

བོད་དོན་དམིགས་བཀའ།

# tibetfocus

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

127 // März 2015

Religion // **Feste und Rituale der Tibetisch-buddhistischen Religion**

Tradition // **Losar Tashi Delek – Neujahr im Tibet-Institut in Rikon**

Kultur // **Eine Schatzkammer mit buddhistischen Kunst-, Kultur- und Ritualgegenständen**



Erscheint vierteljährlich // Preis: Fr. 8.–







Michaela Wisler

Die Autorin:

Michaela Wisler studierte Religionswissenschaft und Ethnologie an der Universität Basel und schloss mit einem Bachelor of Arts ab. Während ihres Studiums in Basel hat sie an einer kleinen Forschungsreise nach Kalimantan, Borneo teilgenommen.

Zurzeit studiert sie an der Universität Bern Religionskulturen und ist dabei sich in den Schwerpunkten Tibet, Mongolei und Schamanismus zu vertiefen. Voraussichtlich wird sie Ende 2016 mit einem Master of Arts abschliessen.

## Feste und Rituale der Tibetisch-buddhistischen Religion

Von Michaela Wisler

Die religiöse Landschaft im tibetischen Kulturraum ist sehr vielfältig und keinesfalls nur vom Buddhismus geprägt. Dies spiegelt sich auch in den religiösen Feierlichkeiten wider, welche sehr zahl- und facettenreich sind. Genau das macht es aber auch problematisch, einen guten Überblick bzw. Einblick in tibetische Feierlichkeiten zu geben. Bei so vielen verschiedenen Festen und ihren gelebten Unterschieden wird man nie einen angemessenen Beschrieb all dieser Ausdifferenzierungen geben können. Denn dies ist das Besondere, aber auch Schöne an Festen und Ritualen. Jede Gemeinde, jedes Dorf feiert ein bestimmtes Fest, beispielsweise Losar, ein klein wenig anders und an die aktuellen sozialen und kulturellen Begebenheiten angepasst. Ein/e Tibeter/in in der Schweiz wird wohl Losar nicht mehr so feiern, wie er oder sie es in Tibet getan hätten bzw. tun würden. Gerade auch die Exilsituation vieler Tibeter/innen

hat den Facettenreichtum der Feste und Rituale noch einmal vervielfacht und westliche Vorstellungen miteinbezogen.

Der tibetische Festkalender beruht auf dem Mondzyklus mit 12 Monaten und wurde im 9. Jahrhundert von Muné Tsenpo, einem König und vermutlich gläubigen Buddhisten, eingeführt. Vor allem die Tempel und Klöster wurden durch diesen Festzyklus<sup>1</sup> geprägt, die ihn weitergaben. Bis heute spielen ebendiese eine wichtige Rolle bei den Feierlichkeiten und prägen entscheidend den religiösen Zyklus der Feste in Tibet, aber auch in anderen Ländern.

Eine der bekanntesten tibetischen Feierlichkeiten, auch im Westen, ist sicherlich Losar (tib. lo-gsar), das tibetische Neujahr. Dieses Fest findet, nach dem gregorianischen Kalender, im Februar statt, nach

<sup>1</sup> Der Festzyklus wird in unterschiedlichen Gemeinden, Schulen und Ländern z.T. anders gesetzt und kann daher variieren. Es werden auch nicht überall die gleichen Feste gefeiert bzw. nicht gleich bedeutend gefeiert. Ich habe mich daher auf die bekanntesten beschränkt, welche weit verbreitet sind oder eine wichtige Bedeutung haben.

dem tibetischen am ersten Tag des ersten Monats des neuen Jahres. Dabei werden viele Riten und auch Tänze aufgeführt, um die beschützenden göttlichen Entitäten gütig für das neue Jahr zu stimmen. In den Klöstern beginnt Losar normalerweise früher, also schon im Vorjahr, um mit bestimmten Ritualen den guten Ablauf der Feierlichkeiten zu gewährleisten. Losar wird normalerweise drei Tage gefeiert und nicht nur in Tibet, sondern auch in Indien, Nepal und zahlreichen tibetischen Exilgemeinden wie im Kloster Rikon in Zürich. In manchen Gemeinden können deswegen die Feierlichkeiten bis zu 15 Tage dauern, in manchen aber auch nur einen. Oftmals wird am ersten Tag mit der Familie gefeiert, am zweiten und dritten werden Verwandte und Freunde, aber auch Klöster besucht, um Opfergaben und Geschenke darzubringen. Wie viele Neujahrsfeierlichkeiten ist auch Losar von einem Losmachen des Alten und einer Begrüssung des Neuen gekennzeichnet. Es werden Rituale praktiziert, welche die bösen spirits (Geister) vertreiben sollen, um Platz für gutes Neues zu machen. Es steht alles im Zeichen der Reinmachung, so werden beispielsweise Häuser gesäubert und die Menschen tragen neue, saubere Kleidung. Es werden zudem Reinigungsrituale vollzogen, um das künftige Jahr ohne «religiösen» Ballast und Sorgen beginnen zu können. Losar scheint sehr alt zu sein und auf vorbuddhistische Zeiten zurückzugehen (vor dem 7. Jh.) und hat an seiner Bedeutsamkeit bis heute nichts verloren.

Mönlan chenmo, das grosse Gebetsfest, welches in Lhasa einen prominenten Platz hat, findet gleich anschliessend an die Neujahrsfeierlichkeiten statt. Es ist auch eine mehrtägige Feierlichkeit, an welcher vor allem Mönche, aber auch Laien partizipieren, um Vorhersagen zu machen und das Jahr mit mehreren grossen Gebeten zu beginnen.

Weiter Feierlichkeiten, welche während des Jahres stattfinden, stehen im Zeichen Buddhas und seiner Werke. Beispielsweise saga dawa: dieses Fest fällt auf den 4. Mondmonat und wird zu Ehren von Buddhas Erleuchtung gefeiert. Um ihn zu feiern, werden Gebete gesprochen und gefastet. Es gibt aber auch Feste zu Ehren seiner Geburt, seines Todes, seiner Werke und seiner Lehreden,

welche über das Jahr verteilt sind und oftmals auch mit Gebeten und Fasten begangen werden.

Neben diesem Festzyklus, welcher vorwiegend buddhistisch geprägt ist, finden vor allem im tibetischen Kulturraum, aber auch in anderen Himalaya-Staaten andere Rituale statt, welche jedoch alltagsreligiösen Charakter haben und nicht nur dem Buddhismus zuzuordnen sind. Im Gegenteil; Anhänger des Bon und des Buddhismus praktizieren diese Rituale, und sie scheinen oftmals älter zu sein als beide Religionen. Daher spricht man auch von der «namenlosen Religion» und meint damit alltägliche Rituale des Lebens. Konkret sind damit Rituale gemeint, mit welchen man das Wetter kontrollieren kann; Rituale, um Menschen, Tiere, Ernte und Eigentum zu beschützen; Rituale, um Unheil abzuwenden und natürlich Rituale, um Erfolg und Glück zu erwerben. Meistens muss, um ein Ritual anzuwenden, ein kleines Opfer gebracht und ein Gebet gesprochen werden. Diese Rituale werden meistens von den Laien selbst durchgeführt, aber auch Mönche beteiligen sich stark daran.

Einen besonders wichtigen Stellenwert haben Totenrituale. Wissenschaftler bezeichnen sie sogar als eine tibetische Spezialität. Dabei geht es einerseits darum, die «Seele»<sup>2</sup> des Toten sicher ins Jenseits zu leiten, damit diese ins Samsara eingeht, andererseits sollen Totenrituale die Lebenden beschützen, damit eine «verirrte Seele» nicht im Diesseits den Lebenden schadet. Diese Rituale werden daher meistens von Mönchen, also Spezialisten, durchgeführt und beinhalten auch Opferungen und Gebete.

An den oben genannten Ritualen lässt sich feststellen, dass sie nicht klar buddhistisch, aber auch nicht klar bon sind, sondern höchstwahrscheinlich viel älter und daher schon lange im alltäglichen Wissen der Tibeter/innen verankert sind und bis heute gepflegt und gebraucht werden. Daher sollte man nicht vergessen, dass Tibet nicht nur buddhistisch ist, sondern auch eine starke Bon-Tradition hat und viele noch ältere religiöse Elemente. Daher scheint der «Begriff tibetische Religionen» sehr passend, um dieses multireligiöse Gebiet zu beschreiben.

<sup>2</sup> Seele ist eigentlich nicht das korrekte Wort, da es sich um ein christliches Konzept handelt. Zur einfacheren Verständigung habe ich es hier jedoch trotzdem gewählt.

Quellen:

- Geoffrey, Samuel (2012): *Introducing Tibetan Buddhism*, Routledge, Oxon, New York.
- Kapstein, Matthew T. (2006): *The Tibetans*, Blackwell Publishing, Malden, Oxford, Victoria.
- Mills, Martin A. (2003): *Identity, Ritual and State in Tibetan Buddhism, the foundations of Authority in Gelukpa Monasticism*, RoutledgeCurzon, London, New York.
- Richardson Hugh, Ed. Aris Michael (1993): *Ceremonies of the Lhasa Year*, Serindia Publications, London.
- BBC Religions: <http://www.bbc.co.uk/religion/religions/buddhism/holydays/losar.shtml> (Zugriff: 27.2.2015)
- Inforel.: <http://www.inforel.ch/i232e12> (Zugriff: 27.2.2015)
- Tibet Institut Rikon: <http://www.tibet-institut.ch/content/tir/de/holidays.html> (Zugriff: 27.2.2015)



Loten Namling als «'dre-dkar».



Die Mönchsgemeinschaft beim Rezitieren



Junge Tibeterin bei der Rezitation.



Blick über das Publikum zum vorderen Teil des Andachtsraumes mit dem Thron Seiner Heiligkeit des Dalai Lama in der Mitte.



Mutter und Kind bei der traditionellen Tsampa-Opferung



Das Tibet Institut in Rikon

## Losar Tashi Delek – Neujahr im Tibet-Institut in Rikon

**Willkommen im Holz-Schaf-Jahr 2142! Ergänzend zu den vielfältigen Feierlichkeiten im Familienkreis findet im Tibet-Institut in Rikon jährlich eine öffentliche Losar-Zeremonie statt.**

*tibetfocus*

Noch ist es ruhig im Garten des Tibet-Instituts, das abgelegen in einem Waldstück oberhalb von Rikon im Tösstal liegt. Ein Mann umrundet den zum Kloster gehörenden Stupa, während er fortlaufend mit kehliger Stimme «om mani padme hum» murmelt. Unter dem Arm trägt er ein Bündel neuer Gebetsfahnen, die er im Anschluss zwischen den Bäumen aufhängt.

Im Tempelraum des Klosters hat sich inzwischen schon eine beträchtliche Anzahl Besucher eingefunden. Männer und Frauen jeden Alters sitzen in engen Reihen hintereinander auf dem Boden oder auf Stühlen. Obwohl die Zeremonie erst in einer Stunde beginnt, gibt es nur noch wenige freie Plätze. Wer keinen Platz mehr findet, muss sich mit einer Live-Übertragung der Puja im oberen Stockwerk begnügen. Die Stimmung unter den Teilnehmenden ist entspannt und fröhlich, alte Bekannte treffen sich, es werden Anekdoten erzählt und Pläne geschmiedet. Ebenfalls anwesend ist ein Kamera-Team des Schweizer Fernsehens SRF, das die gesamte Zeremonie aufzeichnet, um daraus eine einstündige Dokumentation zu produzieren.

Gegen 09.30 Uhr ertönen von draussen die Klänge der tibetischen Gyaling (traditionelle Blasinstrumente) und die Puja beginnt mit dem Einzug der Mönchsgemeinschaft und den Ehrengästen, unter ihnen auch der Präsident der GSTF, Ulrich Soltermann. Einer der Mönche trägt ein Porträt Seiner Heiligkeit des Dalai Lama, das auf dem farbig geschmückten Thron abgestellt und mit weissen Khatas gewürdigt wird. Abt Geshe Thupten Legmen und Sampa Dhondup, Vizepräsident der TGSL, begrüßen die Anwesenden auf Tibetisch im neuen Jahr. Kurator Philip Hepp ergänzt ihre Ausführungen auf Deutsch. Trotz des fröhlichen Anlasses erinnert er daran, dass sich die Situation in Tibet jährlich verschlimmert und hofft, dass die Gebete auch den Menschen in Tibet zugute kommen mögen.

Unter der Leitung Lama Tenzin Jottoshangs beginnt die erste Rezitation. Die anwesenden Tibeterinnen und Tibeter stimmen in den rhythmischen Gesang ein und verfolgen die Worte in den zuvor ausgeteilten Gebetbüchern. Da auf Wunsch Seiner Heiligkeit im

Tibet-Institut Rikon Mönche aus allen vier Schulen des tibetischen Buddhismus zusammenleben, enthalten auch die Gebetbücher Rezitationen aus allen vier Traditionen. Durch den ersten Teil der Rezitationen werden die wesentlichen Inhalte und Qualitäten der buddhistischen Lehre vergegenwärtigt.

Helferinnen und Helfer beginnen Buttermilch und süssen Neujahrreis mit Rosinen und Süsskartoffeln zuerst an die Mönchsgemeinschaft und schliesslich an die Gäste auszuteilen. Die meisten Anwesenden sind aber vorerst noch in die Rezitation vertieft und platzieren Becher und Teller auf den Knien oder auf dem Boden, falls sich irgendwo ein freies Plätzchen findet. Es folgen symbolische Gaben in Form von Buttermilch und Reis an das Mandala sowie an die 16 Arhats (indische Heilige aus der Zeit des Buddha, die Erleuchtung realisiert haben). Begleitet bzw. repräsentiert werden diese Opferhandlungen von den Rezitierenden durch entsprechende Mudras (Handhaltungen). Erst im Anschluss widmen sich die Anwesenden dem Essen. Der salzige Buttermilch bietet zumindest für den schweizerischen Geschmackssinn einen seltsamen Kontrast zum süssen Reis, beide Speisen schmecken jedoch in ihrer Eigenart sehr gut. Abt Geshe Thupten Legmen tritt erneut vor und hält in Fortsetzung seiner Begrüssung auf Tibetisch eine Ansprache zum neuen Jahr.

Der zweite Teil der Rezitationen beschäftigt sich inhaltlich vor allem mit der Figur Seiner Heiligkeit des Dalai Lama. Die Anwesenden wünschen ihm in ihren Gebeten ein langes Leben. Zudem verleihen sie der Hoffnung Ausdruck, die Lehren des Buddha mögen in der Ausprägung aller vier Schulen gedeihen.

