschwarze gusseiserne Ofen im Garten war schon mit Scheitlholz eingeeizt; es rauchte und dampfte nur so aus dem Ofenrohr hinein in den Garten, und die grossen Metallpfannen für das Rösten der geschälten Bio-Gerste standen schon parat. Emsig hatten Thupten und seine Partnerin Susi rund um die tibetische Gar-

ten-Klause alles fein vorbereitet: Kaffeetisch mit Chai-Tee und verschiedene Getränke aus dem Gartenkühlschrank zum Erfrischen. Im vorderen Teil des Gartens, nahe des Garteneingangs, stand ein offener Gartenkamin mit Grillgitter, in dem auch schon die Holzkohlelglut für die mitgebrachten Grillgut-Leckereien für das Mittagessen flammte. Doch was ist ein Tsampa-Event ohne einen kräftigen Apéro zum Start?!

Yangchen Büchli, die an allen Ecken des Gartens mithalf und sich um das leibliche und ganz gewiss auch um das tibetische Herzenswohl der Gäste kümmerte, eröffnete den Event der GSTF-Sektion Mittelland. Der Präsident der GSTF, Thomas Büchli, die Vizepräsidentin Lhawang Ngorkhangsar und Karin Gaiser vom GSTF-Vorstand – mit der kleinen Junia auf dem Arm, daneben Junias Papa Andreas – gaben dem Anlass einen der GSTF gebührenden bunten Farbanstrich im Familiengarten von Thupten.



Sommerliches Gartenpicknick im Schutz von Weinreben

Nachdem sich alle mit dem leckeren Grillgut, Reis und buntem, von Thupten und Rosi mit Gartenkräutern verfeinertem Sommersalat gestärkt hatten, startete die Gruppe mit dem Rösten der Bio-Gerste (aus einer Mühle in Rheinfelden) in den grossen Stahlpfannen auf dem Herd im Garten. Die Tsampa-Herstellung ist eine Kochkunst der tibetischen Küchenkultur. Thupten war an diesem Tag unser Tsampa-Meister. Er leitete uns durch die verschiedenen Schritte der Tsampa-Herstellung. Die Tsampa-Schülerinnen und -Schüler folgten eifrig den Anweisungen des Meisters und machten ihre Sache wohl ganz gut, denn Thuptens Lächeln zeigte Zufriedenheit. Beim Rösten der Gerstenkörner musste durch ständiges Rühren aufgepasst werden, dass die Körner in der Pfanne nicht zu sehr bräunten oder gar anbrannten. Die Getreidekörner sollten goldbraun werden. Thupten streute jeweils feinen weissen Silbersand auf den Pfannenboden, um das Anbrennen zu verhindern.

Goldbraune Gerstenkörner in der Metallpfanne

Als das Ziel erreicht war, wurden die Getreidekörner in eine grosse Edelstahlwanne geschüttet. Einzelne verbrannte Getreidekörner wurden fein säuberlich in Handarbeit ausgelesen. Danach wurden die goldbraunen Körner durch ein grosses Sieb in eine neue Wanne geschüttet, damit der Sand herausgesiebt werden konnte. Pfanne um Pfanne wurden die Körner geröstet. Das Rösten am Herd war eine äusserst «heisse Arbeit», die Gesichter der Tsampa-Schülerinnen und -Schüler röteten sich merklich, die Schutzhandschuhe



wurden gewechselt, jeder zeigte sein Können. Einige Wagemutige versuchten, die Getreidekörner durch einen geschickten Luftschwung in der Pfanne zu wenden – über den Erfolg der Versuche wollen wir an dieser Stelle lieber schweigen.

Die Zwischenpausen und Wechsel in der handwerklichen Arbeit des Röstens wurden durch ein reichhaltiges Obst- und Kaffeebuffet (Dank auch an Gabriele!) ausgefüllt. Keine/Keiner kam zu kurz. Selbst die auf dem Boden krabbelnde Junia stopfte die Basler Leckerli fleissig in ihr Mäulchen.

Die Mehlmühle von Thupten im Höchsteinsatz

Nachdem eine grosse metallene Küchenwanne mit etwa sechs Kilo gerösteten Getreidekörnern gefüllt war, kam der Höhepunkt in der Tsampaherstellung: der Mahlvorgang! Das war für Thupten die AKTION! Mit einer Mahlmühle wurden nun Berge feinstes Gerstenmehl in eine weitere grosse Metallschüssel gemahlen.

Der Tatkraft von Judith haben wir es zu verdanken, dass wir nachher das wunderbar duftende Gerstenmehl in mitgebrachte Gefässe und grosse Gläser abfüllen konnten. Das Mehl wurde dann noch einmal fein gesiebt, um letzte Spreu vom kostbaren Mahlgut zu trennen. Mit Geduld und

Ausdauer schaffte Judith es! Sie meinte dazu: «Eine gute tibetische Meditation.»

GSTF-Präsident Thomas Büchli selbst teilte das Mehl schliesslich für alle Mitschaffenden gerecht auf. Gesundheitstipps und Kommentare zum Gerstenmehl können jederzeit bei Yangchen Büchli von der Sektion Mittelland erfragt werden.

