

བོད་དོན་དམིགས་བཀའ།

tibetfocus

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

143 // März 2019

60 JAHRE
EXIL-TIBET

Hauptfocus // **Historische und politische Entwicklung in Tibet**

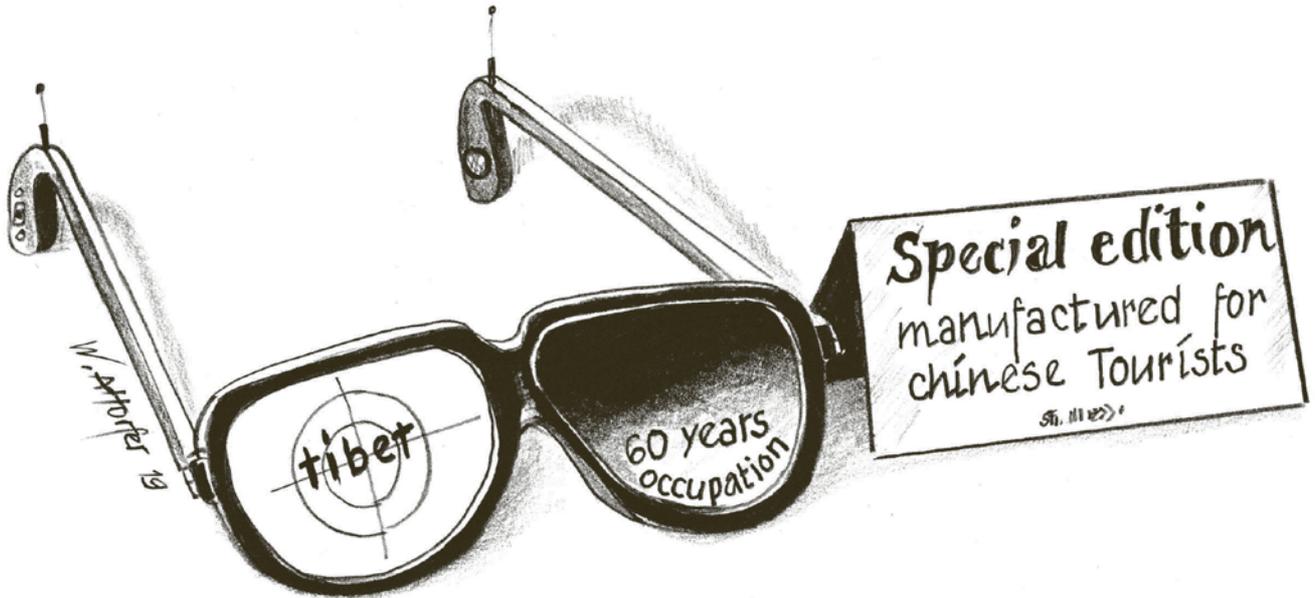
Interviews // **Blick auf 60 Jahre Exil: Zwei Zeitzeugen berichten**

Abschied // **Der Repräsentant S.H. des Dalai Lama ist frisch pensioniert**



Erscheint vierteljährlich // Preis: Fr. 8.-





Inhalt // **tibetfocus** // 143 // März 2019

- 1 Titelbild // *Wolf Altorfer*
- 4 Der Aufstand vom 10. März 1959 in Lhasa
- 7 Die Jahre nach dem tibetischen Volksaufstand – ein Gespräch mit Tendöl Namling
- 9 Die Chinesen sagten: «Wir helfen euch und gehen dann wieder zurück.» – Ein Interview mit Lama Tenzin Jottotshang
- 11 Adieu Ngodup Dorjee la
- 12 Engagiert für die Sans-Papiers-Gemeinschaft
- 14 GSTF // Eine Antwort auf das Buch «Tibetische Kinder für Schweizer Familien» // Legate und Schenkungen // Die GSTF kehrt den Spiess um: Blicke auf 60 Jahre Exil-Tibet in der Schweiz // SAST
- 18 VTJE // Tibetan Kids Playday – was ist das? // Shenpen: Neue Herausforderungen
- 20 TFOS // Ich nenne es zwar nicht «meine Heimat», aber «meinen Kanton.» // Neuer TFOS-Vorstand gewählt
- 22 Tibetfreunde // Das Taksham Kloster // Kinder an der Mount Kailash School
- 24 Kraftvolle und dynamische Demo zum 60. Jahrestag
- 25 Chinafocus
- 26 Veranstaltungen
- 28 Sektionen der GSTF // Impressum

Medienfocus mit Tibet-Informationen von Dr. Uwe Meya auf gstf.org

Geschlechterbezeichnungen in tibetfocus | Aus Gründen der Lesbarkeit wird an vielen Stellen auf die konsequente Nennung beider Geschlechter sowie die Anwendung kombinierter Schreibweisen (Bsp. TibeterInnen) verzichtet. Es sind stets beide Geschlechter gemeint. Mit dieser Vereinfachung ist keine Wertung verbunden.