Für die jüngsten Anwesenden werden die Wortketten der Rezitationen langsam aber sicher zu eintönig und sie schauen sich nach Ablenkung um. Ein kleiner Junge und ein Mädchen finden im schmalen Gang, der zwischen den Sitzreihen hindurch in den vorderen Teil des Andachtsraumes führt, ein wenig Platz um miteinander zu spielen. Sie klatschen in die Hände und werfen sich abwechselnd tibetische und schweizerdeutsche Worte zu. Die Eltern und Sitznachbarn beobachten sie schmunzelnd. Die Bewegung und das Gespräch zwischen den Kleinen stört sie nicht. Unterdessen hat auch einer der Kameramänner des SRF die beiden Kinder entdeckt und nähert sich mit seiner riesigen Videokamera auf der Schulter. Das kleine Mädchen blickt zuerst erstaunt in das grosse Objektiv, dann zu seiner Mutter und wieder in die Kamera, es lächelt unsicher und die beiden Kinder spielen weiter.

Ein weiteres kurzes Gebet schliesst die Zeremonie ab. Die Besucherinnen und Besucher haben nun die Möglichkeit, ihre mitgebrachten Khatas auf dem Thron, der zusammen mit dem anfangs aufgestellten Porträt Seine Heiligkeit den Dalai Lama repräsentiert, zur Würdigung niederzulegen. Rasch bildet sich eine Warteschlange. Die Menschen gehen am Thron vorbei zu den kunstvoll arrangierten Opfergaben in Form von Früchten, Butterlampen, Reis, Tsampa (geröstetes Gerstenmehl) und dem typischen Schafskopf, wohl aus Teig oder Ton nachgebildet, der symbolisch für alle Arten von Nutztieren steht und speziell an Losar gewürdigt wird. Neben einer Schale mit Tsampa halten einige erneut inne, nehmen etwas von dem Gerstenmehl zwischen den Daumen und die Fingerspitzen der rechten Hand und werfen es in einer weiteren Form der Ehrerbietung in die Luft. Vorbei an den goldenen Buddhastatuen verlassen sie den Raum. Daneben klicken und blitzen fortlaufend Fotoapparate und Mobiltelefone, schliesslich haben viele der Besucherinnen und Besucher zur Feier des Tages ihre schönsten Festtagskleider angezogen und das will festgehalten sein.

Draussen zeigt sich unterdessen die Sonne und die Besucherinnen und Besucher tauschen den Neujahrgruss «Losar Tashi Delek» aus. Viele unternehmen noch einen kleinen Spaziergang zum nahegelegenen Stupa am Waldrand. Sie umrunden das Bauwerk einmal im Uhrzeigersinn und folgen dann dem Pfad zurück zum Kloster, wo bereits die Klänge eines Saiteninstruments und Gesang zu hören sind.

Der tibetische Musiker Loten Namling, bekannt aus dem Film «Tibetan Warrior», hat bereits eine Menschenmenge um sich geschart. Er ist ganz in weiss gekleidet, hält einen Stab in der Hand und trägt auf der Schulter eine schwarz-weiße, lachende Maske, die von einer weissen Mähne eingerahmt wird. So verkörpert er den weissen Dämon «'dre-dkar», der an Hochzeiten und speziell zu Neujahr auftritt, um mit seinen Witzen und humorvollen Geschichten die Gäste zu amüsieren, und deshalb als Glücksbote gilt. Loten Namling untermalt seine Worte mit einer lebendigen Mimik, ausgreifenden Gesten, Tanzschritten und lauten Rufen. Die Zuschauer lachen. Dazwischen stimmt er immer wieder Lieder an, die von einem zweiten Mann auf einer tibetischen Laute begleitet werden. Wer Zeit hat, bleibt noch eine Weile und betrachtet das Schauspiel, andere machen sich auf den Weg den Hügel hinab zurück nach Rikon.



Die Mönchsgemeinschaft aus Rikon weihen den Tempel ein.



Christian H. Lutz mit Abt Geshe Thupten Legmen

## Eine Schatzkammer mit buddhistischen Kunst-, Kultur- und Ritualgegenständen

Seit seiner ersten Reise im Jahr 1980 nach Tibet sammelt Christian H. Lutz buddhistische Kunst-, Kultur- und Ritualgegenstände aus Tibet und den Himalaya-Regionen. Seine Leidenschaft zu sammeln führte dazu, dass mittlerweile eine beachtliche Sammlung mit rund 1000 Exponaten aus dem tibetischen Kulturkreis entstanden ist, die er in einer Ausstellung mit Hilfe neuer und eindrücklicher Technik installiert hat. Das Zentrum der Ausstellung ist dabei als tibetischer Tempel ausgerichtet. Im April 2014 fand dann die Eröffnungsfeier statt, und der Höhepunkt dabei war die Segnungszeremonie durch den Abt des Tibet-Institutes Rikon. Für tibetfocus hat Christian H. Lutz im Februar 2015 die Tore zu seiner ansonsten privaten Sammlung geöffnet und führte über zwei Stunden durch die rund 2000 m<sup>2</sup> grosse Ausstellung. Elf Themenräume sind inhaltlich den verschiedenen ikonografischen und rituellen Themen gewidmet. Erklärende Texte und eine visuell eindrucksvolle Gestaltung gewähren eine interessante Einführung in die buddhistische Kunst und Kultur Tibets.

Von Noémie Burger

In den 70er Jahren wurde in Christian H. Lutz das Interesse an Tibet geweckt. Durch Bekannte, die bereits nach Indien, Nepal und Ladakh gereist waren, wurde er auf das Buch von Heinrich Harrer «Sieben Jahre in Tibet» aufmerksam. Von den Schilderungen im Buch begeistert, nahm er sich vor, auf das Dach der Welt zu reisen. Nach seiner ersten Reise 1978 nach Bodhgaya und Ladakh erfuhr er, dass Tibet demnächst für einzelne Touristen geöffnet werden sollte und er nahm sich vor, so schnell wie möglich dieses faszinierende Land hautnah zu erleben. 1980 konnte er dann mit einer Deutsch-Amerikanischen Reisegruppe unter der Leitung von Professor Helmut Uhlig Tibet zum ersten Mal besuchen.

Mit seiner Polaroid-Kamera machte er in Tibet viele eindrückliche Fotos. Die Bewohner von Tibet waren beeindruckt und hellauf begeistert, wenn sie sich auf einem Polaroid-Foto sahen und ihnen dieses als Erinnerung geschenkt wurde. Er hat damit 300 bis 400 Fotos gemacht und an Lamas und Pilger verschenkt. Zudem hatte Christian H. Lutz auch Bilder von seiner Heiligkeit dem 14. Dalai Lama bei sich und konnte diese an Pilger und Gläubige abgeben – damals war das noch nicht verboten. Die Menschen

haben sich unglaublich darüber gefreut und haben ihm als Gegenbeschenke Tsha-tshas und Thogchaks mit einem «Tashi Delek» überreicht. Mit diesen «kleinen» Geschenken war der Grundstein zu seiner mittlerweile grossen Sammlung gelegt.

Aus Heinrich Harrers «Sieben Jahre in Tibet» waren sieben Tage geworden. Doch die Eindrücke dieser Reise im Jahr 1980 prägten sein weiteres, grosses Interesse für diese einmalige Region auf dem Dach der Welt. Nach weiteren zwei Tibet-Reisen in den Jahren 2005 und 2011 hat Christian H. Lutz dann auch seine Bilder und Eindrücke 2012 in seinem Buch «Drei Tibet-Reisen mit Kailash-Khora» dokumentiert und kommentiert.

Nach seiner ersten Reise 1980 nahm Christian H. Lutz Kontakt auf zu Fachleuten, Sammlern und Kunsthistorikern wie z.B. Ulrich von Schroeder, Berti Aschmann und Michael Henss. Durch diese neuen Verbindungen konnte er auch einige schöne Objekte erwerben, die weiter zum Aufbau der Sammlung geführt haben.

Seit dieser Zeit beschäftigte sich Christian H. Lutz auch mit den Geheimnissen des tantrischen Buddhismus. Mit Hilfe von Experten

hat er begonnen, die einzelnen Sammelobjekte ikonografisch zu bestimmen und zu beschreiben und dabei hat er sich auch mit den einzelnen Buddhas, Bodhisattvas und den vielen Gottheiten des tibetischen Buddhismus auseinander gesetzt. Dabei begann er auch vermehrt tibetische Ritualgegenstände wie Vajra, Ghanta, Phurba usw. sowie kleinere und grössere Chörten (Stupas), Musikinstrumente und alte Buchdeckel zu sammeln. Es war ihm dabei immer besonders wichtig, keine Sammelobjekte zu erwerben, welche aus Klöstern entwendet worden sind.

Zu Beginn hatte Christian H. Lutz alle Sammelobjekte zu Hause in Schaukästen ausgestellt. Nach und nach wurde das Interesse und damit auch die Sammlung grösser, also mietete er vor fünf Jahren eine Wohnung, um die Gegenstände schön präsentieren zu können. Als auch die Wohnung langsam zu klein wurde, konzipierte er mit der Hilfe von Fachleuten die Ausstellung, so wie sie heute existiert. «Die meisten Objekte hatte ich früher in der Wohnung frei herumstehen, da ich seinerzeit nur wenige Besucher hatte. Aus Sicherheitsgründen muss ich heute leider alles in Glaskästen ausstellen. Nur für den Tempel der Ausstellung, wo alles frei steht, habe ich einige neuere Kult- und Ritualgegenstände erworben, damit die Besucher auch die Möglichkeit erhalten, die Objekte anzufassen und aus der Nähe zu betrachten.»

Beim Eingang der Ausstellung erwartet den Besucher als erstes ein eindrückliches Sandmandala mit Milarepa im Zentrum. Dieses wurde als Geschenk zur Eröffnung erschaffen. Lama Kunsang arbeitete dafür drei volle Tage. Christian H. Lutz erhielt die Erlaubnis, das Mandala nach der Segnungszeremonie im Rahmen der Ausstellung bestehen zu lassen und nicht so wie es üblich ist, es nach der Herstellung zu zerstören.

Nun beginnt der eigentliche Rundgang durch die Ausstellung. Der Barkhor (äusserer Rundgang) wird von Bildern und Fotos der einmaligen Höhenlandschaft Tibets und den angrenzenden Himalaya-Ländern illustriert. Durch die eindrücklichen Bilder und Fotos fühlt man sich bereits in einer anderen Welt, vor allem auch, weil es während des Rundgangs viele Gebetsmühlen zu betätigen gibt.

Einen zentralen Teil der Ausstellung bilden die Tsha-tshas. Bei Tsha-tshas handelt es sich um Votivgaben aus Ton oder Lehm, die im Buddhismus von Gläubigen und Mönchen zu vielfältigen Verwendungszwecken im alltäglichen und religiösen Leben hergestellt wurden und werden. Mit der Unterstützung der deutschen Religionswissenschaftlerin und Tibetologin Wendelgard Gerner wird Christian H. Lutz den über 340 Tsha-tshas einen separaten Buchkatalog widmen. Bei einigen der ausgestellten Tsha-tshas handelt es sich um besonders seltene Objekte. Eines stammt aus dem frühen buddhistischen Java und kann etwa auf das 9. oder 10. Jahrhundert datiert werden, andere kommen aus Nordindien, Thailand und Burma und sind vermutlich noch älter. Eines der thailändischen Motive ist besonders früh entstanden und zeigt einen gehenden Buddha aus dem 8. Jahrhundert. Die tibetischen Tsha-tshas stehen nicht allein, sondern sind gemeinsam mit einigen der dazu gehörenden Hohlformen ausgestellt. Diese Hohlformen können Jahrhunderte alt sein und werden teilweise nach wie vor für die Herstellung der Tsha-tshas benutzt. In diese Hohlformen wird beispielsweise ein Teig aus Ton gepresst, sodass ein Negativ entsteht, welches dann getrocknet und manchmal anschliessend auch gebrannt wird. Mit diesen Formen können hunderte bis tausende von Tsha-tshas hergestellt werden.

Ein weiteres zentrales Thema ist die Thogchak-Sammlung mit mehr als 400 Objekten, die in der Ausstellung zu sehen sind. Thokchaks werden als sogenannte «Himmels- oder Blitzzeisen» bezeichnet, da sie in der Überlieferung dort gefunden werden, wo Blitze eingeschlagen haben. Daher auch der Glaube, dass ihnen grosse Kräfte innewohnen, die den Träger oder ein Haus gegen äussere Einwirkungen oder Widrigkeiten der Natur beschützen sollen. Die kunstvollen Güsse aus Bronze oder Eisen haben ein schier unendliches Spektrum an Formen. Viele Thogchaks sind auf einem rund zwei Meter hohen Berg ausgestellt, sortiert nach kosmologischen Objekten wie Ringe, Spiralen und Ringscheiben, geologischen Formen, gefolgt von Darstellungen des Vogels Khyung und anderen Fabeltieren. Dann folgen Menschenfiguren und Gottheiten und zum Schluss Thogchaks, welche Ritual- und Alltagsgegenstände darstellen. Auch hier soll bald ein Buchkatalog erscheinen.



Das Phurpu-Mandala



Ein Berg voller Tsah Tsahs

Unter den vielen Ritual- und Weihgegenständen, die in der Sammlung vertreten sind, ist auch eine grössere Phurba-Sammlung mit teilweise sehr alten Exponaten vorhanden. Dieser dreischneidige Ritual- oder auch «Zauberdolch» wird aus Metall oder Holz gefertigt. Ähnlich wie die Thogchaks wurden auch alte Phurbas teilweise aus Meteoriten-Eisen hergestellt. Der Phurba kann in der Ikonografie auch als göttliches Attribut dargestellt werden. Eine besondere Rolle spielt der Phurba auch bei der Kennzeichnung eines geeigneten Gebetsplatzes. Bei den Schamanen wird er als Ritualgegenstand verwendet, um Dämonen oder dämonische Geister abzuwehren.

Bei seiner Reise im Jahr 2005 hatte Christian H. Lutz die Gelegenheit, in der Medizinschule von Lhasa Einblick in die alte traditionelle tibetische Medizin zu erhalten. 2011 konnte er zudem in Darchen (West-Tibet) in der Medizin-Schule «Tibetan Medical Clinic Mt. Kailash», die 1997 mit der Hilfe von Schweizer Sponsoren eröffnet wurde, seine Kenntnisse erweitern. In seinem eigenen Pharma-Unternehmen setzt er sich seit dem Jahr 2000 auch vermehrt mit pflanzlichen Produkten und Wirkstoffen auseinander. 2012 stellte er den Kontakt zum Schweizer Unternehmen Padma her. Vom Inhaber, Herbert Schwabl, erhielt er die Lizenz, das Arzneimittel «Padma 28» unter einem eigenen Warenzeichen bei den Schweizer

Ärzten zu vertreiben. Damit ist es Christian H. Lutz gelungen, sein Hobby mit seinem Beruf erfolgreich zu verbinden. Dem Thema der tibetischen Medizin ist in der Ausstellung ein eigener Raum gewidmet. Ausgestellt sind dort alte Medizin-Thangkas, eine frühe Medizin-Buddha-Malerei, chirurgische Instrumente aus dem 17. Jahrhundert sowie diverse Mörser und Apothekerschränke. Es ist geplant, in diesem Raum auch ein tantrisch-schamanischer Bereich mit alten Kostümen, Trommeln, Phurbas, sowie anderen Ritualgegenständen aus vorbuddhistischer Zeit einzurichten.