Glückliche, fröhliche Gesichter um den Tsampa-Mühlentisch herum waren der Lohn für diesen wunderbaren Tsampa-Event der GSTF-Sektion Mittelland im Familiengarten Weilmatten in Riehen. Solche Anlässe über die Sektionsgrenzen hinaus sollten zur Wiederholung ermutigen, tragen sie doch zur gemeinschaftlichen Bindung der GSTF-Gemeinschaft Schweiz bei!



14. Tibet Film Festival // 15.–17. September 2023, Kino Riffraff, Zürich

Lobsang Reichlin,
TFF Organisationskomitee

Die diesjährige Ausgabe des Tibet Film Festivals wird in vielerlei Hinsicht speziell. Da wären einerseits der Konkurs und die Schliessung unseres langjährigen Kino-Partners und Kulturhauses Kosmos. Seit 2019 durften wir die moderne Infrastruktur des Kosmos nutzen und dem Festival-Standort in Zürich ein neues Gesicht geben. Die Zusammenarbeit mit dem Kosmos war stets partnerschaftlich und auf Augenhöhe. Umso mehr bedauern wir natürlich, dass diese Zusammenarbeit nun abrupt endet. Die gute Nachricht ist, dass wir mit dem Kino Riffraff innert kurzer Zeit einen neuen Kinopartner gefunden haben.

Pema Tseden, 1969–2023

Anfang Mai dieses Jahres erreichte uns eine weitere Hiobsbotschaft, die uns alle erschüttert hat. Pema Tseden, der Pionier und wichtigste Akteur der tibetischen Filmszene, ist im Alter von 53 Jahren verstorben. Kein anderer hat den tibetischen Film so geprägt wie Pema Tseden, der viele tibetische Filmemacher:innen, Regisseur:innen und Schauspieler:innen «aufgezogen» und inspiriert hat. Rund um ihn ist eine tibetische Filmszene entstanden, die international erfolgreich ist. In diesem Zusammenhang zeigen wir mit «The Great Distance Delivers Crane» den zweiten Feature-Film von Lhupal Gyal (Wangdrak's Rain Boots, 2018), einem engen Vertrauten und Zögling von Pema

TIBET FILM FESTIVAL

Das Tibet Film Festival ist dem tibetischen Filmemacher Dhondup Wangchen gewidmet, der nach Beendigung der Dreharbeiten zu seinem Dokumentarfilm «Leaving Fear Behind» (2008) festgenommen wurde. 2017 gelang ihm die Flucht aus Tibet.

Das einzigartige Festival, das sich für eine eigenständige tibetische Filmsprache einsetzt, findet in Zürich (Schweiz), Dharamsala (Indien), London (England) und Berlin (Deutschland) statt und zeigt Filme, die von Tibeter:innen in Tibet und im Exil geschaffen wurden.

Das unabhängige Non-Profit-Festival wird ganzheitlich von einem ehrenamtlichen Organisationskomitee geleitet. Das Tibet Film Festival ist eine Kollaboration der Vereine Filming for Tibet und Verein Tibeter Jugend in Europa.

www.tibetfilmfestival.org

Tseden. Lhupal Gyal wurde von Pema Tsedens Filmen inspiriert und hat ebenfalls tibetische Literatur und später Film an der renommiertesten Filmschule Chinas, der Pekinger Filmakademie, studiert. «The Great Distance Delivers Crane» ist die Geschichte eines tibetischen Teenagers, der einen verletzten Schwarzhalskranich findet und für diesen und sich selbst ein neues Zuhause sucht.

Jetsun Pema am Tibet Film Festival in Zürich

Ein weiteres Programm-Highlight ist der Besuch von Jetsun Pema, der Schwester Seiner Heiligkeit dem 14. Dalai Lama. Im Rahmen der Filmvorstellung «Amala» von Regisseur Geleck Palsang gibt es im Anschluss zum Film ein Interview und Q&A

mit Jetsun Pema. Der Film erzählt die Geschichte von einer tibetischen Frau, von ihren Kämpfen, Verlusten und Erfolgen, die ihr den Beinamen «Amala», tibetisch für «Mutter», einbrachten.

Wir freuen uns auf die erste Ausgabe im Kino Riffraff, hochrangige Gäste und viele neue Eindrücke von tibetischen Regisseur:innen aus der ganzen Welt.

14. Tibet Film Festival – Save the Date

Zürich Edition, 15.–17. September 2023
Berlin Edition, 29.–30. September 2023
Dharamsala Edition, 7.–8. Oktober 2023
London Edition, 21.–23. Oktober 2023



«Dhulpa» – Kurzfilm der tibetisch-kanadischen Regisseurin Kunsang Kyirong am diesjährigen Tibet Film Festival in Zürich