Vor ihrer Hinrichtung werden die Gefangenen auf Lastwagen durch Lhasa gefahren. (aus: *Forbidden Memory*, 2006, Tsering Woeser)

Der Aufstand vom 10. März 1959 in Lhasa

Vor sechzig Jahren begann am 10. März der Aufstand der Tibeter in Lhasa gegen die Volksbefreiungsarmee der Volksrepublik China. Auslösendes Moment dazu war eine Einladung der Chinesen an den Dalai Lama zu einer Tanzvorführung. In den darauffolgenden Tagen überschlugen sich die Ereignisse in Lhasa zunehmend. Es kommt zu gewaltigen Protesten der tibetischen Bevölkerung vor dem Norbulingka, der Sommerresidenz des Dalai Lama. Dieser flüchtet im Verlauf der Geschehnisse ins indische Exil. Daraufhin findet der Aufstand in offenen Kampfhandlungen mit den Kommunisten seinen blutigen Höhepunkt: fast 10000 Tibeter verlieren dabei ihr Leben.

Am 26. Oktober 1951 rückten die Truppen der Volksbefreiungsarmee von Osttibet weiter bis nach Lhasa vor. 20 000 Soldaten wurden in Lhasa stationiert.

Flavio Stucky

Doch wie konnte es überhaupt zu solch einer blutigen Eskalation kommen? Um diese Frage zu beantworten müssen wir ein Jahrzehnt zurückgehen, und die vorausgehenden Ereignisse genauer beleuchten. Durch die Unabhängigkeit Indiens von Grossbritannien 1947 und die Ausrufung der Volkrepublik China am 1. Oktober 1949 durch Mao Zedong veränderte sich die politische Landschaft in Asien entscheidend. Der 1945 ausgebrochene Bürgerkrieg in China zwischen der Kuomintang und den Kommunisten entschied sich zugunsten der von Mao Zedong angeführten Kommunisten.

Einfall der Volksbefreiungsarmee

Der Sieg der Kommunisten und die Ausrufung der Volksrepublik China am 1. Oktober 1949 wurde von der tibetischen Regierung mit Sorge beobachtet. Infolge der befürchteten Bedrohung wurden sämtliche chinesischen Beamten ausgewiesen wie auch Personen, die als Spitzel der Chinesen verdächtigt wurden. Waffen und Munition wurden in Indien gekauft und die Truppenbestände erhöht. Zudem wurden die Truppen so stationiert, um die Grenzen zu China zu sichern.

Von Beginn an verfolgte die VR China das Narrativ der «Wiedervereinigung» Tibets mit dem «Mutterland» China. Tibets Bestrebungen nach international anerkannter Unabhängigkeit wurden von den Kommunisten als Zeichen des imperialistischen Einflusses gedeutet. Schliesslich überquerten am 1. Oktober 1950 die Truppen der Volksbefreiungsarmee den Yangtse und drangen nach Osttibet vor. Drei Wochen später war die Stadt Chamdo unter chinesischer Kontrolle und damit gesamt Osttibet. Der Oberbefehlshaber der tibetischen Truppen in Osttibet ergab sich den Chinesen angesichts der mangelnden Ausrüstung sowie der ungenügenden militärischen Ausbildung der

tibetischen Armee. Zudem wurde die Okkupation auch durch die Unterstützung von geistigen Würdenträgern, wie dem 13-jährigen Panchen Lama, unterstützt.

Letzteres steht bezeichnend für die Gespaltenheit der religiösen wie auch der politischen Elite Tibets, welche neben der militärischen Unterlegenheit der tibetischen Armee zu dieser raschen Niederlage führte.

Im Zuge der politischen Ausnahmesituation wurde der 15-jährige Dalai Lama einen Monat nach der Eroberung Khams als religiöses und weltliches Oberhaupt Tibets inthronisiert – drei Jahre früher als üblich. Im selben Monat appellierte Tibet an die Vereinten Nationen, doch wurde der Appell nicht erhört.

Das Siebzehn-Punkte-Abkommen

Die tibetische Regierung entschied, ernsthafte Verhandlungen mit China zu führen, um die politische Situation zu klären. Dabei wurde eine Delegation nach Peking geschickt, welche unter enormem politischem Druck am 23. Mai 1951 das «Siebzehn-Punkte-Abkommen» unterzeichnete, obwohl sie nicht über die nötige politische Vollmacht verfügte. In diesem Abkommen anerkannte Tibet zum ersten Mal die Oberhoheit Chinas. Damit endete auch die seit 1911 bestehende Unabhängigkeit Tibets.