Im Zentrum der ganzen Ausstellung befindet sich ein als tibetischer Tempel gestalteter Altar. Die meisten Elemente des Tempels wie Pfeiler, Glocken oder Bänke sind alt und stammen aus Tibet oder Bhutan. Dieser Tempelraum eignet sich ideal für zeremonielle Feiern. Zum ersten Mal wurde der Raum bei der Eröffnungsfeier im April 2014 genutzt. Lamas unter der Leitung des Abtes des Tibet-Institutes Rikon zelebrierten mit feierlichen Gesängen und Musik die Segnungszeremonie für die Ausstellung.

Zum Abschluss der eindrucklichen Führung gab es ein grosses Phurba-Mandala zu bestaunen, bei dem 108 Holz-Phurbas an dünnen Fäden an der Decke aufgehängt sind. Das Zentrum dieses Mandala wird von einer rund 120 cm hohen Phurba-Gottheit dominiert.

Damit geht die spannende Führung durch die Schatzkammer von Christian H. Lutz zu Ende. Man hätte noch Stunden darin verweilen und dabei bestimmt auch viel Neues entdecken können.

## Guthuk – Die Suppe zum 29. Tag des zwölften Monats

tibetfocus

Guthuk ist ein Brauch, der in der Ausgestaltung je nach Herkunftsregion und Familientradition variiert. Allen Varianten gemeinsam ist die Bedeutung des Rituals und dass es immer am Abend des 29. Tages des 12. Monats des tibetischen Mondkalenders vollzogen wird. Das Ritual findet in der Regel zwei Tage vor dem ersten Neujahrstag statt, doch dieses Jahr fiel es aufgrund einer speziellen Konstellation auf den Tag vor dem ersten Neujahrstag. Das Wort Guthuk setzt sich aus zwei Wörtern zusammen. Gu bedeutet auf Tibetisch Neun und Thuk ist die Abkürzung von Thukpa und bedeutet Suppe. Wörtlich übersetzt heisst Guthuk «Neun Suppe». Die Zahl 9 wird mit Glück verbunden. Zudem benötigt man neun verschiedene Zutaten, um die Suppe zuzubereiten. Der Brauch symbolisiert die Vertreibung der bösen Geister. Man befreit sich vom Negativen und lässt es im alten Jahr zurück, so dass man ohne Altlasten das neue Jahr beginnen kann. Es ist davon auszugehen, dass es sich eher um einen volkstümlichen Brauch handelt als um eine religiöse Tradition. Der Brauch war früher insbesondere in der Region Tsang in Zentraltibet verbreitet. Heute stehen vor allem das Zusammensein mit der Familie und Freunden sowie der Spass im Vordergrund.

Guthuk wird grundsätzlich gleich zubereitet wie Bakthuk, die tibetische Suppe mit den kleinen Teigklössen. Speziell ist jedoch, dass der Suppe zusätzlich noch grössere Teigklösse hinzugefügt werden. Diesen Teigklössen werden Orakel-Eigenschaften nachgesagt, weil bei der Zubereitung in jeden Teigkloss ein kleiner Zettel eingearbeitet wird. Auf diesen Zetteln stehen verschiedene Begriffe, die jeweils für positive wie auch negative Charaktereigenschaften stehen. Jede Person erhält mit der Suppe auch einen «Orakel-Teigkloss». Sobald die Suppe fertig ausgeteilt ist, schauen alle gespannt zu, wie einer nach dem andern den Zettel aus seinem Teigkloss nimmt. Dieser Teil des Abends wird in der Regel von grossem Gelächter begleitet, da man insgeheim darauf hofft, eine gute Eigenschaft zu ergattern und ein bisschen schadenfreudig ist, wenn andere eine negative Eigenschaft erwischen. Je nach Familie werden verschiedene Begriffe und entsprechende Bedeutungen verwendet. Bei manchen Familien wird gesagt, dass sich die Charaktereigenschaft auf das letzte Jahr bezieht und man entweder bei positiver Charaktereigenschaft die Bestätigung erhält, dass man auf dem richtigen Weg ist oder aber bei negativer Charaktereigenschaft die Chance erhält, sich im neuen Jahr zu verbessern. Bei wieder andern wird gesagt, dass es sich um eine Art Prophezeiung handelt und man im neuen Jahr mehr reflektieren sollte, insbesondere wenn man eine negative Charaktereigenschaft erhält.

Dies ist eine nicht abschliessende Auflistung der Begriffe und ihrer Bedeutung:

Baumwolle	= reines Herz
Porzellan	= Person, die Arbeit vermeidet
Salz	= faule Person
Sonne	= grossartig, ruhmreich
Mond	= grossartig, ruhmreich
Kohle	= kaltherzig, erbarmungslos
Chili	= scharfe Zunge im Sinne von «freches Maul»
Erbse	= nicht vertrauenswürdig
Handtrommel	= zwei Gesichter haben

Quellen und weitere Informationen sowie diverse Rezepte finden sich unter:

- <http://www.yowangdu.com/tibet-travel/guthuk.html>
- <http://highpeakspurearth.com/2010/the-tradition-of-gu-thug-before-losar/>
- <http://simplytibetan.com/2012/02/19/guthuk/>
- <https://www.facebook.com/notes/793122930766982>



Gemäss dem Brauch sollte sich jede Person neun Mal von der Suppe nehmen. Dies ist natürlich nur möglich, wenn man einen grossen Appetit hat oder die Portionen klein bemisst. Die neunte Schüssel sollte man nicht ganz leer essen, sondern ein wenig Suppe zurücklassen. Die Speisereste aller Personen werden dann zusammengeschüttet. Eine kleine Teigfigur, welche symbolisch für die Personen im Haushalt respektive die Anwesenden steht, und die Suppenreste werden zusammen in eine Art Gefäss gegeben. Anschliessend erhält jede Person einen Teigklumpen, der Pagchi genannt wird, was übersetzt reinigender Teig bedeutet. Der Teigklumpen wird in die Hand genommen und so fest zusammengepresst, dass Fingerabdrücke im Teig zurückbleiben. Diese Fingerabdrücke verkörpern den ganzen Körper. Dann berührt man mit dem noch immer zusammengepressten Teigklumpen verschiedene Körperteile von Kopf bis Fuss, besonders solche, die einem Schmerzen bereiten wie beispielsweise Gelenke. Man glaubt, dass so die Schmerzen und Leiden mit den Teigklumpen weggenommen werden. Sobald diese Prozedur beendet ist, wird der Teigklumpen zu den Suppenresten und der Teigfigur ins Gefäss gelegt und alles Negative wird durch die Teigfigur, die sich Lue nennt, als eine Art Sündenbock absorbiert. Als nächstes folgt der wohl dramatischste Teil des Abends. Ein Familienmitglied geht mit einer Fackel von Zimmer zu Zimmer und ruft «Komm raus!». So werden die Geister des vergangenen Jahres aufgefordert, das Haus zu verlassen. Eine Person folgt der Fackel tragenden Person und fegt mit einem Besen die Böden der gerade betretenen Zimmer. Der zusammengekehrte Staub und Dreck wird ebenfalls dem Gefäss beigefügt. Auf diese Weise wird der Körper und der Geist sowie die Wohnung vom Negativen befreit und gereinigt. Danach wird eine Butterlampe vor die Teigfigur (Lue) gestellt, die mit einer weissen Schleife (Katak) umwickelt wird. Die Figur wird dann aus dem Haus getragen und mit ihr das negative Karma, das sich das ganze Jahr über angesammelt hat. Bei einer Strassenkreuzung wird die Figur niedergelegt, so dass sie den Weg zurück zur Wohnung nicht mehr finden kann.



Vajrapani (tib. Chana Dorje)



Tara (tib. Jetsün Drölma)



Manjushri (tib. Jampelyang)

## Die Tradition der Thangkamalerei

**Thangkas (Rollbilder) werden genau nach Anleitung hergestellt. Sehr wichtig sind die Proportionen der Figuren, diese stammen aus den Schriften und sind von grosser Bedeutung. Auf feinem Baumwollstoff – selten auch auf Seide –, welcher mit Kreide und Leim grundiert ist, zeichnet man ein Raster. Darauf kommen dann die Zeichnungen. Die Farben bestehen aus Mineralienpulver, das mit Leim und Wasser vermischt ist. Mit feinsten Pinseln werden die Farben aufgetragen, wobei verschiedene Techniken zur Anwendung kommen.**

Von Yeshi Siegfried

Um Thangkas, Wandmalereien, Statuen und Schriftabzüge in Auftrag zu geben, benötigt es folgende Umgebung: Es braucht eine Gemeinschaft, die den buddhistischen Glauben ausübt. Zudem müssen diese Menschen ernsthaft den tibetischen Buddhismus mit seinen verschiedenen Richtungen und deren Schriften oder mündlichen Übertragungen studieren und entsprechend praktizieren und lehren. Das heisst, sie befinden sich in einem nie endenden Studium zum Wohl aller Lebewesen. Praktizieren heisst hierbei, die gelernten Texte auswendig zu lernen, darüber zu debattieren und jahrelang in der Abgeschiedenheit zu meditieren mit der Möglichkeit, den Meister um weitere Anweisungen zu bitten, um Fortschritte zu erzielen. Die Gelehrten und Yogis schulen ihren Geist und erlangen verschiedene Fähigkeiten, die mit feinen Wahrnehmungen zu tun haben. Ein solcher Geist kann helfen, Hindernisse zu beseitigen.

So kommt es vor, dass man den Auftrag erhält – anlässlich einer Geburt, einer Krankheit, bei Hindernissen aller Art oder gar bei einem Todesfall – ein bestimmtes Thangka malen zu lassen. Auch wenn wir ein Lebenshoroskop konsultieren, kann dieses den Ratsschlag geben, ein bestimmtes Thangka malen oder eine Statue

herstellen zu lassen, Gebetsfahnen auf einem hohen Gipfel aufzuhängen (auf dass die gedruckten Gebete vom Wind in alle Richtungen verweht werden) oder bestimmte Schriften abzudrucken und zu studieren. Welches Thangka, welche Statue, welche Schriften oder welche Riten man befolgen sollte, wird jemand beurteilen, der subtilere Visionen erfahren hat.

Natürlich kann man die Thangkas auch als Kunsthandwerk bewundern und aufhängen. Auch sind einige Biografien von Yogis aus früheren Zeiten auf diesen Rollbildern oder an die Wände von Klöstern gemalt. Bestimmte Gelehrte sind naturgemäss abgebildet und deren Vorzüge werden auf den Bildern zum Vorschein gebracht.

Alle handwerklichen Gegenstände in Tibet sind eng mit der Religion verknüpft. Jeder traditionelle Tibeterteppich, Truhen, Schränke aus Holz, Gold- und Silberschmiedarbeiten, beispielsweise an einem Pferdesattel, die Feinheiten auf Trinkschalen und die gewobenen Stoffe – alle diese Gegenstände sind versehen mit symbolischen Zeichen wie den acht Glückszeichen, Felsen-Wasser-Muster, Wolkendarstellungen, Drachen, Feuer, Juwelen oder Lotusblumen.

Die Schriften, Statuen und Rollbilder sind voller Bedeutungen, nichts ist zufällig geschrieben, gemalt oder hergestellt, auch Alltagsgegenstände. So wird man täglich an die Symbole mit ihren Bedeutungen erinnert – genau so wie ein Gelehrter sein Wissen verinnerlicht haben sollte.



## Phowa: Übertragung des Bewusstseins zum Zeitpunkt des Todes

Am 16. April wird seine Heiligkeit der Drikung Kyabgon Chetsang Rinpoche eine Buchvorstellung über die Geschichte des tibetischen Reiches im Hotel Bananacity in Winterthur geben und drei Tage darauf in der Festhalle Rüegerholz in Frauenfeld eine Phowa- und Langlebens-Einweihung. tibetfocus möchte ihn und die beiden Veranstaltungen etwas näher vorstellen.

Von Noémie Burger

Der Drikung Kyabgon Chetsang, Konchog Tenzin Kunsang Thrinle Lhundrup, ist der siebenunddreissigste Thronhalter der Drikung Kagyu-Linie. Er wurde 1946 am vierten Tag des sechsten Monats – dem Tag, an welchem nach dem tibetischen Kalender «das erste Drehen des Dharmarades» gefeiert wird – in der adeligen Tsarong-Familie in Lhasa geboren, und viele Zeichen und Visionen begleiteten seine Geburt. Als der vorherige Drikung Kyabgön, Shiwe Lodro, starb, wurde in ganz Tibet nach dessen Reinkarnation gesucht und 1950 im Sohn der Tsarong-Familie gefunden. Nachdem er diverse Prüfungen bestanden und mehrere Prophezeihungen seine Reinkarnation bestätigt hatten, wurde der Junge im Herbst zum Drikung Kyabgön gekrönt. Kurz nach der Invasion der Roten Armee erhielt er die Erlaubnis, mit seiner Familie nach Kalimpong in Nordindien zu gehen. Einige Monate darauf reiste er aber in Begleitung einer Delegation aus dem Drikung-Kloster zurück nach Tibet. Im Alter von elf Jahren gab er seine erste öffentliche Unterweisung, eine Phowa- und Langlebens-Einweihung, und nahm bald darauf seine philosophischen Studien im Nyima-Changra-Kloster auf. Kurz nach dem Volksaufstand von 1959 wurden mehrere Versuche unternommen, ihn aus Tibet und in Sicherheit zu bringen. Die Pläne scheiterten aber am unerbittlichen Widerstand des Klosterstellers. Als die Mönche unter Hausarrest gestellt wurden, musste Chetsang Rinpoche zusammen mit ihnen monatelange kommunistische Indoktrination erdulden, bevor er dann in einer Grundschule in Lhasa aufgenommen wurde. Am Vorabend der Kulturrevolution 1966 wurde die Schule von der Roten Garde infiltriert, und Chetsang Rinpoche fand sich im Kreuzfeuer eines Fraktionskampfes zweier Gruppierungen der Roten Garde. Als Lhasa im Chaos versank, kam Chetsang Rinpoche mehrere Male nur knapp mit dem Leben davon. 1969 wurde er in eine Kommune aufs Land geschickt, wo er unter schweren Bedingungen harte Arbeit zu verrichten hatte. Er tat dies mit Gleichmut und Ruhe und half anderen, wo er nur konnte. Niemand wusste jedoch, dass er der Drikung Kyabgön war.