8808 Bücher für tibetische Schulkinder

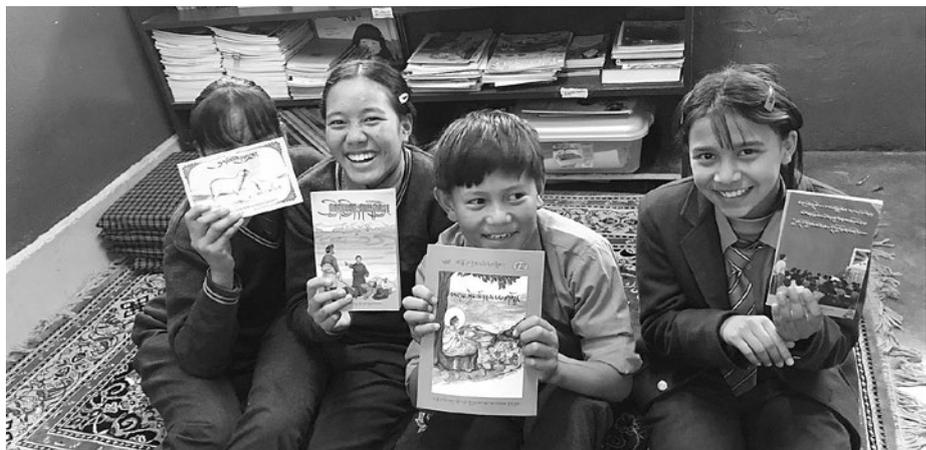
Immer wieder ist es für unseren Verein eindrücklich, solche Zahlen zu lesen: Mit rund 3000 Franken konnte Tibetfreunde fünf tibetischen Schulen 8808 Bücher, 200 Puzzles und 375 grosse Bildplakate finanzieren. Von dem neuen Lernmaterial profitieren 2166 Schülerinnen und Schüler.

Annick Busset

Die Sambhota Tibetan Schools Society (STSS) mit Sitz in Dharamsala ist heute die grösste tibetische Bildungseinrichtung im Exil. Sie verwaltet tibetische Schulen in ganz Indien. Im vergangenen Jahr hat STSS bei uns angefragt, ob wir Lernmaterial für fünf ihrer Schulen sponsorn würden: Für die Vorschulklassen wurden Bildplakate und Puzzles gewünscht und für die Grundschulklassen Bücher.

Aufrechterhaltung der tibetischen Sprache

Insbesondere da ein Grossteil der Lernmaterialien in tibetischer Sprache ist, hat



Die tibetischen Schüler:innen freuen sich über das neue Lernmaterial.

unser Verein das Projekt gerne unterstützt. Denn wir sind uns bewusst, dass die Finanzierung von Bildung und Ausbildung ganz zentral ist, um die tibetische Kultur und Identität zu bewahren. Folgende fünf Schulen sind so unterstützt worden: STS Mussoorie, STS Herbertpur, STS Shimla, STS Darjeeling und STS Kalimpong.

Tibetische Schulen im indischen Exil

Bereits in den 1960er Jahren gründete die tibetische Exilregierung mit Hilfe der indischen Regierung Schulen für tibetische Flüchtlingskinder. Der Wunsch nach separaten Schulen für Tibeter:innen in Indi-

en bestand darin, eine qualitativ hochwertige moderne Bildung zu vermitteln und gleichzeitig die tibetische Sprache und Kultur zu bewahren. Diese Idee wird bis heute gelebt.

Herzlichen Dank

Wir danken unseren Spenderinnen und Spendern dafür, dass sie die Finanzierung von Projekten dieser Art ermöglichen. Spenden fliessen ohne jegliche Abzüge unsererseits in die unterstützten Projekte. Dies ist deshalb möglich, weil unsere administrativen Kosten sehr tief sind und ausschliesslich mit Mitgliederbeiträgen bezahlt werden.



Wir haben eine neue Website

Seit dem 1. April 2023 ist sie online: die neue Website von Tibetfreunde Schweiz. Sie finden hier Projektunterstützungen, unsere Jahresberichte, Informationen zu Patenschaften, Neuigkeiten und vieles mehr. Die übersichtliche Struktur erleichtert unseren Websitebesucher:innen die Navigation – so finden Sie schnell zu den Inhalten, die Sie suchen. Webdesignerin Sabra Vidali hat uns die Website unentgeltlich erstellt.

Wir wünschen Ihnen viel Spass beim Entdecken unserer neuen Website: tibetfreunde.ch

Gesuche für eine Patin oder einen Paten: Taksham Monastery, Indien

Jeannette Hafner

Das Taksham Monastery wurde vom 7. Taksham Rinpoche im Jahr 1978 gegründet. Es ist das älteste Kloster im Dhondenling Tibetan Settlement in Kollegal (Südindien). 2010 konnte im Kloster eine Schule eröffnet werden, um 25 Schüler aus der ländlichen Gegend von Darjeeling und Sikkim in tibetischem Buddhismus zu

unterrichten. Die Anzahl der Schüler ist mittlerweile auf über 50 angestiegen. Der Hauptgrund, Mönch zu werden, ist durch die Armut der Familien motiviert.

Das Kloster liegt sehr abgelegen und wird finanziell nur minimal unterstützt. Da die Mönche sich vegetarisch ernähren und das Geld für Milch, Obst und Gemüse weitgehendst fehlt, leiden viele der kleinen Jungen bereits früh an Mangel-

scheinungen. Aus diesem Grund hoffen wir, dass einige der «Little Monks» eine Patin oder einen Paten erhalten, mit deren Unterstützung die Ernährung aller Jungen etwas reichhaltiger werden kann.

Für folgende fünf Jungen suchen wir aktuell Unterstützung:



Pema Samdup, geboren 2008

Er besucht die 1. Klasse. Seine Eltern leben in Sikkim und sind einfache Bauern. Sie bewirtschaften mit bescheidenen Mitteln ein Stück Land und es reicht knapp zum Leben. Samdup ist das jüngste von drei Kindern, nebst einem älteren Bruder und einer älteren Schwester. Er ist seit 2022 im Kloster und liebt es, Fussball zu spielen.