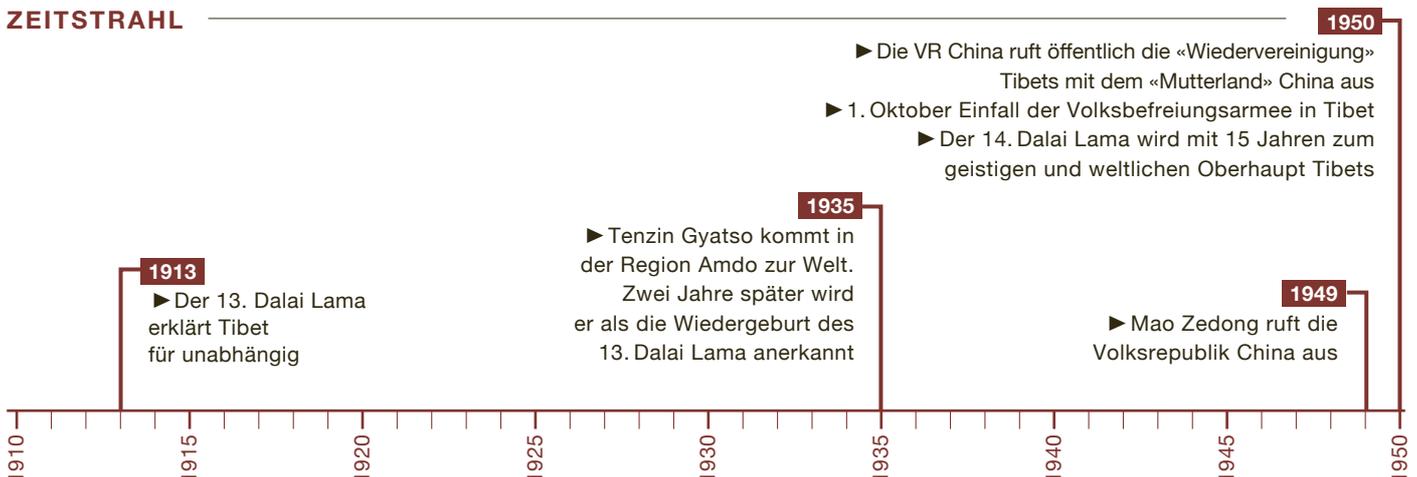
Am 26. Oktober 1951 rückten die Truppen der Volksbefreiungsarmee von Osttibet weiter bis nach Lhasa vor. 20 000 Soldaten wurden in Lhasa stationiert.

1954 wurden der Dalai Lama und der Panchen Lama nach Peking eingeladen, um Mao Zedong zu treffen. Bei dieser Begegnung sagte Mao zum Dalai Lama, dass Religion Gift sei und den Fortschritt eines Landes verlangsamt.

Tibetische Widerstandsbewegung

Während der politische Umbruch in Zentraltibet vergleichsweise ruhig verlief, kam es in Osttibet im Winter 1955–56 in Kham und Amdo zu einem spontanen Aufstand – dem Kangding-Aufstand – welcher blutig niedergeschlagen wurde. Infolgedessen brach eine landesweite Rebellion aus. Verschiedene Stammesgruppen schlossen sich zusammen und formierten sich zu der Khampa-Widerstandsgruppe «Chushi Gangdruk». Die CIA begann 1957 die Guerillatruppen mit Geld und Waffen zu unterstützen und immer mehr Tibeter schlossen sich den «Chushi Gangdruk» an. Die Widerstandsgruppe brachte 1958 sämtliche abgelegenen Regionen Tibets unter ihre Kontrolle, sodass die Zentralregierung in Lhasa wie auch die Chinesen zunehmend die Kontrolle über die Situation in Tibet verloren.

ZEITSTRAHL





Dalai Lama, Mao Zedong und Panchen Lama in Peking 1954



Während der Kulturrevolution werden Mönche und Nonnen mit konischen Papierhüten auf dem Kopf durch die Strassen von Lhasa gezerrt, beschimpft und gedemütigt. © Woesser