Erst 1975 hatte er die Gelegenheit, nach Nepal zu fliehen und erreichte schliesslich die Residenz des Dalai Lama in Dharamsala. Auf Drängen der Drikung Lamas im Exil wurde er in einer Zeremonie mit dem Dalai Lama ein zweites Mal symbolisch inthronisiert, womit er das Versprechen gab, auch zukünftig Verantwortung für die Drikung Kagyu-Linie zu übernehmen. Er reiste darauf in die USA, wohin seine Familie unterdessen emigriert war, und verdiente dort seinen Lebensunterhalt, indem er Teilzeitarbeit in McDonald's und ähnlichen Restaurants annahm. Obwohl er für viele Jahre in Tibet oder in den USA nach aussen hin das Leben eines Laien gelebt hatte, hielt er sich jederzeit strikt an seine Gelübde. 1978 nahm er das Leben als Mönch im Phyang-Kloster in Ladakh wieder auf und begann kurz darauf ein dreijähriges Retreat im Lamayuru-Kloster unter der strengen Leitung des Meisters Kyunga Sodpa Gyatso. 1985 erhielt er während einer Kalachakra-Initiation in Bodhgaya vom Dalai Lama die vollständige Ordination zum Mönch. Seit 1987 gibt er Unterweisungen auf der ganzen Welt. Ausserdem investierte er viel Arbeit darin, die geschwächte Drikung-Linie wieder aufzubauen. In Dehra Dun in Indien gründete



S.H. Drikung Kyabgön Chetsang Rinpoche

er ein Kloster und Lehrzentrum, das Drikung Kagyu Institut, welches Mönche aus Tibet und praktizierende Buddhisten aus aller Welt anzieht.

Am 19. April ist Chetsang Rinpoche nun in der Schweiz zu Gast, um eine Phowa- und Langlebens-Einweihung zu erteilen. Phowa oder «Übertragung des Bewusstseins zum Zeitpunkt des Todes» ist die einfachste und direkteste Methode, um Erleuchtung zu erlangen. Das Phowa wird in verschiedenen Texten abge-

handelt. In Tibet gibt es unterschiedliche Traditionen, deren wichtigste Nyingmapa, Sakyapa, Kagyupa und Gelugpa sind. Sie unterscheiden sich zwar in den Linien, doch die Lehren sind überall gleich. Sie alle haben Phowa in ihrer Tradition, die Drikung Kagyu-Linie hält jedoch die besondere Kraft inne, um das Bewusstsein auf das Reine Land des Buddha Amitabha übertragen zu können. In Tibet wurde die berühmte Drikung Phowa nur alle zwölf Jahre durch die beiden Drikung Kyabgöns der Drikung Linie erteilt. Heutzutage ist dies zwar nicht mehr der Fall, trotzdem wird diese spezielle Praxis-Einweihung nur sehr selten erteilt. Es ist ausserdem das erste Mal in der Geschichte der Drikung Kagyu, dass seine Heiligkeit der Drikung Kyabgon Chetsang Rinpoche eine Phowa-Einweihung in der Schweiz geben wird und daher eine einmalige Gelegenheit sowohl für Tibeter als auch Schweizer. Denn jede Person kann die Phowa-Einweihung erhalten: die Zufluchtsgelübde werden während der Einweihung gegeben, und mit deren Erhalt sind alle Anforderungen erfüllt. Für Tibeter, die etwas über die Phowa-Praxis wissen, können die Einweihung und der Segen des buddhistischen Lehrers sehr wichtig sein. Ausserdem ist die Phowa-Praxis sehr kraftvoll und gewinnt auch unter westlichen Buddhisten immer mehr an Bedeutung.

Der Drikung Kyabgon Chetsang Rinpoche hat sich in den letzten acht Jahren vertieft mit den Lehren des Zen und mit der frühen Geschichte Tibets auseinander gesetzt. Daher trägt sein erstes Buch auch den Titel «A History of the Tibetan Empire» und beschreibt den Aufstieg des Reichs von Pugyal, welches im frühen 7. Jahrhundert begann, sich über das tibetische Hochplateau auszudehnen und langsam zu einer Dynastie wurde. Er schildert darin auch die Verbreitung des Mahayana-Buddhismus und dessen Einfluss auf die tibetische Kultur und Gesellschaft. Das zweite Buch, «The Record of the Masters and Disciples of the Lanka (School)», behandelt Zen-Lehrtexte und gilt als eine der wichtigsten Quellen, wenn es um das Verständnis des tibetischen Zen geht. Am 16. April wird er in Winterthur seine neusten Werke vorstellen.

Infos zum Besuch seiner Heiligkeit in der Schweiz auf der Seite 28.



Die Auszubildenden in der Aula des Berufs- und Weiterbildungszentrums BWZT Wattwil



Roger Mäder im Gespräch mit Dickie und Pema Shitsetsang



Lobsang Zatul und Lukas Weile

## Migration und Integration am Beispiel der Tibeter

Das Berufs- und Weiterbildungszentrum Toggenburg griff das Thema der Migration und Integration in einer Projektwoche auf. Vom 17. bis 21. November konnten junge, in der Berufsausbildung stehende Personen an diversen Veranstaltungen mit Tibetern teilnehmen.

Von Christiana Sutter

Tibeter waren in den 60er-Jahren die ersten aussereuropäischen Flüchtlinge in der Schweiz. Eine der ersten Gruppen von tibetischen Flüchtlingen fand im Toggenburg ihre neue Heimat. Sie wurden von der Bevölkerung freundlich aufgenommen und haben sich mehrheitlich positiv integriert.

Ein Ziel der Projektwoche an der BWZT war es, dass die Jugendlichen lernen, die Begriffe Migration und Integration differenzierter zu betrachten. Mit einem breiteren Wissen sollen Vorurteile gegenüber fremden Kulturen abgebaut werden. Peter Egli, Mitglied der Projektwoche, Abteilungsleiter und Lehrperson der Allgemeinbildung sagt: «Das Beispiel der Tibeter zeigt, dass trotz Integration die eigenen Traditionen und das tibetische Brauchtum in der neuen Heimat gelebt werden können.» Denn das Leben der eigenen Kultur verhindere nicht, sich in der neuen Kultur zu integrieren.

### Gespräche mit Tibetern

Während der Projektwoche im BWZT wurden Filmausschnitte aus Tibet und der Schweiz von früher und heute gezeigt. Tibeter und Tibetern, die als Kinder flüchten mussten, erzählten die Geschichte ihrer Flucht und wie sie anschliessend in der Schweiz aufgenommen wurden. Darunter war Lobsang Zatul, welcher zusammen mit 1000 Tibetern 1963 in die Schweiz kam, und Dolma, die im Juli 2013 flüchtete und ihren Ehemann und ihren 12jährigen Sohn in Tibet zurücklassen musste.

Auf die Frage hin, was sie veranlasst hatte aus Tibet zu flüchten, berichtete Lobsang Zatul: «In der Region, in der ich mit meiner Familie wohnte, waren mein Vater und mein Bruder angesehene Persönlichkeiten. Wir erfuhren, dass die Chinesen Vater und Bruder verhaften wollten. Zu der Zeit wussten wir noch nicht, dass in Lhasa ein Aufstand der Tibeter stattfand.»

Dolma erzählte, dass alles, was sie machen wollte von den Chinesen unterdrückt wurde. Sie berichtete auch, dass ihr Grossvater väterlicherseits umgebracht wurde, der Grossvater mütterlicher-

seits angeschossen wurde und danach behindert war. Dolma beschreibt die anschliessende Flucht so: «Zuerst bin ich bis Lhasa mit einem Lastwagen mitgefahren, dann musste ich während 22 Tagen zu Fuss über die Berge bis nach Kathmandu. Ich wurde von einem Guide geführt, den ich bezahlte. Wir sind nur in der Nacht gewandert, am Tag haben wir uns versteckt. Von Kathmandu aus bin ich in die Schweiz geflogen.

### Schweiz als neue Heimat

Dass die Schweiz die neue Heimat der beiden ist, war im Fall von Lobsang Zatul Zufall: Ein bundesrätlicher Entscheid im März 1963 ermöglichte 1000 Tibetern die Einreise in die Schweiz. Lobsang Zatul fühlte sich nach der Ankunft in der Schweiz bereits nach ein paar Monaten heimisch. Zuerst war er für kurze Zeit in Unterwasser, im Heim Säntisthur – im Tibeterheim. Dann zog er mit seiner Familie für kurze Zeit ins ausserrhodische Waldstatt um, bevor sich die Familie 1964 in Ebnat-Kappel im Toggenburg niederliess. Dort wohnte die Familie in einem Haus. Lobsang Zatul besuchte die Primarschule, anschliessend die Sekundarschule. Danach erhielt er in Ebnat-Kappel eine Lehrstelle als Kaufmännischer Angestellter in der Pinselwerkstatt Ebnat-Kappel. Heute lebt Lobsang Zatul in Morgen und unterrichtet Tibetisch.

### Sprache ist sehr wichtig

Dolma kam nach ihrer Ankunft zuerst ins Empfangszentrum in Kreuzlingen. Seit Anfang November wohnt sie alleine in einer Wohnung in St.Gallen. Ihr grösstes Problem zur Zeit ist die Sprache. Am meisten wünscht sie sich eine Arbeit: «Ich bin nicht glücklich, wenn ich nur essen und schlafen kann. Ich möchte nicht vom Staat abhängig sein, denn für meinen Lebensunterhalt will ich selber aufkommen.» Lobsang Zatul rät Dolma Folgendes: «Auch wenn sie 40 Jahre alt ist, darf sie sich nicht entmutigen lassen, Deutsch zu lernen. Es ist wichtig, die Sprache zu sprechen in dem Land, in dem man lebt.»

## Vergessen werden ist die grösste Katastrophe, die Tibetern widerfahren kann

Von Ulrich Soltermann, Präsident GSTF

65 Jahre dauert die Tibetkrise nun schon an. In Tibet herrscht Willkür, Folter, politische und kulturelle Unterdrückung. Menschenrechtsverletzungen an Tibetern werden von der chinesischen Regierung seit den 1950er Jahren systematisch begangen. Man kann feststellen, dass sich die spezifischen Methoden und Verfahren über die Jahrzehnte verändert haben. Seit 2008 und vor allem seit junge verzweifte Tibeter den Feuertod suchen, haben sich die Menschenrechtsverletzungen in Tibet auf vier Bereiche konzentriert:

1. Kollektivstrafe für das gesamte Umfeld derjenigen Menschen, die sich selbst verbrannt haben. Die chinesische Regierung hat angefangen, das gesamte Dorf zu bestrafen, in dem sich eine Selbstverbrennung ereignet hatte.
2. Systematische Einschränkung der Religionsausübung durch «patriotische Umerziehungskampagnen», die hinter den Mauern der Klöster stattfinden. Dabei werden Mönche und Nonnen gezwungen, sich vom Dalai Lama loszusagen.
3. Äusserst gewaltsame Unterdrückung tibetischer Proteste. Selbst, wenn diese komplett gewaltfrei stattfinden, gehen chinesische Sicherheitskräfte unglaublich brutal gegen diese Demonstranten vor.
4. Die chinesische Regierung schiebt die Tibeter an den Rand der Gesellschaft als wären sie unwichtig und überflüssig oder unterdrücken ihre kulturelle Eigenart. Eines der grössten Probleme ist die immerwährende Einwanderung von «Mutterland-Chinesen» ins tibetische Hochplateau. Sie kommen zuhauf, verdrängen die einheimische tibetische Bevölkerung und nehmen unter dem Schutz der Regierung die besten Plätze in Politik, Wirtschaft und Bildung ein.

«Das Leiden des tibetischen Volkes infolge der Verweigerung seiner Freiheit ist viel grösser als die Tragödie der Verbrennung unserer Körper». Mit diesen Worten beenden die beiden jungen Tibeter Sonam und Choepak aus Nagaba/Ostt Tibet ihre Botschaft, die sie kurz vor ihrer Verbrennung auf YouTube veröffentlichten.

Weshalb sich immer mehr Tibeter diesem Protest anschliessen, verdeutlichen die letzten Worte von Tenzin Khedup und Nawang Norphel:

- Wir sind nicht in der Lage, einen Beitrag zur Religion und Kultur Tibets zu leisten.
- Wir sind wirtschaftlich nicht in der Lage, etwas für unsere Landsleute zu tun.
- Um des tibetischen Volkes willen und insbesondere für das lange Leben des Dalai Lama verbrennen wir uns.



Angesichts ihrer politischen, religiösen und kulturellen Unterdrückung sowie ihrer wirtschaftlichen und sozialen Diskriminierung betrachten viele junge Tibeter diese Form des Protestes als ihre letzte Möglichkeit, sich für ihr Volk einzusetzen.

Es ist ziemlich genau 7 Jahre her, seit ich auf einer ausgedehnten Reise durch Ostt Tibet – vermutlich als einer der letzten westlichen Touristen – beim Kloster Kirti in Ngawa die Feierlichkeiten zum Losar Fest

miterleben durfte. Es ist für mich deshalb schier unvorstellbar, ja lähmend zu erfahren, dass dort seither keine Neujahrsfeste mehr gefeiert werden und rund ein Drittel aller Selbstverbrennungen eben gerade in der abgelegenen Gegend von Ngaba stattfinden.

Über 65 Jahre chinesische Kontrolle und brutale Unterdrückung haben Tibet nicht gebrochen. Deshalb ist es umso wichtiger, die politische Arbeit für Tibet unbeirrt weiter zu führen und sich für die Sache Tibets stark zu machen.

Denn wie kann man existieren, wenn die Heimat keine Heimat mehr ist? Was heisst es, zu flüchten und ein Leben lang Flüchtling zu bleiben? Und wie kann man aushalten, dass es kein Zurück in das eigene Land gibt?

Der völkerrechtliche Grundsatz des Non-Refoulement-Prinzips verunmöglicht es, dass Tibeter, die wegen ihrer Rasse, Religion, Nationalität, Zugehörigkeit zu einer sozialen Gruppe oder wegen ihrer politischen Ansichten in ihrem Herkunftsland in Gefahr sind (Flüchtlingsbegriff), in ihr «Heimatland» zurückgewiesen werden können. Deshalb ist es so wichtig, dass wir alle nicht nur die Schicksale von Eritreern und Syrern, sondern vor allem dieser tibetischen Flüchtlinge bei uns nie aus den Augen verlieren und versuchen, diesen Menschen einigermassen humane Perspektiven zu geben, wie es die Schweiz mit Tibetern übrigens seit 54 Jahren zu tun pflegt. Mit grosser Freude nehmen wir die zahlreich eingegangenen Spenden zur Kenntnis. Sie ermöglichen uns, diese Arbeit zu Gunsten der tibetischen Flüchtlinge konsequent weiter zu führen. Dafür möchten wir uns bei Ihnen einmal mehr ganz herzlich bedanken. Gemeinsam machen wir einen Unterschied, gemeinsam geben wir Tibet eine Stimme und den Tibetern die Gewissheit, dass sie nicht vergessen sind.



Die Co-Sektionsleitung mit Rinzin Lang und Solveig Mugli verdanken Dr. Martin Kalff mit einem Katha



Dr. Martin Kalff



Der Dalai Lama in der St. Jakobshalle

## «Konflikt um Shugden» – Vortrag von Dr. Martin Kalff in Zürich

### tibetfocus

Das Referat des bekannten Schweizer Religionswissenschaftlers Dr. Martin Kalff am 3. Dezember 2014, das die GSTF-Sektion Zürich organisiert hatte, war gut besucht. Über 50 Interessierte verschiedener Alters folgten gespannt den Ausführungen Martin Kalffs über die Entstehung, die Hintergründe sowie die aktuellen Auswirkungen des Shugden-Konflikts.