Pema Rigzin, geboren 2014

Er ist seit 2022 im Taksham Monastery. Seine Eltern leben in Assam und arbeiten beide in Sikkim, um den Lebensunterhalt der Familie zu verdienen. Er ist das jüngste von vier Kindern, die älteste Schwester ist verheiratet, alle anderen Kinder wohnen zuhause.



Pema Gyaltsso, geboren 2014

Seit 2022 ist er im Taksham Monastery und besucht die 1. Klasse. Seine Eltern leben in Assam in bescheidenen Verhältnissen. Der Vater betreibt einen kleinen Laden, seine Ehefrau, die Mutter von Pema Gyaltsso, hilft ihm – sie bieten Samosas an. Pema Gyaltsso hat einen älteren Bruder, der die 9. Klasse besucht, einen jüngeren Bruder, der im Kindergarten ist, sowie fünf ältere Schwestern, drei davon sind verheiratet und haben eigene Kinder.



Pema Samdup, geboren 2008

Er besucht die 1. Klasse und ist seit 2022 im Taksham Monastery. Seine Eltern leben in Assam in bescheidenen Verhältnissen. Der Vater ist Hilfsarbeiter, die Mutter ist Familienfrau. Er hat einen jüngeren Bruder, der zwei Jahre alt ist, und zwei jüngere Schwestern, die beide auch zur Schule gehen. Er liebt Fussball spielen und Comic zeichnen.



Pema Lhathong, geboren 2013

Er ist seit 2022 im Taksham Monastery. Seine Eltern leben in Assam und arbeiten beide in Sikkim, um den Lebensunterhalt der Familie zu verdienen. Er ist das jüngste von vier Kindern, die älteste Schwester ist verheiratet, alle anderen Kinder wohnen zuhause.

Der Jahresbetrag für eine Patenschaft beträgt CHF 550.–.

Sind Sie interessiert, eines dieser Kinder während ihrer Schulzeit im Taksham Monastery finanziell zu unterstützen?

Bitte wenden Sie sich an Jeannette Hafner: 079 352 67 60
oder jeannette@tibetfreunde.ch

Für den Inhalt dieser Seiten ist das tibetfocus-Redaktionsteam nicht verantwortlich. Die alleinige inhaltliche Verantwortung liegt beim Verein Tibetfreunde.

Rückblick

Lueyar Tashi

Vorstandswechsel

Nachdem sich am 23. April 2023 an der 35. Generalversammlung nicht genügend Mitglieder zur Wahl für den neuen Vorstand für die nächsten zwei Jahre stellten, fand am 3. Juni 2023 eine ausserordentliche GV statt. Nach intensiven und emotionalen Ansprachen von Tenzin Dolma (Präsidentin TWA) und Karma Choekyi (Präsidentin TGSL), sowie den Video-Botschaften von Rinchen Khandro (Mitgründerin und erste Präsidentin TWA) und Geshe Thupten Legmen (Ehrwürdiger Abt des Tibet-Instituts Rikon), konnte schliesslich die ausserordentliche GV erfolgreich mit einem neuen Vorstand abgeschlossen werden.

Demonstration in Genf

Am 19. Juni 2023 fand in Genf eine Demonstration statt, welche von der Tibetergemeinschaft Schweiz & Liechtenstein organisiert wurde.

Während der laufenden 53. Sitzung des UNHRC in Genf, die die sich verschlechternde Menschenrechtssituation in Tibet zum Thema hatte, hielt Tsering Youdon Marsen (Präsidentin TFOS) eine kurze Rede vor dem UN-Gebäude.

Dankeschön Kalden Tsomo La

Nach 5 Jahren als UN Advocacy Officer in Genf wurde Kalden Tsomo in ein neues Departement versetzt und kehrt nach Dharamsala zurück.

Wir bedanken uns für ihre grossartige Unterstützung und wünschen ihr für die Zukunft von Herzen alles Gute! Ihr Engagement ist eine Inspiration für uns alle. Als Zeichen unserer Wertschätzung überreicht Tsering Youdon Marsen (Präsidentin TFOS) ihr zum Abschied einen Katak und ein kleines Geschenk.

Website

Für die langjährige und weitere Betreuung unserer Website www.tfos.online bedanken wir uns bei Tsering Manee für ihre Zeit. Ein kleines Dankeschön mit Katak wurde ihr von Tsering Youdon Marsen (Präsidentin TFOS) überreicht.

Kulturelles

Es war uns eine grosse Freude, dass wir zweimal die Gelegenheit hatten, sehr erfolgreichen tibetischen Kulturprogrammen auf ihrer Europatour in der Schweiz eine finanzielle Spende zu überreichen. Zum einen dem TIPA (Tibetan Institute of Performing Arts) an der Opera-Aufführung in Gossau am 17. Juni 2023 und zum

anderen beim Theaterstück «Pah Lak» in Winterthur am 28. Juni 2023.

Trungkar

Es war uns eine grosse Ehre, eine Tanzdarbietung zur 88. Geburtstagsfeier Seiner Heiligkeit dem 14. Dalai Lama in Bülach aufzuführen. Die Feierlichkeiten wurden von der Tibetergemeinschaft Schweiz & Liechtenstein organisiert.