Aufstand in Lhasa am 10. März 1959

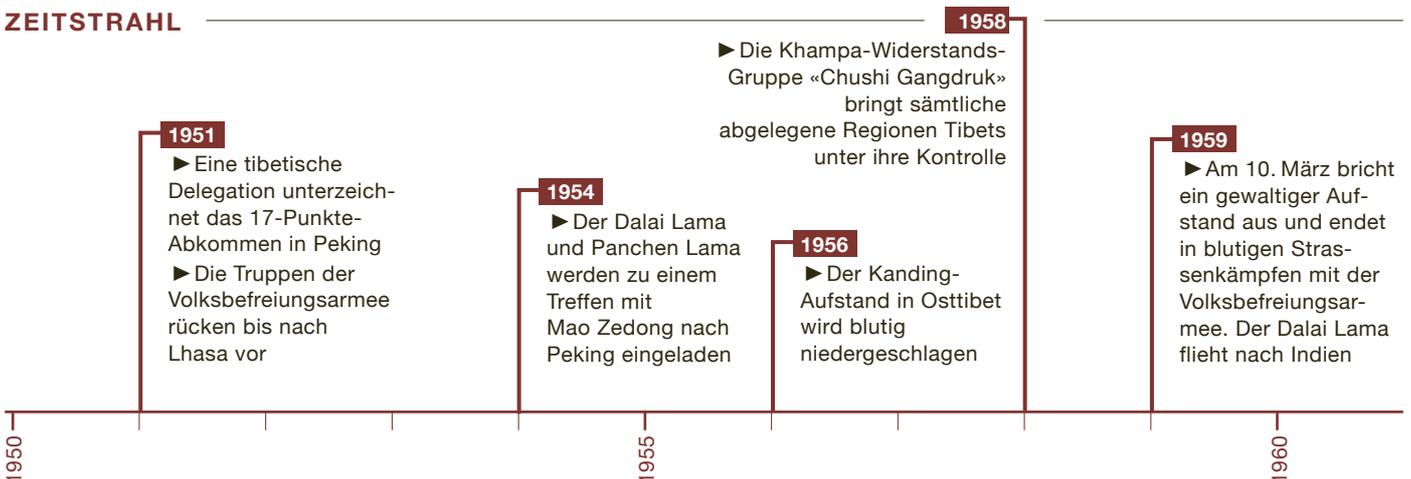
In dieser politisch angespannten und instabilen Lage bildete ein an sich unbedeutendes Ereignis das letzte Puzzleteil, das zu jener Eskalation der Geschehnisse im März 1959 führte. Der Dalai Lama wurde von chinesischen Militärs zu einer Tanzvorführung eingeladen, nachdem er selber den Wunsch dazu geäußert hatte. Doch rasch breiteten sich Gerüchte in der Bevölkerung aus, dass der Dalai Lama bei dieser Tanzvorführung, welche genau am 10. März stattfinden würde, entführt werden sollte. Bis zu 30 000 Tibeter sollen sich zu einem gewaltigen Protest vor dem Norbulingka zusammengeschlossen haben, um den Dalai Lama an der Teilnahme dieser Tanzvorführung zu hindern. Die Demonstrationen führten rasch zu einer Revolte, als ein hoher tibetischer Regierungsbeamter ermordet wurde. Am 17. März schlugen zwei chinesische Artilleriegeschosse in der Nähe der Norbulingka-Residenz des Dalai Lama ein, sodass dieser verkleidet mit seinen engsten Beratern und

einigen Khampa-Widerstandskämpfern flüchtete. Die Volksbefreiungsarmee schritt ein, nachdem die Demonstrationen bereits über eine Woche andauert hatten. Dabei kam es vom 20. Bis 22. März zu erbitterten Kampfhandlungen in Lhasa zwischen den Chinesen und den schlecht ausgerüsteten Tibetern. 10 000 Tibeter sollen dabei ihr Leben verloren haben. Der Dalai Lama erreichte indes am 30. März die indische Grenze, nachdem der Aufstand längst blutig niedergeschlagen worden war und die chinesische Flagge auf dem Potalapalast wehte.

Der Widerstand der Tibeter brach nach der Flucht ihres Oberhauptes zusammen und 7000 Tibeter flüchteten in den folgenden Monaten nach Indien und baten um Asyl. Somit fand die traditionelle Staatsform Tibets in einem letzten blutigen Aufgehren ihr Ende. Fortan bestimmte die chinesische Besatzungsmacht die Politik Tibets.

Literaturangaben auf gstf.org

ZEITSTRAHL



Die Jahre nach dem tibetischen Volksaufstand – ein Gespräch mit Tendöl Namling*

Der tibetische Volksaufstand ereignete sich in einer besonders schwierigen Zeit in der Geschichte der noch jungen Volksrepublik China und wurde zu einem Symbol für eine weit-aus grössere Krise in China. Im Frühjahr 1959 wurde Mao Zedong persönlich angegriffen, nachdem er die Kampagne des «grossen Sprungs nach vorn» initiierte, da der Versuch, das Land in eine grosse Industrienation zu verwandeln, aufgrund der wirtschaftlichen Fehlsteuerung in die grösste Hungerkatastrophe in der Geschichte der Menschheit mündete. Zwar war der tibetische Volksaufstand eine der ersten grossen Rückschläge für die neue Regierung Chinas, gleichwohl zeigte sich die chinesische Führung aber nicht übermässig besorgt über die Entwicklungen in Tibet. Vielmehr waren sich die chinesischen Funktionäre darüber einig, dass die tibetische Rebellion mit grausamer Gewalt unterdrückt werden musste. Die brutale Niederschlagung des tibetischen Volksaufstands durch die chinesische Volksbefreiungsarmee führte in der Folge nicht nur zur Flucht des Dalai Lama, sondern läutete auch eine nunmehr sechs Dekaden andauernde Schreckensherrschaft ein.