Einführend erläuterte der Referent die umstrittene Gestalt Dolgyal Shugden im Zusammenhang mit der Vorstellung von sogenannten «Schutzgottheiten» im tibetischen Buddhismus. Er ging der Frage der historischen Entstehung der Shugden-Verehrung nach, die bis in die Zeit des fünften Dalai Lamas im 17. Jahrhundert zurückgeht. Dolgyal Shugden gilt in den meisten Quellen als Manifestation des gewaltsam verstorbenen Tulku Drakpa Gyaltzen, eines Kontrahenten des fünften Dalai Lamas. Der fünfte Dalai Lama bezeichnete diesen Geist als «schädlich für die Lehre des Buddha und Menschen». Er soll gezähmt worden sein und spielte lange die Rolle einer untergeordneten weltlichen Schutzgottheit. Vor allem Ende des 19. und Anfang des 20. Jahrhunderts, möglicherweise auch mit früheren Wurzeln, gab es Bestrebungen, diese Gottheit massiv aufzuwerten. Insbesondere wurde ihm die Funktion zugeschrieben, die Reinheit der Gelugpa-Tradition zu beschützen. «Reinheit» bedeutete in diesem Zusammenhang, dass die Praxis der Gelugpa-Schule nicht mit Übungen der anderen drei Schulen des tibetischen Buddhismus vermischt werden sollte. Einer der wichtigsten Proponenten dieser Bewegung, die einflussreiche und charismatische Persönlichkeit Phabonkhapa Rinpoche, hat in Texten auch die Ansicht vertreten, dass einzig die Gelugpa-Schule im Gegensatz zu anderen Schulen eine philosophische Sicht vertritt, die zur Befreiung führen könne. Shugden verfolgt alle, die die Reinheit der Gelugpa-Schule beeinträchtigen.

Bereits der fünfte Dalai Lama war als weltlicher und geistiger Führer von Tibet bestrebt, alle Schulen gleichermassen zu berücksichtigen, und war selber jemand, der neben der Praxis der Gelugpa-Schule auch jene der Nyingmapa-Schule ausübte. Dies spiegelte sich auch in der wichtigen Rolle der Schutzgottheit des Nechung-Klosters, die auf Guru Rinpoche, den Begründer der Nyingmapa-Schule, zurückgeführt wird und die Institution der Dalai Lamas beschützt. In dieser Ausgangslage wurzelt, wie Martin Kalff beschrieb, auch die Ablehnung S.H. des 14. Dalai Lamas gegen-

über der institutionellen Shugden-Verehrung, die Kontroversen bis heute auslöst.

Seine Heiligkeit ist bestrebt, die Harmonie zwischen den vier Schulen des tibetischen Buddhismus zu fördern, was wiederum der Sache Tibets dient, und lehnt deshalb – obwohl er in der Vergangenheit selber Shugden-Verehrer war – die Überordnung einer Schule über die anderen ab. Auch in seiner persönlichen Praxis spielen Lehren aller vier Schulen eine Rolle. Er spricht sich jedoch ausschliesslich gegen die institutionelle Verehrung Shugdens in Klöstern und staatlichen Institutionen aus, nicht aber gegen die individuelle Praxis. Die Shugden-Anhänger werfen Seiner Heiligkeit vor, sie in ihrer Religionsfreiheit zu beschränken.

Martin Kalff, der sich mit seiner Argumentation derjenigen Seiner Heiligkeit anschloss, betonte die spaltende Wirkung insbesondere auf die exiltibetische Gemeinschaft aufgrund der Auseinandersetzung um Dolgyal Shugden. Die einflussreichste Trägerin des Protestes gegen S.H. den 14. Dalai Lama ist die «International Shugden Community» (ISC). Sie wird von Beobachtern des Konflikts als politische Frontorganisation der «Neuen Kadampa Tradition» gesehen, die in über 20 Ländern gegen 900 Zentren begründet hat. Die NKT wurde von Kelsang Gyatso als Träger eines reinen Buddhismus, der nicht wie der von Tibetern gelebte Buddhismus mit Politik vermischt sei, begründet und geleitet. Sie besteht, soweit sichtbar ist, ausschliesslich aus westlichen Konvertiten. Die ISC, unterstützt von einer Minderheit von Tibetern, bezeichnen Seine Heiligkeit als Lügner, weil er eine andere Meinung zu Shugden vertritt als sie selber. Sie organisieren immer wieder Protestaktionen im Umfeld verschiedener Veranstaltungen zu Tibet sowie Auftritten Seiner Heiligkeit. Auch die chinesische Regierung hat, wie der Referent abschliessend aufzeigte, zunehmend das Interesse, die Shugden-Anhänger zu unterstützen, um Seine Heiligkeit zu diffamieren und einen Keil in die tibetische Gemeinschaft zu treiben.

Im Anschluss blieb bei einem gemeinsamen Abendessen vom tibetischen Büffet, das tibetische Asylsuchende mit viel Einsatz vorbereitet hatten, genügend Zeit, um die Erkenntnisse aus dem Referat zu verarbeiten und zu diskutieren.

## Seine Heiligkeit der Dalai Lama zu Besuch in Basel

Am Wochenende vom 6. bis 8. Februar 2015 war der Dalai Lama zu Besuch in Basel. Er war der Einladung der Tibetergemeinschaft in der Schweiz und Liechtenstein (TGSL) gefolgt und gab Unterweisungen zu diversen buddhistischen Themen. Zudem hielt er einen öffentlichen Vortrag über säkulare Ethik in der heutigen Welt.

### tibetfocus

Der Dalai Lama, der gerade noch in Washington weilte, um am National Prayer Breakfast teilzunehmen, traf am Freitag in Basel ein. Über 400 Tibeter und Tibet-Freunde trotzten der Kälte und bereiteten dem Dalai Lama einen traditionellen Empfang vor dem Eingang des Hotels Drei Könige, in dem das religiöse Oberhaupt der Tibeter bereits zum zweiten Mal residierte. Am Samstagmorgen strömten aus allen Richtungen Buddhisten und Tibet-Interessierte aus rund 40 Ländern zum Haupteingang der St. Jakobshalle. Diese war bis auf den letzten Sitz ausverkauft. Bunte tibetische Trachten und farbige Gebetsfähnchen prägten das Bild. Bereits in der Frühe begann die Unterweisung zum Thema Mitgefühl und Einsicht. Der Dalai Lama erläuterte jahrhundertalte buddhistische Texte, riet aber den Zuhörenden, Buddhisten des 21. Jahrhunderts zu sein. Er ermutigte die Teilnehmenden, eine kritische Geisteshaltung einzunehmen und den Zweck der Lehren zu suchen und sich nicht im unbedachten Rezitieren verschiedener Mantras zu verlieren. Am Mittag war der Dalai Lama mit der Basler Regierung zum Mittagessen verabredet, weshalb die Veranstaltung am Nachmittag mit einer Verspätung fortgesetzt wurde. Doch die Geduld der Zuhörenden wurde belohnt, denn der Dalai Lama entschied kurzerhand, das Teaching um eine Stunde zu verlängern. Nach der Unterweisung hielt der Molekularbiologe und Französisch-Übersetzer des Dalai Lama, Matthieu Ricard, ein Referat über «Mehr Selbstlosigkeit in unserer Gesellschaft». Das Wochenende stand jedoch nicht nur im Zeichen der Religion. Im Anschluss an das buddhistisch geprägte Tagesprogramm präsentierte das Folklore-Ensemble der TGSL am Abend die Aufführung «Tänze vom Dach der Welt». Zudem wurde mitten in der Stadt auf dem Barfüsserplatz eine Mahnwache abgehalten in Gedenken an die Tibeterinnen und Tibeter, die der gewaltsamen Unterdrückung durch die chinesische Regierung zum Opfer gefallen sind. Auch war während des gesamten Wochenendes die hochfrequentierte Markthalle geöffnet, wo man sich mit Allerlei von Räucherstäbchen über Kleidung bis Schmuck eindecken konnte. Am Sonntagmorgen übertrug der Dalai Lama den Besuchern mittels besonderer Initiation den Segen des Buddhas des Mitgefühls (Avalokite varas). Um diesen Segen empfangen zu können, wurden die Besucher gebeten, ein rotes Band um die Stirn zu legen sowie eine getrocknete Blüte in den

Händen zu halten. Dieses Ritual gilt als Voraussetzung dafür, um über den Buddha des Mitgefühls meditieren und dadurch das Mitgefühl in sich selbst weiter entwickeln und verstärken zu können. Am Nachmittag eröffnete das Folklore-Ensemble der TGSL den Public Talk, gefolgt von einer Begrüssungsansprache durch den Basler Regierungspräsidenten Guy Morin. In seiner Ansprache erwähnte er die kürzlich erschienene Studie, wonach die Basler Bevölkerung die unglücklichste der Schweiz sei und fragte den Dalai Lama um Rat, wie die Basler Bevölkerung wieder glücklicher werden könne. Der Dalai Lama meinte mit einem Schmunzeln, soweit er dies beurteilen könne, sehe er in Basel nur glückliche Gesichter. Um eine abschliessende Beurteilung abgeben zu können, müsste er jedoch weitere Untersuchungen vornehmen. Er leitete geschickt zum eigentlichen Thema seines Vortrages über, die säkulare Ethik in der heutigen Welt. Seit Längerem gehört dieses Anliegen zum Steckenpferd des Dalai Lama. Dabei geht es darum, dass die menschlichen Werte in einer materiellen Gesellschaft wichtiger sind denn je, und er sprach sich dafür aus, dass Werte wie Moral und Ethik den Kindern schon früh im Schulalter beigebracht werden sollten. Danach wurde das Publikum eingeladen, dem Dalai Lama Fragen zu stellen. Nach einer kurzen Verschnaufpause ging das dicht gedrängte Programm für den Dalai Lama bereits weiter, und er empfing die tibetische Bevölkerung der Schweiz und des naheliegenden Auslands zu einer Audienz. Als sich der Dalai Lama auf der Bühne erhob und die Tibeterinnen und Tibeter die tibetische Nationalhymne anstimmten, erfüllte ein unbeschreibliches Gefühl die Halle. Der Dalai Lama meinte daraufhin, für einen kurzen Moment habe er sich in Tibet gewähnt. Während der knapp einstündigen Audienz betonte er vor allem die Wichtigkeit der Erhaltung der tibetischen Kultur und Sprache. Am Ende des Programms verliess der sichtlich erschöpfte Dalai Lama die Halle, um sich auszuruhen und auf die unmittelbar bevorstehende Reise nach Norwegen vorzubereiten.

Hier finden Sie einige Impressionen:

- [www.dalailama.com](http://www.dalailama.com) > Photo Gallery > Featured Albums > Arrival in Basel / Teachings Begin in Basel / Final Day in Basel
- [www.facebook.com/dalailama2015](https://www.facebook.com/dalailama2015)



Kalon Event

## Die Tibetische Aussenministerin über die Rolle der Jugend

Die Aussenministerin der Tibetischen Zentralverwaltung, Kalon Dicki Chhoyang, war Ende Februar 2015 auf Einladung der TFOS in der Schweiz und wollte diese Gelegenheit nutzen, um zur tibetischen Jugend zu sprechen. Aus diesem Grund hat der VTJE am 22. März 2015 eine Zusammenkunft im Zentrum Karl der Grosse (stimmt das Datum???) organisiert. Anwesend bei ihrem Vortrag zum Thema «Bringing the Tibetan Movement forward: Role of the Youth» waren rund 80 Personen, hauptsächlich junge Tibeter.

Kalon Dicki Chhoyang betonte dabei, dass sich die ältere Generation stark bemüht habe, eine solide Grundlage im Exil aufzubauen, um die Anliegen Tibets zu stärken. In Anbetracht eines absehbaren Generationenwechsels liege es nun an den jungen Leuten, diese Verantwortung zu übernehmen. Es brauche insbesondere mehr junge Personen, die, wie Kalon Dicki Chhoyang selbst, eine westliche Ausbildung genossen haben und bereit sind, sich für Tibet zu engagieren. Sie sehe die Problematik vor allem darin, dass viele Regierungsangestellte vor der Pension stünden und es die Mehrheit der jungen gebildeten Tibeter in Indien in den Westen ziehen

würde. Trotz Stolpersteinen und kultureller Differenzen habe sie während ihrer Amtszeit immer wieder etwas Neues dazugelernt und bereue keine Sekunde, das Amt der Aussenministerin übernommen zu haben. Anstelle der ständigen Kritik an der Exilregierung fordert sie die Jugend auf, aktiv mitzudenken und am Geschehen teilzunehmen: «Wir befinden uns in einer kritischen Situation, die entsprechende Massnahmen erfordert.» Es liege somit in der Verantwortung eines jeden einzelnen, sich aktiv für sein Heimatland einzusetzen und etwas zu bewirken. Weiter rät sie jungen Tibetern, die im Exil aufgewachsen sind, nach Tibet zu reisen und sich die gegenwärtige Situation vor Augen zu führen. Aus ihrem Aufenthalt damals in Tibet habe sie den Grossteil ihrer Motivation und Energie geschöpft, sich im Exil für Tibet und vor allem für die Tibeter in Tibet einzusetzen. Am wichtigsten jedoch seien für sie die Bildung der Jugend und die Bewahrung der tibetischen Kultur. Jugendliche müssten sich selbständig über Tibet informieren, regelmässig Nachrichten abrufen und sich eine eigene Meinung bilden. Des Weiteren sei die Zusammenarbeit mit westlichen Tibet-Supportern sehr wichtig.

## Bevorstehende Veranstaltungen

### 46. Generalversammlung des Vereins Tibeter – Jugend in Europa

Wie jedes Jahr findet während des Osterwochenendes vom 3. bis 5. April unsere GV statt.

Traditionsgemäss werden neben der GV am Freitag auch spannende Referate und Workshops durchgeführt. Wie letztes Jahr findet dieses im Schweizer Jugend- und Bildungszentrum in Einsiedeln ([www.sbjz.ch](http://www.sbjz.ch)) statt. Weitere Informationen sind auf unserer Homepage [www.vtje.org](http://www.vtje.org) ersichtlich.

### European Tibetan Youth Parliament in Paris

Nach «we are Tibet», «we take Action» und «we are United» findet vom 26. bis 28. Juni das vierte tibetische Jugendparlament unter dem Motto «We shall Overcome» statt. Dieses Jahr wird das tibetische Jugendparlament zum ersten Mal in Paris ausgetragen. Das Ziel des Jugendparlamentes ist es, die Positionen der jungen Tibeterinnen und Tibeter wahrzunehmen, aufzufassen und eine gemeinsame Basis zu schaffen, um neue effektvolle Mittel für die tibetische Bewegung zu finden und um das Netzwerk für europaweite Aktionen zu stärken.

## VTJE rund um Basel



Buddhismus Kurs



Solidaritätskundgebung

Im Vorfeld zum Besuch Seiner Heiligkeit dem 14. Dalai Lama im Februar lud der VTJE alle Mitglieder zu einem Vorbereitungskurs ein. Einerseits wurde am Nachmittag von Pema Wangyal vom Tibet-Institut Rikon eine Einführung in die Grundpfeiler des Buddhismus gegeben. Andererseits fand im Anschluss ein informelles Beisammensein statt, wo man sich mit dem Dogyal Konflikt auseinandersetzte. Es ging darum, die verschiedenen Dimensionen des Konflikts aufzuzeigen und danach gemeinsam zu diskutieren, wie man am besten damit umgehen sollte.