Neuer Vorstand 2023–2025



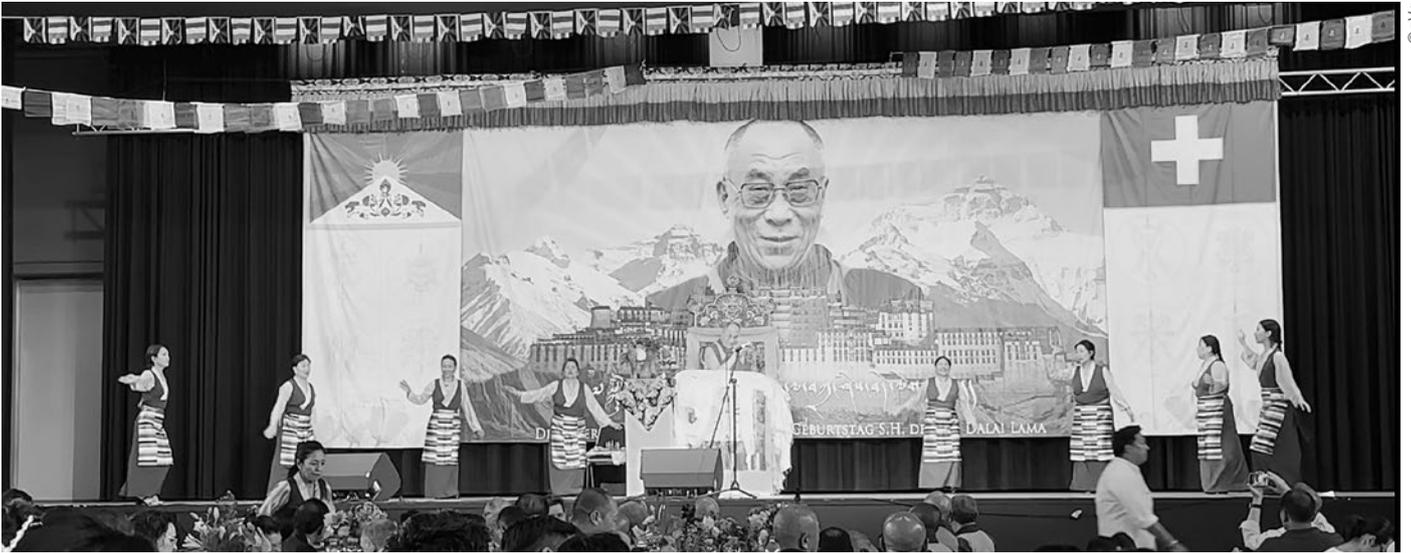
Kalden Tsomo mit Tsering Youdon Marsen (Präsidentin)



Tsering Manee mit Tsering Youdon Marsen



Ausserordentliche Generalversammlung



Tanzdarbietung an Trungkar 2023 – Das Besondere an der Aufführung war der Text, welcher unsere Dankbarkeit und Hoffnung in Seine Heiligkeit ausdrückt.



Demo Genf 19.6., Tsering Youdon Marsen



Diesjährige Tanzgruppe v.l.n.r. Kalsang Phunkhang, Tashi Lueyar, Dolma Phuntsok-Ott, Tenzin Dechen Dhundupling (Präsidentin RTWA), Ngawang Kunyribartsang, Kyizom Gyesang, T. Younten Gyesang, Tenzin Palky

Kommende Anlässe 2023

23.9. // Benefitparty Kanzlei
 Neu mit Gorshe von 21–23 Uhr //
 Momos von 21–24 Uhr

22.10. // Gyawe Shabden, Lang-
 lebensgebet für S.H. den 14. Dalai
 Lama & Nangchoe Ngodroe

4.11. // 35 Jahre TFOS
 Jubiläumsfeier

tfos.online
tibetanwomen.org



Our Root Guru

Protector of my people and my land
 Savior from all four corners
 no one else, except him
 our root Guru,
 Tenzin Gyatso.

In the middle of sky and earth
 strolling around
 The solacer
 no one else, except him
 our root Lama,
 Tenzin Gyatso.

Guided by root Guru
 so long as we follow, the future is bright
 Fulfilling the wishes of our root Guru
 it is the honour and pride that we adore,
 Fulfilling the wishes of our root Guru
 it is the honour and pride that we adore.

Protector of my people and my land
 Savior from all four corners
 no one else except him
 our root Guru,
 Tenzin Gyatso.