Norzin-Lhamo Ritsatsang

Tendöl kommt inmitten dieser tragischen Ereignisse unter dramatischen Umständen als letztes Kind der achtköpfigen Familie Namseling zur Welt. Die Wehen haben bereits eingesetzt und die Geburt ist im Gang, als chinesische Ordnungshüter erscheinen, um Tendöls Mutter Choekyi zu verhaften. Als sie das Blut sehen, lassen sie von ihr ab und führen stattdessen ihre Freundin ab, welche ihr bei der Niederkunft hat beistehen wollen. Zu jener Zeit befinden sich die drei älteren Schwestern von Tendöl bereits in Indien, wo sie in Kalimpong zur Schule gehen. Der Vater von Tendöl, Paljor Jigme Namseling, der als Finanzsekretär der tibetischen Regierung (tib. *Tsipön*) amtierte, hatte sich zuvor der Widerstandsarmee (tib. Chushi Gangdruk) angeschlossen. Später wird er unter Lebensgefahr nach Indien flüchten, wo er mit gebrochenem Herzen stirbt, ohne seine jüngste Tochter Tendöl je kennengelernt und seine in Tibet verbliebene Ehefrau Choekyi wiedergesehen zu haben.

Der gescheiterte Aufstand gegen die chinesische Besatzungsmacht und die anschliessende Flucht des Dalai Lama nach Indien hinterliessen ein Machtvakuum in der tibetischen Gesellschaft. Durch die Abwesenheit des Dalai Lama und der Regierung (tib. Kashag) verlor Tibet nicht nur die Führung auf nationaler Ebene, sondern durch die Flucht weiterer bedeutender Gelehrten, wie der Karmapa und Sakya Trizin, verschwand schliesslich auch die traditionelle weltliche und religiöse Leitung auf lokaler Ebene. Bei dieser Ausgangslage hatten die Chinesen ein leichtes Spiel, um ihre Macht auszubauen und Reformen ohne kollektiven Widerstand durchzusetzen. Während die Chinesen in den Jahren von 1950 bis 1959 noch eine Strategie des Verhandeln mit der herrschenden Klasse verfolgten, setzten sie in einer zweiten Phase alles daran, um die Massen für sich zu gewinnen. Eine neue Ideologie und ein neuer Politikstil wurden eingeführt, indem die Massen aktiv ermutigt wurden, sich in allen Bereichen des politischen Lebens zu engagieren. Die tibetische Bevölkerung wurde unzähligen Sitzungen und Kundgebungen unterzogen, die von den Chinesen hauptsächlich

dazu genutzt wurden, ihre Politik zu kommunizieren. Die Tibeter jedoch konnten ihre Forderungen und Anliegen nie platzieren. Der ursprüngliche Gedanke war, die Chinesen und Tibeter näher zueinander zu bringen, tatsächlich jedoch vergrösserte sich die Kluft zwischen ihnen zunehmend. Die Sitzungen wurden von chinesischen Kadern geleitet und dienten vor allem der Verurteilung der «Übel der alten Gesellschaft». Sie versprachen eine neue und glücklichere Gesellschaft unter der Führung der kommunistischen Partei.

Die neue Zeit ist jedoch alles andere als vom Glück geprägt. Tendöl wächst mit ihrer Mutter sowie ihrem Bruder Tenor und ihrer Schwester Ngodup auf. Sie kann sich noch gut daran erinnern, als die ganze Stadt mit Maos Konterfei tapeziert wurde. Eines Tages – ein Kind hat offenbar ein Portrait Maos mit einer erhobenen Faust «verunstaltet» – werden Tausende von Kindern von den Behörden vorgeladen, um eine Faust zu zeichnen. Auf diesem Weg soll der «Übeltäter» identifiziert werden. Tendöl ist froh, dass sie nicht so gut malen kann. Schliesslich wird der Nachbarsjunge Gyelnin Tsering als Täter ausgemacht und in einer grossen Halle der Bevölkerung vorgeführt. Er ist damals erst etwa 13 Jahre alt. Tendöl kann das Bild – die Kinderhände in Handschellen – nie mehr vergessen. Schliesslich wird auch der grössere Bruder von Gyelnin Tsering, Tenpa Chompel, verhaftet.

Die Chinesen forderten die Tibeter auf, den Aufstand öffentlich zu verurteilen. Die chinesische Politik war darauf ausgerichtet, Kontrolle zu erlangen, indem sie den politischen Einfluss der tibetischen Rebellen isolierte und zerstörte. Dabei gingen die Chinesen in der Anwendung von Gewalt selektiv vor. Widerstandsgruppen wurden weiterhin ausgelöscht, während in Gebieten, in denen die Chinesen die Kontrolle bereits erlangt hatten, keine militärische Mittel mehr eingesetzt wurden. Hier wurde die Taktik der Massenmobilisierung verfolgt. In Lhasa, das inzwischen in der Hand der Chinesen war, wurden die Tibeter, die am Aufstand teilgenommen hatten und diejenigen, die nicht Teil davon waren, gegeneinander aufgehetzt. Auch wurde bei den ehemaligen aristokratischen Führern unterschieden, ob

sie sich dem Aufstand angeschlossen hatten oder nicht. Tibetische Beamte, die als nicht oppositionell eingestuft wurden, blieben trotz ihrer aristokratischen Klassenherkunft immun gegen Verfolgung, während andere, die aktiv am Aufstand teilgenommen hatten, wie beispielsweise Lungshar Ugyen Namdrol, umgehend einer sogenannten Kampfsitzung (tib. *Thamzing*; öffentliche Massenkundgebung, in der das beschuldigte Opfer gedemütigt und gefoltert wird) unterzogen und durch die Strassen von Lhasa getrieben wurden. Politisch unliebsame Personen und insbesondere Mönche wurden verhaftet und in Arbeitslagern festgehalten, wo viele zu Tode kamen.