Neben dem Vorbereitungskurs wurde zusammen mit der Sektion Nordwestschweiz der Gesellschaft Schweizerisch-Tibetische

Freundschaft (GSTF) ein kleines Rahmenprogramm zusammengestellt. Dieses begann bereits im Voraus mit einem tibetischen Abend im Café Bologna mit gemütlichem Momo-Essen sowie einer Foto – Show (Diaschau?). Ausserdem gab es eine Filmvorführung von «Kampf um Tibet» im Café Mitte inklusive einer spannenden Diskussion mit dem Regisseur Hr. Ming. Am Samstag fand dann eine Kundgebung für Tibet auf dem Barfüsserplatz statt, mitten im Herzen der Stadt Basel. Diese Mahnwache hatte das Ziel, unseren Landsleuten, die im Kampf gegen die chinesische Unterdrückung ihr Leben gelassen haben, zu gedenken, sowie darauf aufmerksam zu machen, dass auch heute noch unzählige Tibeter unter der chinesischen Herrschaft leiden müssen.

## Remember Tenzin Choedrak



Tenzin Choedrak verliess Tibet 1989 und besuchte danach die TCV Schule in Indien. 2005 kehrte er schliesslich nach Lhasa zurück, wo er einer europäischen NGO beitrug und an diversen Projekten zum Umweltschutz in Lhasa und Shigatse arbeitete.

Tenzin Choedrak war zu 15 Jahren Gefängnis verurteilt worden, da ihm die chinesischen Behörden vorwarfen, bei den Protesten in Lhasa 2008 eine führende Rolle ausgeübt zu haben. Aufgrund der schweren Folterungen während seiner Inhaftierung hatte sich sein Gesundheitszustand im November deutlich verschlechtert. Augenzeugen berichteten, Tenzin Choedrak sei mit eng gefesselten Händen und Beinen in eines der Krankenhäuser gebracht worden. Er sei fast nicht erkennbar gewesen. Als die Ärzte ihn aufgegeben hatten, wurde er freigelassen und konnte nach 6 Jahren Haft zu seiner Familie zurückkehren. Nur zwei Tage später, am 5. Dezember 2014, verstarb er im Alter von 34 Jahren.

Dieses Jahr vergeben wir zu Ehren Tenzin Choedraks ein Stipendium an einen tibetischen Studenten. Auf diesem Weg soll seine Überzeugung in der nächsten Generation weiterleben. Seine tragische und dennoch inspirierende Geschichte ermutigt junge Tibeterinnen und Tibeter, sich für ihre Rechte einzusetzen und gegen die chinesische Unterdrückung zu kämpfen. Während des Besuchs seiner Heiligkeit in Basel konnte der VTJE über 1300 Franken und 42 Euro Spenden einsammeln. Dank einer grosszügigen Spende konnte der Betrag auf 1500 Franken aufgerundet werden. Im kommenden Monat wird dem Studenten das Stipendium überreicht werden.

Wir freuen uns, bekannt geben zu können, dass das «Tenzin Choedrak Stipendium» an einen 20-jährigen Studenten in Tibet überreicht werden kann. Er kommt aus einer armen Nomadenfamilie und absolviert zuzeit sein Masterstudium an der Universität. In seiner Freizeit engagiert er sich aktiv für die Erhaltung der tibetischen Sprache und unterrichtet tibetische Kinder ehrenamtlich.



Von Jigmi Losinger



## 56. Nationaler Tibetischer Frauenaufstand 12. März 2015 in Zürich

Von Tashi Gangshontsang

Am 12. März 1959 gingen viele tibetische Frauen auf die Strassen von Lhasa und demonstrierten gegen die rechtswidrige Besetzung Tibets durch China.

Wo: Stand an der Bahnhofstrasse Zürich (Pestalozziwiese, ganzer Tag) sowie Kundgebung ab 18.00 Uhr auf dem Werdmühleplatz, Zürich

Am 12. März 2015 gedenkt die Tibetische Frauen-Organisation in der Schweiz der vielen mutigen Frauen, die in all den Jahren ihr Leben geopfert und Grausames durchlebt haben.

Solidarisieren Sie sich mit den Frauen Tibets und kommen Sie vorbei.



## 27. Generalversammlung der Tibetischen Frauen-Organisation in der Schweiz

Von Tashi Gangshontsang

Am 15. Februar 2015 fand die 27. Generalversammlung der Tibetischen Frauen-Organisation im Freizeit- und Jugendzentrum Uster statt. Es wurden 40 Stimmberechtigte gezählt. Der Morgen verfloß dank der interessanten Jahresberichte des Präsidiums, Ressort Info und Verwaltung sowie der Sektionsleiterinnen im Nu. Die letzten zwei Amtsjahre sind in unserem Rückblicksheft zusammengefasst und auf [www.tfos.ch](http://www.tfos.ch) abrufbar.

Nach der Mittagspause standen die Neuwahlen an und es freut uns sehr, den neuen Vorstand vorzustellen

Wir danken dem alten Vorstand für die geleistete Arbeit während der letzten zwei Jahre und wünschen dem neuen Vorstand für die neue Herausforderung viel Erfolg.



(v.l.n.r.) Gangshontsang Lhamo, Dachen Lhanzee, Manee Tsering (Vize-Präsidentin), Lueyar Tashi, Changten Londen, Lemashama Choedon, Sigrist Lhakpa, Taksham Tsewang (Präsidentin 2016), Nelung Yangkyi (Präsidentin 2015)



Kalon Dicki Chhoyang am 24. Februar an der Geneva Summit



(v.l.n.r.) Lester Shum (HKFS), Tsering Manee (TFOS), Pema Lamdrak (TFOS), Alex Chow (HKFS), Ngodub Dorjee (Tibet Office)

## The 7th Geneva Summit for Human Rights and Democracy

Von Tsering Manee

Auch am diesjährigen Geneva Summit, unter der Leitung von UN Watch, war die TFOS mit Kalon Dicki Chhoyang vertreten. Eröffnet wurde der zweitägige Event am Montag, dem 23. Februar 2015 mit einer Opening Session, an welcher die Menschenrechtsaktivisten eine Einführung in ihre Geschichten, Anliegen und Botschaften gaben. Dabei nutzte die Aussenministerin der tibetischen Exilregierung die Gelegenheit, dem Publikum den «Middle Way Approach» näherzubringen. Am Tag danach konnte dies dann mit einer ausführlichen Präsentation am Geneva Summit in der «Centre Internationale Conference» erläutert werden. In der 15-minütigen Präsentation zeigte sie auf, was die chinesische Regierung vor der Welt zu verbergen versucht. So wurde das Publikum unter anderem auf die Entführung des 11. Panchen Lamas aufmerksam gemacht sowie die unzähligen Selbstverbrennungen, die in den letzten Jahren stattgefunden hatten. Es wurde auch klar kommuniziert, dass die tibetische Exilregierung für eine friedliche Konfliktlösung ist, welche auf Dialog, Gewaltlosigkeit, gegenseitigem Nutzen und Interdependenz beruht. Kalon Dicki Chhoyang forderte

*«You can cut the flowers,  
but spring will come»*

Kalon Dicki Chhoyang

auf internationaler Bühne zur Unterstützung des «Middle Way Approach» auf, indem man davon weitererzählt und auf Social Media teilt. Zum Schluss beendete Kalon Dicki Chhoyang ihre Rede mit dem Zitat «You can cut the flowers, but spring will come».

Ebenfalls sehr motivierend war die Ansprache der Leader des Umbrella-Movements in Hong Kong letzten Jahres: Alex Chow (Präsident der Hong Kong Federation of Students, HKFS) und Lester Shum (Vizepräsident der Hong Kong Federation of Students, HKFS) machten darauf aufmerksam, dass nicht nur sie, sondern auch andere Staaten wie Macau, Taiwan und Tibet betroffen sind. Sie sind überzeugt davon, dass wir gemeinsam, Hand in Hand, stärker sind und eine Chance im Kampf gegen die chinesische Regierung haben. Demnach forderten sie alle auf, nicht aufzugeben, informiert zu bleiben und weiterhin über die Zustände in Hong Kong, Tibet sowie Macau und Taiwan zu berichten. Das Video zum Geneva Summit sowie weiterführende Informationen gibt es auf der Webseite: [www.genevasummit.org](http://www.genevasummit.org).

*«We have to fight hand in hand»*

Alex Chow, President of the  
Hong Kong Federation of Students.

## Jahresprogramm 2015 der Tibetischen Frauen-Organisation in der Schweiz

25. April 2015

1. Mai 2015

Juni 2015

26. September 2015

Februar 2016

26. Geburtstag Panchen Lama, tbd

Klosterputztag

Gyawe Shapten

Benefizparty

28. Generalversammlung TFOS





## Eine Schule, welche über die Patenschaften von Tibetfreunde mitgetragen wird

Von Libera Pelusi

### Schule

Die Sambhota Tibetan High School befindet sich in Chauntra im Mandi Distrikt in Himachal Pradesh. Sie entstand 1979 durch TIRS (Tibetan Industrial Rehabilitation Society), um den Kindern der tibetischen Gemeinschaft in Chauntra eine schulische Grundausbildung zu ermöglichen. Später bot die CTSA (Central Tibetan School Administration) der Schule weitere Hilfe an. Anfangs gab es nur die Klassen vom Kindergarten bis Klasse III. Durch Spenden konnten weitere Klassen- sowie Lehrerzimmer gebaut und Möbel für die Schule gekauft werden. Die Schule wurde ab 1980 durch das Department of Education verwaltet. Zu dieser Zeit gab es 10 Klassenzimmer, wovon die Klasse V die höchste Stufe war. Die Schule wurde dann später als Mittelschule aufgerüstet und bot eine Ausbildung bis zur Klasse VIII an. Am 17. Februar 1981 wurde die Schule offiziell durch Seine Heiligkeit den Dalai Lama feierlich eingeweiht. Als 1998 viele tibetische Kinder aus Tuting (ein entlegener Ort im Nordosten von Indien) in die Schule kamen, wurden Unterkunftsmöglichkeiten geschaffen. Seitdem hat die Schule schubweise neue Kinder aus dieser Gegend aufgenommen. Die meisten Kinder der Schule sind nun aus Tuting. Die Erweiterung der Herbergen für ältere Jungen und Mädchen wurde durch DANIDA (Danish International Development Assistance, Denmark) finanziert. Dieselbe Organisation hat nun auch eine Vergrößerung für weitere Klassenzimmer geplant. Heute ist die Schule in Chauntra eine Sekundarschule bis zu Klasse X.

### Vision

Den Verstand der Kinder so zu entwickeln, dass sie gleichzeitig ihr Wesen und ihr menschliches Potential entfalten können und mit Güte ihre Intelligenz zu wecken, dass Willensfreiheit und Selbstbestimmung gefördert werden, um ein glückliches und ganzheitliches Leben zu ermöglichen.

### Mission

Die menschlichen Eigenschaften wie Weisheit, Güte und Mitgefühl zu entwickeln und die damit verbundenen Werte zu verfeinern. Kreativität und Empfindungen zu stärken, damit das Kind persönliche, rationale und universelle Ziele erreichen kann.

### Ziel

Den Schülern die Fähigkeit vermitteln,

- falsch von richtig zu unterscheiden und den individuellen sowie gemeinschaftlichen Frieden durch Gewaltlosigkeit zu schützen
- eine uneigennützig Haltung zu entwickeln
- die Umwelt und das Naturerbe zu bewahren
- alte Prinzipien zu erneuern und neue Systeme etc. in Bezug auf das generelle Wohl der Erde und in Übereinstimmung mit den Bedürfnissen von Zeit und Ort einzuführen.

## Patenschaften



Dickey Tsomo



Kunsang Choedon



Tenzin Choeyang



Tenzin Tsomo



Tsechok Lhamo

Die Eltern von Dickey Tsomo, Tenzin Choeyang, Kunsang Choedon, Tsechok Lhamo und Tenzin Tsomo sind Bauern und arbeiten hart auf Reisfeldern. Es ist ihnen wichtig, den Kindern ein besseres Leben zu ermöglichen, jedoch können sie es sich aufgrund der eingeschränkten finanziellen Situation nicht leisten, Schulgebühren für alle ihre Kinder zu bezahlen. Diese fünf Kinder besuchen zurzeit die Sambhota Tibetan High School in Chauntra und Ihre finanzielle

Unterstützung würde ihnen helfen, die Schulbildung weiter zu führen. Eine Patenschaft kostet jährlich CHF 500.–.

Wenn Sie eine Patenschaft übernehmen möchten, so melden Sie sich bitte bei:  
Libera Pelusi, artelibera@bluewin.ch, Tel. 079 336 27 72.  
www.tibetfreunde.ch



Beim Experimentieren



Beim fröhlichen Spiel

## Patenschaftsbetreuung und deren Aufgaben

### Patenschaftsbetreuerinnen-Team

Der Verein TIBETFREUNDE setzt sich für Entwicklungszusammenarbeit und humanitäre Hilfe für Menschen aus Tibet ein und arbeitet eng mit verschiedenen Institutionen in Indien und Nepal zusammen. Wir unterstützen tibetische Flüchtlingskinder, notleidende ältere Menschen, Nonnen und Mönche in ihren Klöstern, Studentinnen und Studenten. Alle Mitarbeitenden des Vereins arbeiten unentgeltlich.

Die Aufgabe der Betreuung von Patenschaften ist auf fünf Personen aufgeteilt. Bei den Patenschaften von Kindern und älteren Leuten handelt es sich um Tibeter oder Tibetinnen, welche vor geraumer Zeit mit ihren Eltern oder Verwandten aus Tibet nach Nepal und Indien flüchteten. Wir suchen Sponsoren für ältere, kranke und mittellose Menschen, Nonnen und Mönche, für Kinder und Jugendliche sowie Studentinnen und Studenten. Alle diese Menschen sind sehr arm – kennen auch heute noch teilweise keine Infrastruktur und Grundbedürfnisse wie Elektrizität und Telefon – und können sich mit den Erträgen ihrer kleinen Landwirtschaft nur knapp über Wasser halten. Das Geld für die Grundschule ihrer Kinder haben sie nicht. Oft sind es die Eltern oder Verwandte der Familie, die verschiedene Institutionen anfragen, ob ihr Kind evtl. über eine Patenschaft unterstützt werden kann. Die familiären und finanziellen Verhältnisse werden von den jeweiligen Institutionen geprüft.

Um genau diese Kinder handelt es sich bei der Sponsorensuche. Die verschiedenen Schulen wurden zum Teil in den siebziger Jahren von Tibetern in Nepal oder Indien gegründet und werden von Tibetern geführt. Auch viele betagte Personen sind auf finanzielle Hilfe angewiesen, da die meisten älteren Leute mit keiner Unterstützung (Armut) seitens der Familie rechnen können. Diese Tibetinnen und Tibeter leben entweder bei einem Verwandten und helfen soweit wie möglich im Haushalt mit oder sie leben in einem Altersheim. Die Flucht aus Tibet und/oder die harte Lebenssituation haben diese Menschen geprägt.