ངའོའི་རྩ་བའི་སྐྱ་མ་

ངའི་མེ་ ངའི་ཡུལ་ སྐྱང་ཚེད་
 ལྷོ་གསལ་བཞི་ལ་སྐྱབས་མཁུན་དེ་
 གཞན་ཡང་སྲ་ཡང་མེད་
 ངའོའི་རྩ་བའི་སྐྱ་མ་
 བསྐྱན་འཛོན་རྒྱ་མཚོ་ཡིན་

གནམ་ས་གཉིས་ཀྱི་བར་ལ་
 ལྷག་བའི་སྐབས་སུ་
 སེམས་གསོ་གཏོང་མཁུན་དེ་ཁོང་ཡིན་
 གཞན་ཡང་སྲ་ཡང་མེད་
 ངའོའི་རྩ་བའི་སྐྱ་མ་
 བསྐྱན་འཛོན་རྒྱ་མཚོ་ཡིན་

ངའོའི་རྩ་བའི་སྐྱ་མའི་ལམ་སྟོན་འདི་
 ལྷུང་ལྷུང་ན་མ་འོངས་འོད་ཟེར་ཡིན་
 དྲིན་ཚེ་བའི་རྩ་བའི་སྐྱ་མའི་དགོངས་པ་འདི་
 ལྷུང་ལྷུང་ན་ངའོའི་གཟེ་བུ་ཡིན་
 དྲིན་ཚེ་བའི་རྩ་བའི་སྐྱ་མའི་དགོངས་པ་འདི་
 ལྷུང་ལྷུང་ན་ངའོའི་གཟེ་བུ་ཡིན་

ངའི་མེ་ ངའི་ཡུལ་ སྐྱང་ཚེད་
 ལྷོ་གསལ་བཞི་ལ་སྐྱབས་མཁུན་དེ་
 གཞན་ཡང་སྲ་ཡང་མེད་
 ངའོའི་རྩ་བའི་སྐྱ་མ་
 བསྐྱན་འཛོན་རྒྱ་མཚོ་ཡིན་

Für den Inhalt dieser Seiten ist das tibetfocus-Redaktionsteam nicht verantwortlich. Die alleinige inhaltliche Verantwortung liegt bei der TFOS.

Veranstaltungen

September 2023

TIR: Sa 9.9., 14.30–16.30 Uhr

Vajrapani (Buddha-Kraft)

Der Ew. Abt Geshe Thupten Legmen lehrt den Aufbau einer Praxis: Segen – Reinigung – Sadhana – Meditation. Jede Gottheit hat ihre eigene spirituelle Aussagekraft.

KSH: So 10.9., 10.30–15 Uhr

Besammlung: Bahnhof Realp: 10.50 Uhr

Besuch der Yaks am Gotthard:

Die Regli-Yaks mit Freunden sind auf den Alpen ob Realp



KSH: So 17.9., 10–15 Uhr // **Ort:** GZ Oerlikon, Gubelstr. 10, Zürich-Oerlikon

Buuz & Kuushuur – Mongolische «Momos» mit Kochkurs

mit Chimgee Gerber, Kurs mit Essen und Trinken.

KSH: Fr 22.9., 19.30 Uhr

Tibet – Tor zum Himmel

Film von Jaroslav Poncar mit Live-Interview per Zoom

TIR: Sa 23.9., 14.30–16.30 Uhr

The Power of Compassion and Meditation on Compassion

Ven. Acharya Sonam Gyatso teaches how to develop compassion. By taking care of others, you gain inner strength and a greater sense of calm.

TIR: Fr 29.9., 18–20 Uhr

Vollmond-Meditation

Der Ew. Lama Tenzin führt in die persönliche Praxis ein und wir meditieren gemeinsam im Kultraum.

TIR: Sa 30.9., 9.30–16 Uhr

Buddhistische Psychologie (Tagesseminar)

Loten Dahortsang macht die buddhistische Psychologie praktisch und erfahrbar. Ihr Ziel ist es, unsere stärksten menschlichen Fähigkeiten zu entwickeln.

KSH: 30.9., 19–21 Uhr

Umgang mit Depressionen aus einer kontemplativen Perspektive

Vortrag von Tulku Jigme Thrinley Rinpoche

Oktober 2023

KSH: Fr 6.10., 19.30 Uhr

Globi bei den Yaks

Der Autor Boni Koller stellt uns das jüngste Globi-Buch vor. Anke Regli-Schorr präsentiert uns die Yaks vom Gotthard.

TIR: Sa 7.10., 14.30–16 Uhr

Öffentliche Führung und Bibliothek

Klosterführung mit Philip Hepp, Kurator. Individuelle Bibliotheksbesuche (10–16 Uhr) mit Renate Koller, Bibliothekarin.

KSH: Fr 13.10., 19.30 Uhr

Filme junger Nepali im Fokus

Der Freundeskreis Schweiz-Nepal präsentiert geförderte Filme.

KSH: Fr 20.10., 19.30 Uhr

Theravada-Buddhismus

Metta Bhante Anuruddha gibt eine Einführung.

KSH: Fr 27.10., 19.30 Uhr

Tibet Museum in der St. Josef-Kapelle in Gruyères

Die Kuratorin Magali Jenny stellt uns das Museum und die Publikation «Trésors du Tibet» vor.

TIR: So 29.10., 14.30–16.30 Uhr

Explanation of Impermanence and Meditation on Impermanence

Ven. Acharya Sonam Gyatso teaches how to become familiar with the impermanence of everything. This frees us from a lot of unnecessary suffering.