Als Angehörige der ehemaligen aristokratischen Klasse wird auch Tendöls Mutter in den Strassenbau nach Kongpo geschickt, wo sie durch Arbeit «umerzogen» werden soll. Tendöl, erst fünfjährig, begleitet ihre Mutter ins Arbeitslager und wird so Zeugin der täglichen Kampfsitzungen. Die Erlebnisse sind sehr verstörend und wirken sich traumatisierend auf Tendöl aus, so dass sie manchmal ganz allein «Thamzing» spielt, laut schreit und mit einem Stock auf Gegenstände einschlägt. Tendöls Kindheit ist von vielen Entbehrungen geprägt. Manchmal ist sie sogar gezwungen, sich gemeinsam mit ihrer älteren Schwester an den chinesischen Wachen im Armeelager vorbeizuschleichen, um den quälenden Hunger am Futtertrog im Schweinestall zu stillen.

Die von Mao angeführte Kulturrevolution erfasste ab 1966 auch Tibet. Systematisch wurde von den chinesischen Behörden versucht, alle religiösen Feste und «feudalen Bräuche» abzuschaffen. Die Religionsausübung in der Öffentlichkeit wurde vollständig verboten und die Klöster und Tempel für den öffentlichen Gebrauch umgenutzt, nachdem man sie geplündert hatte. Selbst das Überreichen der traditionellen Glücksschleifen, *Khatak*, wurde untersagt. Die Chinesen wollten die kulturelle Identität des tibetischen Volkes endgültig auslöschen.

Im Jahr 1970 – Tendöls Bruder, der im Kindesalter vom Dalai Lama als Reinkarnation des 5. Khado Rinpoches anerkannt wurde, befindet sich bereits in Isolationshaft – wird auch Tendöls Mutter vor ihren Augen verhaftet und später wegen ak-

tiver Konterrevolution und Sabotage zu zehn Jahren Gefängnis verurteilt. Zu jener Zeit werden unzählige Gefangene hingerichtet und ihre Leichen hinter den Gefängnissen verscharrt. Tendöl ist sehr besorgt, dass es auch ihre Mutter oder ihren Bruder treffen könnte. Wenn immer ein Lastwagen durch die Strassen fährt, um die Gefangenen vor ihrer Hinrichtung der Bevölkerung vorzuführen, rennt Tendöl aus dem Haus und schaut, ob ihre Familienmitglieder sich auf der Ladefläche der Lastwagen befinden. Tendöl, die in ihrer Kindheit zahlreichen Hinrichtungen beiwohnen musste, träumt in ihrer kindlichen Vorstellung davon, später einmal Baggerführerin zu werden, um die Massengräber aufzudecken und der Welt zu zeigen, was die Chinesen in Tibet angerichtet haben. Heute muss sie konsterniert feststellen, dass diese Gräueltaten niemanden mehr interessieren. Mit zwölf Jahren darf Tendöl endlich in die Schule gehen, aber bereits nach zwei Jahren kann sie den Unterricht nicht mehr besuchen und wird ins Strassenbaulager nach Kongpo geschickt. Schliesslich darf sie nach vielen Jahren der harten Arbeit nach Lhasa zurückkehren und eine Automechanikerlehre beginnen. Tendöl schöpft Hoffnung, dass nun alles besser wird. Ihre Mutter ist inzwischen wieder frei und die chinesische Tibet-Politik unternimmt nach Maos Tod gegen Ende der siebziger Jahre eine neue Wende. Der neue Generalsekretär der kommunistischen Partei prangert die von den Chinesen begangenen Fehler offen an. Allmählich wird in den Schulen wieder Tibetisch unterrichtet und tibetische Musik darf wieder gehört werden. Viele Chinesen gehen nach China zurück. Zwar endet die Kulturrevolution mit dem Tod Maos, doch deren Folgen sind nach wie vor spürbar. Immer wieder wird Tendöl von Flashbacks eingeholt und sie berichtet von tief verwurzelten Ängsten, die für andere nur schwer nachvollziehbar sind. Doch der unerschütterliche Glaube an den Dalai Lama und den Buddhismus gab ihr bereits früher und gibt ihr auch heute noch die nötige Kraft, schwere Stunden zu überstehen.

Quellen auf gstf.org

* Das Gespräch wurde am 22. Februar 2019 in Bern durchgeführt.