Die Nonnen und jungen Novizen (Mönche) sind mittellos und leben in einem Kloster. Ihre Familien sehen sie nur selten (während den Ferien). Die Patenschaftsbeiträge gehen ans Kloster und werden kollektiv genutzt.

Die Aufgabe der Betreuerinnen ist es, den administrativen Teil zwischen den Sponsoren und Sponsorinnen zu verwalten: Das Ausstellen der jährlichen Rechnungen für den Patenschaftsbeitrag oder das Weiterleiten der Briefe an die Sponsoren und Sponsorinnen. Auch sind sie für die Eingänge der Patenschaftsbeiträge besorgt und arbeiten mit dem Team der Buchhaltung eng zusammen. Sie pflegen den Kontakt zwischen der zu betreuenden Schule oder der Institution und den Sponsoren. Die Betreuerinnen informieren bei Bedarf die Paten und Patinnen über die Schule oder die Beendigung des Studiums «ihres Patenkindes». Die Patenschaftsbetreuung bietet Vermittlung an, wenn Probleme irgendwelcher Art zwischen der Institution und dem Sponsor oder der Sponsorin auftauchen. Die Publikation der jeweils offenen Patenschaften im tibetfocus ermöglicht uns, für Kinder, ältere Personen, Nonnen oder Mönche neue Sponsoren oder Sponsorinnen zu finden.

Uns allen ist bewusst, dass nur fundierte Bildung die Chance bedeutet, das Leben selbst in die Hand zu nehmen. Wir danken unseren Paten und Patinnen, Gönnerinnen und Gönnern für ihre Unterstützung, mit der sie den Tibetern ihre Eigenständigkeit zurückgeben und dadurch Mut und Zuversicht schenken. Unser Dank gilt allen, die den Verein *Tibetfreunde* mit einer Patenschaft oder in einer anderen Art immer wieder unterstützen.



### Möchten Sie sich humanitär für Tibet engagieren?

Wir suchen Männer und Frauen für die Mitarbeit

- in den Sektionen
- im Vorstand
- Tel. 062 751 02 93

Kontaktaufnahme: Gaby Taureg, gtaureg@swissonline.ch

[www.tibetfreunde.ch](http://www.tibetfreunde.ch)

Tibet-Informationen der GSTF vom  
13. März 2015 von Dr. Uwe Meya

**Politische Verfolgung im Namen der «Anti-Korruptionskampagne» und Belohnung für Denunziation**

Im Januar berichtete die offizielle chinesische Nachrichtenagentur Xinhua, dass 15 Kader der Kommunistischen Partei in Tibet im Kontext der «Anti-Korruptionskampagne» angeklagt worden seien. Diese Kampagne war im Juli 2014 gestartet worden, um «Korruption aufzudecken und Schlupflöcher in Partei und Regierung zu schließen».

Bei genauerem Hinsehen scheint es so, dass in Wirklichkeit Kader verfolgt werden, die nach den Worten des Leiters des Inspektionsteams, Ye Dongsong, keinen «klaren politischen Standpunkt» gezeigt haben. Den namentlich nicht genannten Kadern wird vorgeworfen, dass sie «Untergrundorganisationen für die tibetische Unabhängigkeit beigetreten sind, Nachrichten an den Dalai Lama und seine Unterstützer geliefert haben, oder an anderen Aktivitäten teilgenommen haben, die die Sicherheit von China beeinträchtigen».

TCHRD bemerkt, dass Funktionäre, die wahrlich korruptes Verhalten gezeigt haben, nach wie vor im Amt sind. Ein Beispiel ist

der lokale Parteisekretär in einem Ort nahe Shigatse. Von diesem ist bekannt, dass er illegale Minenarbeiten toleriert, weil er massenhaft Geld von den Minenbetreibern erhält. Ein Protest von Dorfeinwohnern wurde im letzten Jahr mit Waffeneinsatz beendet, dabei wurden 13 Tibeter, unter ihnen eine schwangere Frau, verwundet. Xinhua berichtete auch, dass die Behörden neuerdings Belohnungen von bis zu umgerechnet \$ 50 000 auf Hinweise aussetzen, die zur Aufdeckung «terroristischer Aktivitäten» führen. Zu diesen Aktivitäten zählen «das Planen von terroristischen Akten, die Förderung von religiösem Extremismus und der Transport von Waffen». Die Bestimmungen sind so allgemein formuliert, dass sie auf eine Vielzahl politischer Aktivitäten angewendet werden können.

**«20 illegale Aktivitäten» werden unter Strafe gestellt**

Im Bezirk Rebkong im Nordosten Tibets wurde Anfang dieses Jahres eine Liste von 20 «illegalen Aktivitäten» publiziert, die sämtliche Aspekte des tibetischen Lebens zu potenziellen Straftaten erklärt und für die zum Teil massive Strafen angedroht werden. Die Liste, die Tibet Post International zugespült wurde, schliesst schon bisher strafbare Handlungen wie die Unterstüt-

zung von Selbstverbrennungen und die Propagierung der tibetischen Unabhängigkeit ein, fügt aber weitere Tatbestände in zum Teil absurd erscheinendem Detail hinzu – hier sind einige Beispiele:

- Aktivitäten, Proteste oder Versammlungen im Kontext von «Gleichheit der Sprachen (eine häufig vorgetragene Forderung, um gegen die Bevorzugung der chinesischen Sprache im Schulunterricht zu protestieren), Nahrungsmittelsicherheit, oder Schutz von Tierarten
- Betreiben von Organisationen im Namen der Förderung der tibetischen Sprache, der Umwelt oder der Erziehung (dieses zielt auf tibetische Privatschulen oder informellen Unterricht in tibetischer Religion und Tradition ab, hier wurden in den letzten Monaten mehrere Schulen geschlossen)
- Verfassen und Publizieren von Büchern, Artikeln, Videos oder Tonträgern mit «separatistischem Inhalt», auch das nicht sofortige Löschen auf dem eigenen Mobiltelefon oder Computer oder Vorzeigen solcher Inhalte an andere
- Verfolgen von Nachrichten von jeglichen Medien ausserhalb Chinas, sowie Verbreiten von Nachrichten aus Tibet an «ausländische Kräfte» und Kontaktaufnahme mit «separatistischen Kräften»



W. Altorfer 2015

Chinesische Rituale in Tibet

- Illegale oder legale (!) Ausreise aus Tibet zur Teilnahme an religiösen Veranstaltungen (in der Vergangenheit sind Tibeter oft legal nach Indien gereist, um an Belehrungen oder Initiationen teilzunehmen, kehrten danach aber wieder nach Tibet zurück)
- Aufhängen von Bildern des Dalai Lama, sowie Planen und Durchführen von Gebetsversammlungen für den Dalai Lama an öffentlichen Orten «im Namen von Religion und Tradition»
- Anbringen von Aufklebern oder Bannern für die tibetische Unabhängigkeit oder das Abspielen solcher Musik in Fahrzeugen
- Teilnahme an Festivals, wenn «ausländische Kräfte Aktivitäten für die tibetische Unabhängigkeit durchführen» (in der Vergangenheit kam es mehrfach z.B. während Festivals oder Reiterspielen zu kurzen, friedlichen Protestaktionen)
- «Destabilisierung der Ordnung», indem man «andere zwingt, nur noch Tibetisch zu sprechen» oder dazu aufruft, Tiere vor dem Schlachten zu bewahren (zu Letzterem wurde häufig anlässlich des Gedenkens an Selbstverbrennungsoffer aufgerufen)

Quellen: Tibetan Centre for Human Rights and Democracy TCHRD; US News & World Reports; Tibet Post International

Tibet-Informationen der GSTF vom  
11. März 2015 von Dr. Uwe Meya

**Selbstverbrennung 2 Tage vor 10. März, trotz massiver Präsenz von Sicherheitskräften**

Zwei Tage vor dem 10. März, dem Jahrestag des tibetischen Volksaufstandes 1959, hat sich eine 40-jährige Norchuk in der Nähe ihres Heimatdorfes Trotsuk im Bezirk Ngaba selbst verbrannt. Die Mutter von drei Kindern, zündete sich in einer Scheune an und starb. Es ist nicht bekannt, ob sie eine Nachricht hinterliess oder Parolen rief. Es ist die 137. Selbstverbrennung.

Radio Free Asia meldet, dass ihre Leiche am folgenden Tag von Dorfbewohnern kremiert wurde, bevor die Behörden einschreiten konnten. Dagegen meldet Phayul, dass ihr Leichnam seitens der Behörde kremiert wurde. Norchuk war mit dem lokalen Kloster Tephu assoziiert und hatte kürzlich während einer Versammlung von Nomaden gelobt, sich nur noch vegetarisch zu ernähren und allgemein ein rechtschaffenes Leben zu führen.

Die Selbstverbrennung ereignete sich trotz einer massiv erhöhten Präsenz von Sicher-

heitskräften speziell im Bezirk Ngaba, der als besonders «problematisch» angesehen wird. Bewohner hatten berichtet, dass schon vor dem tibetischen Neujahr am 19. Februar grosse Truppenbewegungen beobachtet wurden. Die Sicherheitskräfte würden sich «feindseelig und einschüchternd» gegenüber Tibetern verhalten und seien «bis auf die Zähne» bewaffnet. Kontrollpunkte seien «alle vier bis fünf Häuser» errichtet, und andauernd würden Personal dokumente kontrolliert.

Gleiches wurde auch in anderen Bezirken im heutigen Sichuan, so in Kardze, Rebkong und Serthar, und weiter nordwestlich auch in den Bezirken Sangchu und Golok beobachtet. Abgesehen von Waffen trügen die Sicherheitskräfte auch Tränengas und aus Angst vor Selbstverbrennungen Feuerlöscher auf sich, und man sehe oft parkierte Feuerlöschautos. Restaurants und Bars waren angewiesen, während des Neujahrsfestes keinen Alkohol auszuschenken; wer sich nicht daran halte, würde verhaftet. Im Bezirk Sangchu wurde auch eine Drohne gesehen, die die anlässlich eines religiösen Anlasses versammelten Tibeter beobachtete.

Weitere Infos auf



## Veranstaltungen

### April 2015

Fr 09.04., 19.30 bis 21.00 Uhr

#### Tibetische Medizin

Mit Dr. Nida Chenagtsang

Eintritt: Kollekte

Kulturzentrum Songtsen House

Sa 11.04., 09.30 bis 16.00 Uhr

#### Einführung in die Theorie und Praxis der Meditation (Tagesseminar)

Der Ew. Geshe Jampa Raptan erläutert die neun Stufen des ruhigen Verweilens und leitet die entsprechenden Übungen an.

Unkostenbeitrag Fr. 90.–

Tibet-Institut Rikon

Mi 15.04., 19.30 bis 21.00 Uhr

#### Dakini-Tag

Puja mit Loten Dahortsang. Durch die Energie der Dakini und die rituelle Kraft des Trommeln beseitigen wir leidenschaftliche Gedanken. Unkostenbeitrag Fr. 20.–

Tibet-Institut Rikon

Fr 16.04., 19.30 bis 21.00 Uhr

**Tai Chi**, Mit der Tibeterin Dolma Soghatsang

Eintritt: Fr. 15.–

Kulturzentrum Songtsen House

Sa 18.04., 14.30 bis 16.30 Uhr

#### Einführung in den tibetischen Buddhismus

(Teil 1 von 2), Vortrag des Ew. Acharya Pema Wangyal über die vielfältigen philosophischen Schulen und Praktiken des tibetischen Buddhismus. Unkostenbeitrag Fr. 20.–

Tibet-Institut Rikon

So 19.04., 09.30 bis 16.00 Uhr

#### Meditation – die magischen Momente des Geistes

(Tagesseminar), Der Ew. Abt Geshe Thupten Legmen erörtert systematisch verschiedene Methoden der tibetischen Meditation. Unkostenbeitrag Fr. 90.–

Tibet-Institut Rikon

Sa 25.04., 17.00 bis 21.00 Uhr

#### Mitgliederversammlung des Vereins

#### Songtsen House mit öffentlichem Nachtessen

Anmeldung an Tel. 044 400 55 59 oder anmeldung@songtsenhouse.ch

Essen: Fr. 20.–

Kulturzentrum Songtsen House

Sa 25.04., 14.30 bis 16.30 Uhr

#### Einführung in den tibetischen Buddhismus

(Teil 2 von 2), Vortrag des Ew. Acharya Pema Wangyal über die vielfältigen philosophischen Schulen und Praktiken des tibetischen Buddhismus. Unkostenbeitrag Fr. 20.–

Tibet-Institut Rikon

So 26.04., 14.30 bis 16.30 Uhr

#### Mantra and Melody

Von Abbot Geshe Thupten Legmen erklärt die Mantra Om Mani Padme Hum und Tara und zeigt, wie man sie mit Gesang singt.

Unkostenbeitrag Fr. 20.–

Tibet-Institut Rikon

Fr 30.04., 19.30 bis 21.00 Uhr

#### Tai Chi

Mit der Tibeterin Dolma Soghatsang

Eintritt: Fr. 15.–

Kulturzentrum Songtsen House

### Mai 2015

So 03.05., 14.30 bis 16.30 Uhr

#### Juwelenschmuck der geistigen Befreiung

(Teil 1 von 3), Der Ew. Acharya Pema Wangyal erörtert diesen grundlegenden Text, der das ganze System des Buddhismus verkörpert. Unkostenbeitrag Fr. 20.–

Tibet-Institut Rikon

Mo 04.05., 19.30 bis 21.00 Uhr

#### Der Krieg in Osttibet

Kommentierte Originalfilmdokumente von Emilia Sulek. Eintritt: Fr. 15.–

Kulturzentrum Songtsen House

Mo 04.05., 19.00 bis 20.30 Uhr

#### Vollmond-Meditation

Der Ew. Lama Tenzin führt in die persönliche Praxis ein und wir meditieren gemeinsam im Kultraum. Unkostenbeitrag Fr. 15.–

Tibet-Institut Rikon

Sa 09.05., 14.30 bis 16.00 Uhr

#### Öffentliche Führung

durch und um das Tibet-Institut Rikon mit dem Ew. Acharya Pema Wangyal.

Unkostenbeitrag Fr. 15.–

Tibet-Institut Rikon

So 10.05., 14.30 bis 16.30 Uhr

#### Juwelenschmuck der geistigen Befreiung

(Teil 2 von 3), siehe 03.05., jeder Teil kann einzeln besucht werden.