November 2023

KSH: Fr 3.11., 19.30 Uhr

China: Das kommunistische Regime, von dem wir abhängig sind

Gespräch mit der NZZ-Redaktorin und China-Kennerin Katrin Büchenbacher

Weitere Anlässe finden Sie in der Agenda auf

Tibet-Institut Rikon (TIR)

Wildbergstrasse 10 // 8486 Rikon
052 383 17 29
info@tibet-institut.ch
tibet-institut.ch

Kurzfristige Änderungen/Ausfälle werden auf unserer Website publiziert.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

TIR: Sa 4.11., 9.30–11 Uhr

Buddhistischer Feiertag: Lha-Bab

Duechen, Buddhas Niederfahrt auf Erden
Puja mit der Ew. Mönchsgemeinschaft

KSH: Di 7.11., 19.30 Uhr

Das Geheimnis des YabYum

Thomas Lempert erläutert das Bildwerk der Gottheiten in Vereinigung.

KSH: 10.11., 19.30 Uhr

Tee-Gin-Tasting (ab 18 Jahren)

Eine genussvolle Reise für Gaumen und Ohren von Taiwan nach Zürich

TIR: Sa 11.11., 9.30–16 Uhr

Tsalung – Tibetische Handheilung (Tagesseminar)

Loten Dahortsang erörtert Tsalung, eine kraftvolle Technik der Energieheilung, die seit Generationen von Yogis in den Bergen Tibets weitergegeben wurde.

TIR: So 12.11., 9.30–16 Uhr

Tibetisches Spirituelles Coaching (Tagesseminar)

Loten Dahortsang lehrt aus den Weisheitslehren des Tibetischen Buches vom Leben und Sterben, wie wir schwierige Momente bewältigen und daraus guten Nutzen ziehen.

KSH: Fr 17.11., 19.30 Uhr

Guge – Historie und Hinterlassenschaft eines westtibetischen Königreichs

Michael Beck spannt einen Bogen von der Geschichte bis in die schwierige Gegenwart.

KSH: Fr 24.11., 19.30 Uhr

Tibetische Patenkinder und Paten

Zwei Dokumentationen des Filmemachers Andy Svensson

TIR: Sa 25.11., 14.30–16 Uhr

Öffentliche Führung und Bibliothek

Klosterführung mit Loten Dahortsang. Individuelle Bibliotheksbesuche (10–16 Uhr) mit Renate Koller, Bibliothekarin.

gstf.org

Kulturzentrum Songtsen House (KSH)

Gubelhangstrasse 7
8050 Zürich-Oerlikon
044 400 55 59
info@songtsenhouse.ch
songtsenhouse.ch

Öffnungszeiten: An allen Veranstaltungsabenden jeweils eine Stunde vor dem Anlass (ohne Lu Jong und Bekehrungen).

TIR: Sa 25.11., 16.30–18.30 Uhr

Vajrayana – die mystische Lehre des Buddhismus

Loten Dahortsang erläutert die Lehre Vajrayana, Diamant-Fahrzeug genannt, und deren Tantra-Schriften, die bis heute von den Meistern mündlich übertragen werden.

TIR: So 26.11., 9.30–16 Uhr

Das rituelle Zeichnen und Streuen des Sandmandalas (Tagesseminar)

Mit dem Ew. Acharya Sonam Gyatso und Loten Dahortsang erörtern und üben wir diese wichtige Meditationspraxis im Tantrischen Buddhismus.

Dezember 2023

KSH: Sa 2.12., 10–16 Uhr

Unser traditioneller Weihnachtsverkauf mit ausgesuchtem Kunsthandwerk aus Asien

TIR: So 3.12., 9.30–16 Uhr

Der Stufenweg zur Erleuchtung – Einführung (Tagesseminar, Teil 15)

Der Ew. Geshe Lobsang Phuntsok erläutert Lama Tsongkhapas klassische Schrift «Der mittlere Stufenweg» mit ihrer Vielfalt systematisch gegliederter Anweisungen.

TIR: Do 7.12., 14.30–16.30 Uhr

Buddhistischer Feiertag: Ganden Ngachö, Lichterfest

Puja und Lichtopfergaben mit der Ew. Mönchsgemeinschaft

KSH: Fr 8.12., 19.30 Uhr

Die Sadhus in Indien

Michael Henss auf den Spuren der religiösen Asketen

Regelmässige Veranstaltungen

TIR: Täglich ausser Sonntag, 7–7.45 Uhr
Morgenmeditation

mit der Ew. Mönchsgemeinschaft.
Kurzfristige Ausfälle sind möglich.

TIR: Mo 18.9., 2.10., 16.10., 30.10., 13.11., 27.11., 11.12., 19–20.30 Uhr

Tibetisch für Fortgeschrittene mit dem Ew. Lama Tenzin. Anmeldung erforderlich.

KSH: In der Regel alle 2 Wochen am

Dienstag, 26.9., 31.10., 7.11., 21.11., 5.12., 19.30–21 Uhr

Weisheit im Alltag Buddhismus und Meditation mit Thomas Lempert

KSH: Jeden Mittwochmorgen, 9.30–11 Uhr

Lu Jong mit Rose-Marie Markarian

Anmeldung erforderlich:
www.auscul-to-disco.ch oder 076 436 98 53

KSH: Jeden Mittwochabend, 18–19.25 Uhr, 19.30–20.30 Uhr

Tibetisches Heilyoga und Meditation in Bewegung mit Christine Albrecht

Erstanmeldung für die Abendlektionen:
info@bodymind-training.ch
(danach individuell via Doodle-Link)

TIR: Mi 20.9., 4.10., 18.10., 1.11., 15.11., 29.11., 13.12., 19–20.30 Uhr

Tibetisch für Anfänger mit dem Ew. Lama Tenzin. Anmeldung erforderlich.