ZUR PERSON

Tendöl Namling wird zur Zeit des tibetischen Volksaufstands im März 1959 in Lhasa geboren. Die ersten 22 Jahre ihres Lebens verbringt sie unter chinesischer Herrschaft in Tibet. Nach ihrer Flucht aus Tibet lässt sie sich in der Schweiz nieder. Heute führt sie in der Berner Altstadt die Lhasa Boutique und lebt mit ihrer Familie in der Nähe von Bern.

Ihr grosser Wunsch war es, ihre schmerzvolle Kindheit in Buchform festzuhalten, damit die Geschichte Tibets und die Gräueltaten, welche das tibetische Volk aufgrund der bis heute anhaltenden Besetzung durch China erleiden mussten, nicht in Vergessenheit geraten. Anlässlich des 60. Gedenktages des tibetischen Volksaufstands hat die Journalistin Thérèse Obrecht Hodler in «Eine Kindheit in Tibet» Tendöls Memoiren niedergeschrieben und veröffentlicht.

Tendöl (Mitte) mit ihrer Schwester und Cousine in Lhasa (aus: Eine Kindheit in Tibet, 2019, Thérèse Obrecht Hodler).



Die Chinesen sagten: «Wir helfen euch und gehen dann wieder zurück.»

Lama Tenzin Jottotshang war 17 Jahre alt, als 1959 Seine Heiligkeit der Dalai Lama nach Indien flüchtete. Lama Tenzin und über 80'000 Tibeter wurden damals ebenfalls zur Flucht gezwungen und gelangten auf beschwerlichstem Weg über Südtibet nach Indien. Er kämpfte mit Hunger, Kälte, dem Verlust seiner Heimat. Und doch hatte er immer wieder Glück, wie er in seinem Rückblick auf 60 Jahre Exil berichtet. «Gutes Karma», meint er dazu.

Gerda Bieber

tibetfocus - Wie war für Sie die Zeit um 1949 herum, als sich die Chinesen in Tibet immer mehr einmischten?

Lama Tenzin Jottotshang – Vom 5. bis zu meinem 10. Lebensjahr ging ich in die Grundschule in Lhasa und trat dann ins Kloster Sera ein, wo ich mich bis zu meiner Flucht sieben Jahre dem Dharma-Studium und dem Studium der Philosophie, Psychologie und Logik widmete.

Mein Vater war Kaufmann und hatte ein Geschäft in Lhasa. Er starb jedoch, als ich sieben Jahre alt war. Meine Mutter heiratete wieder.

Zu jener Zeit waren schon viele Chinesen in Tibet. Sie versprachen, sie würden uns helfen und dann wieder zurückgehen. Sie liessen Strassen bauen, damit sie Nahrungsmittel, Waffen etc. aus China einführen konnten.

Die Tibeter stellten Ziegelsteine her und waren im Strassen- und Häuserbau tätig. Sie wurden von den Chinesen am Anfang sehr gut dafür bezahlt. Was die Chinesen auch noch machten: Sie kauften für gutes Geld die bedeutendsten Wohnungen um den Jokhang herum auf. Bis dann der Krieg ausbrach, war vieles in chinesischer Hand.

Wie lange waren die Tibeter froh um Chinas Hilfe?

Fast fünf Jahre lang ging das gut. Ihr Versprechen, dass sie wieder zurückgehen würden, hielten sie jedoch nicht. Sie übten immer mehr Macht aus und fragten nicht mehr, sondern wirkten, ohne die tibetische Regierung zu fragen. Vor allem in Osttibet nahm die Unterdrückung zu, als 1949 die Volksbefreiungsarmee Chinas in die tibetische Ostprovinz einmarschierte. Daraufhin kamen viele Männer aus Amdo und Kham nach Lhasa, um einen Plan für ihre Verteidigung zu schmieden.

Wie haben sich die Tibeter auf die Verteidigung vorbereitet?

Das war schwierig, weil die Chinesen nichts davon wissen durften. China hatte damals – ich war inzwischen etwa 15 Jahre alt – bereits grosse Macht über Tibet. Die tibetische Regierung hatte nicht mehr viel zu sagen. Nur einigen wenigen Regierungsmitgliedern konnten wir vertrauen, wie zum Beispiel Herrn Thubten Oeden Phalha, der die Flucht Seiner Heiligkeit des Dalai Lama organisierte und später auch im Tösstal wohnte.

Die Vorbereitung war auch so, dass einige reiche Khampas beschlossen, eine Langlebens-Zeremonie für den Dalai Lama durchzuführen und ihm einen goldenen Thron darzubieten. Sie reisten durch das Land um Spenden zu sammeln. Dies hatte

aber auch den Zweck, Unterstützung für den Widerstand zu bekommen. Danach wurde in Südtibet eine Zentrale der Widerstandsbewegung Chuchi Gangdrug gebildet.

Wie wirkte sich die Anwesenheit der Chinesen aus?