Tibet-Institut Rikon

Do 21.05., 19.30 bis 21.00 Uhr

#### Weisheitsmeditation mit Lama Kunsang Rinpoche

Einführung in den tibetischen Buddhismus und Meditation

Unkostenbeitrag: Fr. 20.–

Kulturzentrum Songtsen House

Fr 22.05., 19.30 bis 21.00 Uhr

#### Nepal-Film: Children of God

Das Leben der Kinder am Bagmati-Fluss in Katmandu

Eintritt: frei, Kollekte

Kulturzentrum Songtsen House

Fr 29.05., 19.30 bis 21.00 Uhr

#### Zentralasien

Bildervortrag mit Christoph Baumer

Eintritt: Fr. 15.–

Kulturzentrum Songtsen House

Sa 30.05., 14.30 bis 16.30 Uhr

#### Shantideva's «Eintritt in die Lebensweise der Bodhisattvas» – Bodhisattva Charyavata

(Teil 2 von 3)

Vortrag mit dem Ew. Geshe Jampa Raptan.

Unkostenbeitrag Fr. 30.–

Tibet-Institut Rikon

So 31.05., 14.30 bis 16.30 Uhr

#### Juwelenschmuck der geistigen Befreiung

(Teil 3 von 3)

Siehe 03.05., jeder Teil kann einzeln besucht werden.

Tibet-Institut Rikon

### Juni 2015

Di 02.06., 9.30 bis 11.00 Uhr

#### Buddhistischer Feiertag: Saka Dawa – Buddhas Geburt, Erleuchtung und Eingang ins Parinirvana

Puja mit der Ew. Mönchsgemeinschaft.

Freiwillige Beiträge.

Tibet-Institut Rikon

Fr 05.06., 19.30 bis 21.00 Uhr

#### Eine filmische Reise zu den Nomaden in Osttibet

Von und mit dem Filmemacher Thomas Grahamer

Eintritt: Fr. 15.–

Kulturzentrum Songtsen House

Sa 06.06., 14.30 bis 16.00 Uhr

#### Öffentliche Führung

durch und um das Tibet-Institut Rikon mit Loten Dahortsang.

Unkostenbeitrag Fr. 15.–

Tibet-Institut Rikon

Sa 06.06., 16.30 bis 18.30 Uhr

#### Tsa Lung und Lu Jong Yoga

Loten Dahortsang erörtert Tsa Lung, die grundlegende Yoga-Praxis im Buddhismus, und das Heilyoga Lu Jong.

Unkostenbeitrag Fr. 40.–

Tibet-Institut Rikon

#### Tibet-Institut Rikon

Wildbergstrasse 10, CH-8486 Rikon

Tel. 052 383 17 29

info@tibet-institut.ch

www.tibet-institut.ch

Für Veranstaltungen keine Anmeldung. Kurzfristige Änderungen/Ausfälle werden auf unserer Homepage publiziert.

So 07.06., 14.30 bis 16.30 Uhr

#### Samatha Meditation

Von Lopön Dekho teaches Samatha, the famous Buddhist practice of calming the mind.

Unkostenbeitrag Fr. 15.–

Tibet-Institut Rikon

Fr 12.06., 19.30 bis 21.00 Uhr

#### Die Magars von Mid-West Nepal: Leben am Rande der Welt

Von Alice Kern

Eintritt: Fr. 15.–

Kulturzentrum Songtsen House

Sa 13.06., 09.30 bis 16.00 Uhr

#### Drukpa-Kagyü-Ngondro – Meditation und Erklärungen

(Tagesseminar) Der Ew. Acharya Pema Wangyal erklärt die kraftvollen Ngondro-Praktiken und führt entsprechende Meditationsübungen durch.

Unkostenbeitrag Fr. 90.–

Tibet-Institut Rikon

Mo 15.06., 09.30 bis 11.00 Uhr

#### Buddhistischer Feiertag: Jamgön Mi-pham Dhäs-Chöd – Nyingma-Feiertag

Puja mit der Ew. Mönchsgemeinschaft.

Freiwillige Beiträge.

Tibet-Institut Rikon

Do 18.06., 19.30 bis 21.00 Uhr

#### Weisheitsmeditation mit Lama Kunsang Rinpoche

Einführung in den tibetischen Buddhismus und Meditation

Unkostenbeitrag: Fr. 20.–

Kulturzentrum Songtsen House

Fr 19.06., 19.30 bis 21.00 Uhr

#### Heitere und strenge Tage im nepalischen Terai

Bildervortrag der Ärztin Ruth Gonseth

Eintritt: Fr. 15.–

Kulturzentrum Songtsen House

SA, 20.06., 19.30 bis 21.00 Uhr

#### Die Mongolei im Wandel

Vernissage und Vortrag des Fotografen

Kostas Maros

Eintritt: Fr. 15.–

Kulturzentrum Songtsen House

Kulturzentrum Songtsen House

#### Kulturzentrum Songtsen House

Albisriederstr. 379, CH-8047 Zürich

Tel. 044 400 55 59, Fax 044 400 55 58

PC 87-737299-0, info@songtsenhouse.ch

www.songtsenhouse.ch

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

FR, 26.06., 19.30 bis 21.00 Uhr

#### Rauchopfergabe – im Kloster und zu Hause

Vom Abt des Klosters Rikon

Eintritt: frei, Kollekte

Kulturzentrum Songtsen House

SA, 27.06., 19.30 bis 21.00 Uhr

#### Die Welt ist Klang – Bergkristall-Klangschalen-Erlebnis

Von und mit Rolf Züsli

Eintritt: Fr. 20.–

Kulturzentrum Songtsen House

So 28.06., 14.30 bis 16.30 Uhr

#### Shantideva's «Eintritt in die Lebensweise der Bodhisattvas» – Bodhisattva Charyavata

(Teil 3 von 3)

Vortrag mit dem Ew. Geshe Jampa Raptan.

Unkostenbeitrag Fr. 30.–

Tibet-Institut Rikon

FR, 03.07., 19.30 bis 21.00 Uhr

#### Film: Verbotenes Tibet: Auf den Spuren des Pundit Nain Singh und des Tibet-Invasoren Francis Younghusband

Eintritt: frei, Kollekte

Kulturzentrum Songtsen House

#### Regelmässige Veranstaltungen

Täglich ausser Sonntag, 07.00 bis 07.45 Uhr

#### Morgenmeditation

mit der Ew. Mönchsgemeinschaft.

Freiwillige Beiträge

Tibet-Institut Rikon

Sonntag, ohne 5. April (Ostern), 3. Mai, 7. Juni und 5. Juli (letztmals vor Sommerferien).

#### Klangmeditation heisst verbunden sein zwischen Himmel und Erde.

Geführt von Roger Nyima Hollenstein

(www.sonnenklang.ch)

Kurskosten: Fr. 30.–

Kulturzentrum Songtsen House

Jeden Montag, mit gewissen Ausnahmen

19.00 bis 21.00 Uhr

#### Kurs in tibetischer Sprache und Schrift

(Anfänger)

Von und mit Tsewang Tseringsang;

Kontakt: tsewang.namgyal12@yahoo.de

Kulturzentrum Songtsen House

Jeden Dienstag, 19.15 bis 20.45 Uhr

#### Lu Jong – Heilyoga aus Tibet

mit Karin Waller

Kulturzentrum Songtsen House

Jeden Mittwoch, 19.00 bis 21.00 Uhr

#### Kurs in Tibetischer Sprache und Schrift

(Neuer Kurs für Anfänger)

Lobsang Zatul, Kontakt: Zatul@gmx.ch

Kulturzentrum Songtsen House

Mi 08.04. (und dann am 22.04., 06.05., 27.05., 10.06. und 24.06.), 19.00 bis 20.30 Uhr

#### Tibetisch für Anfänger mit dem Ew. Lama Tenzin.

Neue Anfänger sind willkommen. Bitte um Anmeldung an info@tibet-institut.ch

Unkostenbeitrag Fr. 20.–

Tibet-Institut Rikon

Do 09.04. (und dann am 23.04., 07.05., 21.05., 04.06. und 18.06.), 19.00 bis 20.30 Uhr

#### Tibetisch für Fortgeschrittene 1 mit dem Ew. Lama Tenzin.

Unkostenbeitrag Fr. 20.–

Tibet-Institut Rikon

#### Tibetisch für Fortgeschrittene 2 mit dem Ew. Lama Tenzin.

Unkostenbeitrag Fr. 20.–

Tibet-Institut Rikon

Mi 01.04. (und dann am 15.04., 29.04., 20.05., 03.06. und 17.06.), 19.00 bis 20.30 Uhr

#### Tibetisch für Fortgeschrittene 2 mit dem Ew. Lama Tenzin.

Unkostenbeitrag Fr. 20.–

Tibet-Institut Rikon

Jeden Samstag 8.00 bis 17.00 Uhr und teilweise am Sonntag (mit gewissen Ausnahmen)

#### Tibetischkurs für tibetische Kinder

Anmeldung: t.ningthatshang@gmail.com.

Kulturzentrum Songtsen House

Jeden Sonntag, 14.00 – 17.00 Uhr

#### Deutschkurs Nyima

Deutschkurs für Flüchtlinge aus Tibet und anderen asiatischen Ländern.

Kontakt: 079 225 23 44 oder

E-Mail: deutschkurs@songtsenhouse.ch

Kulturzentrum Songtsen House



Weitere Anlässe finden Sie in der Agenda auf

tibetfocus.com

## Sektionen GSTF

### Treffen der GSTF-Sektion Mittelland

Tibet-Interessierte sind herzlich an die Treffen eingeladen:

Die Monatstreffen in Olten,  
jeweils 19.00 Uhr,

Restaurant Aarhof

23. 04., 21.05. und 20.08.2015

(kein Treffen im Juni und Juli).

Neu ab April: Monatstreffen in Solothurn im Tibetlokal, Altes Spital, Oberer Winkel 2, 4500 Solothurn

30.04., 28.05., 18.06 Juni und 27.08.2015.

**Hinweis:** Thangka Ausstellung mit Sonam Lama aus Kathmandu, Nepal

5. bis 9.05.2015

Tibetlokal, Altes Spital, Oberer Winkel 2, 4500 Solothurn

12. bis 16.05.2015

YIKLANG, Jurastrasse 17, 4600 Olten.

Für Fragen und Auskünfte kontaktieren Sie bitte die Co-Sektionsleitung:

Christina Ackermann, Tel. 062 396 22 31,

Mobile 079 528 32 36,

christina.ackermann@gmx.ch oder

Yangchen Büchli, Tel. 056 290 23 90,

yangchen.buechli@bluewin.ch

### Treffen der GSTF-Sektion

#### Zentralschweiz

Auskünfte erteilt Gabriela Hofer:

sektionsleitung-zs@gstf.org, 041 240 76 82

### Treffen der GSTF-Sektion

#### Nordwestschweiz

Tibet-Interessierte sind herzlich an die Treffen eingeladen:

Jeweils montags um 19 Uhr bis 21 Uhr

im «Unternehmen MITTE», 1. Stock, Gerbergasse 30, 4001 Basel

am 04.05. und 01.06.2015 und nach der

Sommerpause am 03.08.2015.

Weitere Auskünfte erteilt die Sektionsleitung:

Barbara Hess, 061 322 70 46 und

Margrit Schmied, 079 312 95 22

barbara.hess@hispeed.ch,

margrit\_schmied@bluewin.ch



## S.H. der 37. Drikung Kyabgön Chetsang

### Rinpoche besucht im April 2015 die Ostschweiz

#### Buchvorstellung der neuesten Werke

Donnerstag, 16. April 2015 um 19.30 Uhr

Hotel BananaCity, Winterthur. Eintritt frei

#### Drikung Phowa Chenmo und Langlebens-Initiation

Sonntag, 19. April 2015 von 9.30 bis 16.00 Uhr

Tageskasse und Saalöffnung ab 08.00 Uhr – kein Vorverkauf.

Erw. Fr. 40.–, Kinder 6–15 Jahre: Fr. 15.–, Kinder bis 5 Jahre: Gratis

Festhalle Ruegerholz, Frauenfeld Tibetisch mit deutscher Übersetzung

[www.drikung.org](http://www.drikung.org), [www.nyidzong.org](http://www.nyidzong.org)

### Treffen der GSTF-Sektion Zürich

Tibet-Interessierte sind herzlich an die Sektionstreffen eingeladen:

Jeweils am Dienstag 7. April, 5. Mai und

2. Juni 2015 um 19.00 Uhr

im Restaurant Himalaya an der Ackerstrasse 52 in Zürich.

**Am Treffen am 5. Mai wird Lharampa Tenzin Kalden einen Einführungsvortrag zum Buddhismus halten.**

Unser Sommerpicknick findet am 27. Juni ab 17.00 Uhr auf der Wiese bei der Rentenanstalt in Zürich statt.

Das nächste Treffen ist dann am 1. September wiederum um 19 Uhr im Restaurant Himalaya.

Auskünfte erteilen die Co-Sektionsleitung:

Solveig Muggli und Rinzin Lang

sektionsleitung-zh@gstf.org

### Sektion Ostschweiz

Sa, 18.04. in Jona und So, 19.04.

in Rorschach: Explora Tournee von Bruno Baumann

Di, 19.05., 19.00 bis 20.30 Uhr im Restaurant Hof in Wil: 4. Buddhismus Abend mit Lharampa Tenzin Kalden Dahortsang

Mi, 24.06. ab 18.15 bis 21.00 Uhr

Stammtisch im Lhasa Stübli in Wil.

Auskünfte erteilen die Co-Sektionsleitung:

Veronika Koller: 079 717 56 13

Zakay Reichlin: 071 994 22 27

sektionsleitung-sg@gstf.org



Clockwork China



### Treffen der GSTF-Sektion Bern

Tibet-Interessierte melden sich bei Frau Kira Amman, sektionsleitung-be@gstf.org.

Weitere Anlässe finden Sie in der Agenda auf <http://tibetfocus.com/agenda/>



tibetfocus 128, Juni 2015  
Redaktionsschluss 24. Mai 2015



### 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. **Redaktion GSTF:** Noémie Burger, Chodar Kone, Ursula Sager, Dorothee Soltermann, Stefan Spörri, Salomé Müller, tf@gstf.org. **Tibetische Übersetzung:** Kunga Tethong. **Tibet-Information der GSTF:** Uwe Meya **Tibetfreunde:** Kerstin A. Paul, koach@gmx.de **TFOS:** Tseten Bhusetshang, Im Schnegg, 8810 Horgen, Tel. 044 725 71 31, 079 684 85 75, bhusetshang@hispeed.ch **VTJE:** Jigmi Losinger, j.losinger@vtje.org **Illustrationen:** Wolf Altorfer **Grafisches Konzept:** Rolf Voegeli, Graphic Design, 8500 Frauenfeld, www.rolfvoegeli.com **Vorstufe, Druck:** Mercantil-Druck AG, 8964 Rudolfstetten, FSC®-zertifiziert **Preise:** Einzelnummer Fr. 8.–, Jahresabo Fr. 35.– **Erscheinungsweise:** 4 Mal jährlich **Auflage:** 3050 Exemplare. ISSN 1662-9906 **GSTF-Büro:** Binzstrasse 15, 8045 Zürich, Tel. 044 451 38 38, buero@gstf.org, www.gstf.org. Adressänderungen bitte umgehend an die Vereine melden. [www.tibetfocus.com](http://www.tibetfocus.com)