TIR: Mi 1.11., 15.11., 29.11., 19.30–21 Uhr

Leben im Jetzt – Glück im Augenblick finden

Meditation mit Loten Dahortsang. Durch die Transformation unserer Gedanken und Gefühle entsteht in uns Wärme und Weisheit, die von grossem Nutzen sind.



TIR: Sa 9.9., 7.10., 21.10., 4.11., 25.11., 9.12., 10–16 Uhr

Die Bibliothek ist an diesen Samstagen zusätzlich geöffnet. Individuelle Besuche mit Renate Koller, Bibliothekarin.

KSH: Jeweils einmal monatlich, 17. 9., 15.10, 12.11., 10.12., 10.30–11.30 Uhr
Türöffnung 10 Uhr

Klangmeditation mit Bergkristallschalen geführt von Rolf Züsli,
Kontakt: info@kristallklang.ch

KSH: einmal monatlich: 17.10, 14.11., 12.12., 19–20.30 Uhr

Ein Runder Tisch zur gemeinsamen Erkundung des I Ging

Oscar Gilliéron führt durch den Bilderreichtum des Buchs der Erkenntnis.

Jubiläumsfeier

60 Jahre Tibet in Mönchwilen – Unsere Heimat in Freiheit»

30.9.2023, 10-22 Uhr

Schulzentrum Oberhofen
Eschlikonerstrasse 7
Mönchwilen TG

Das Rad der Zeit

Cinewil und GSTF Sektion Ostschweiz

19.9.2023, 19 Uhr // Kino Cinewil

Bahnhofplatz 7, 9500 Wil // Reservation:
071 913 90 90 & www.cinewil.ch



Service-Seite zum Magazin auf

gstf.org

tibetfocus 162, Dezember 2023
Redaktionsschluss 29.10.2023



Impressum Publikationsorgan der GSTF (Gesellschaft Schweizerisch-Tibetische Freundschaft), des Vereins Tibetfreunde, der TFOS (Tibetischen Frauenorganisation in der Schweiz) und des VTJE (Verein Tibeter Jugend in Europa). Namentlich gekennzeichnete Beiträge sind die persönliche Meinung der Verfasser und müssen nicht mit der Meinung der Redaktion übereinstimmen. **I Redaktion GSTF** Gerda Bieber (gb), Tselhamo Büchli (tsb), Bettina Eckert (be), Karin Gaiser (kg/Redaktionsleitung), Rahel Jud (rj), Ursula Lüchinger (ul), Romina Häner (rh), Hans Marty (hm), Ursula Sager (us), Eric Thierstein (et), tf@gstf.org **I Tibetische Übersetzung** Kunga Tethong, Tsewang Munsel **I Tibet-Information der GSTF** Uwe Meya **I Tibetfreunde** Kerstin A. Paul, koach@posteo.ch; Annick Busset, annick@tibetfreunde.ch **I TFOS** Tseyou Marsen, twospresident21@gmail.com **I VTJE** Tschönsang Tender, t.tender@vtje.org **I Illustrationen** Wolf Altorfer **I Layout** karinhutter.com **I Druck** rueggmedia.ch **I Preise** Einzelnummer Fr. 8.–, Jahresabo Fr. 35.– **I Erscheinungsweise** 4 × jährlich **I Druckauflage** 2400 **I ISSN** 1662-9906 **I GSTF-Büro** Binzstrasse 15, 8045 Zürich, 044 451 38 38, buero@gstf.org, gstf.org. **I Adressänderungen** Bitte umgehend an die Vereine melden.

**Jubiläumsfeier der GSTF**

Feiern Sie mit uns 40 Jahre GSTF am Samstag,
23. September 2023, im Kirchgemeindehaus
Oberstrass, Winterthurerstrasse 25, 8006 Zürich.

**Nationale Klimademo** // in Bern am
30. September 2023.

Unterstützen Sie die GSTF mit Ihrer Teilnahme
mit uns an der Klimademo.



**Globi bei den Yaks –
Buchbestellung**

WAHLSPEZIAL

Liebe Wähler:innen, liebe Leserin und lieber Leser // **Die anstehenden Parlamentswahlen vom 22. Oktober 2023 sind von grosser Bedeutung für die tibetische Gemeinschaft in der Schweiz und auch für das Schicksal der Tibeter:innen im besetzten Tibet. Sie bieten Ihnen die Möglichkeit, Einfluss auf die politische Gestaltung der Zukunft zu nehmen und der Bedeutung von Freiheit, Menschenrechten und dem Schutz der tibetischen Kultur in der nächsten Legislatur Gewicht zu geben. Ihre Teilnahme an den Parlamentswahlen bietet Ihnen die Möglichkeit, Ihre Stimme zugunsten von Volksvertreter:innen abzugeben, die sich aktiv für Tibet engagieren wollen. In unserem beiliegenden Wahlspezial beantworten Mitglieder der Parlamentarischen Gruppe Tibet wichtige Fragen. Die Kandidat:innen verdienen Ihre Stimme!**

Vielen Dank für Ihre Unterstützung und Tashi Delek

Thomas Büchli
*Präsident der GSTF und Sekretär der
Parlamentarischen Gruppe Tibet*