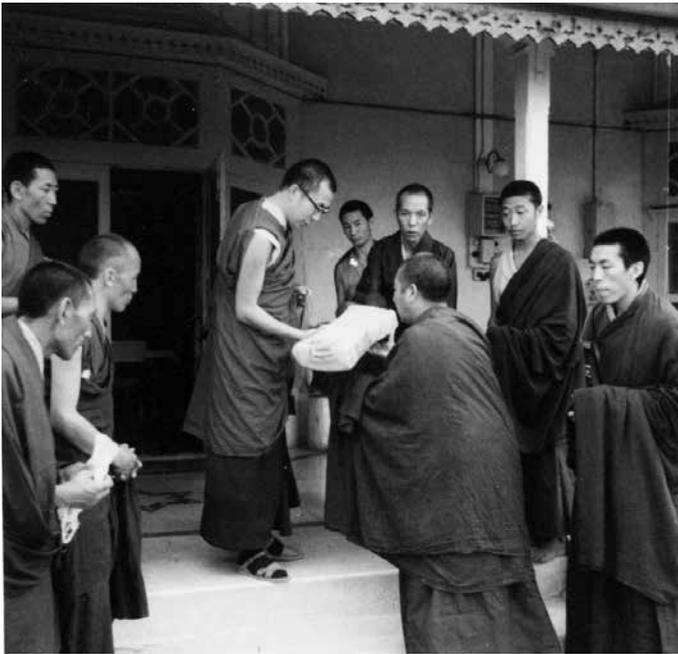
Als Seine Heiligkeit der Dalai Lama im Winter 1958 die Geshe-Prüfung im Jokhang-Tempel ablegte, kamen Tausende von Mönchen in die Hauptstadt. Etwa 6000 aus dem Kloster Drepung, 3000 aus Ganden und 5000 aus Sera. Alle wollten der Geshe-Prüfung Seiner Heiligkeit beiwohnen. Natürlich auch ich. Wir alle hatten aber grosse Angst. Auf den Dächern der Wohnungen rund um den Jokhang, die von den Chinesen übernommen worden waren, platzierten sich die chinesischen Soldaten hinter ihren Sandsäcken mit Gewehren im Anschlag. In dieser Kulisse musste Seine Heiligkeit die Geshe-Prüfung ablegen. Das war sehr beängstigend. Und vermehrt hörten wir Berichte über die zunehmende Gewalt gegen die tibetische Bevölkerung.

Dann eskalierte die Situation ja bald?

Ich wohnte im Kloster Sera. Meine Klasse war während eines Monats mit Debattieren und Gebeten beschäftigt. Genau zu dieser Zeit, als wir nachts am Debattieren waren, sahen wir morgens um zwei Uhr Lichter in Lhasa. Ein dumpfer Knall, grünes Licht, rotes Licht ... Wir eilten aufs Dach um zu sehen, was los war. In der Dunkelheit sahen wir nur die Lichter der Geschosse. Als der Morgen anbrach, sahen wir die Kanonen, den Rauch und die Asche. Wir hatten Angst, dass der Potala-Palast zerstört sei, weil wir ihn vor lauter Rauch nicht sahen. Wir warteten bis es heller wurde und sahen mit Erleichterung, dass der Wohnsitz des Dalai Lama noch ganz war.

Dann hörten wir hinter dem Berg unseres Klosters ebenfalls dieses dumpfe Donnern der Kanonen, das immer näher kam. Wir waren nicht sicher, was dies bedeutete. Immer wieder hörten wir diese dumpfen Töne.

Als der Morgen anbrach, sahen wir die Kanonen, den Rauch und die Asche. Wir hatten Angst, dass der Potala-Palast zerstört sei, weil wir ihn vor lauter Rauch nicht sahen.



Lama Tenzin Jottotshang (2. von rechts) und die vier mit ihm reisenden Mönche erhalten von Seiner Heiligkeit dem Dalai Lama Anweisungen für ihre Aufgabe in der Schweiz.

Wurde auch Ihr Kloster getroffen?

Ja, an jenem Abend, das dürfte etwa der 20. März gewesen sein, wurde auch unser Kloster bombardiert. Einige Mönche wurden verletzt. Ich rief meinem Lehrer zu: «Wir sollten aus dem Kloster raus und uns in eine Höhle flüchten. Wenn es ruhiger wird, kommen wir zurück.» Mein Lehrer wollte nicht weggehen und meinte, er sei zu alt dafür und ihm geschehe nichts. Ich solle aber gehen. Er gab mir Geld mit und ich verliess das Kloster zusammen mit zwei älteren Mönchen, die sich aber bald entschieden wieder zurückzukehren.

Plötzlich waren viele Menschen auf der Flucht. Es bildeten sich Gruppen, die sich gemeinsam auf den Weg machten, meist ohne Geld, ohne Plan.

Und was war mit ihrer Familie?

Wir harrten einige Zeit in einer Höhle aus und ich überlegte mir, ob ich zurückgehen solle, weil meine Mutter und mein alter Lehrer noch in Lhasa waren. Das war aber zu gefährlich. Schliesslich machte ich mich wie Tausende meiner Landsleute auf den beschwerlichen Weg über Südtibet nach Indien. Ich musste alles zurücklassen. Meine Mutter, meinen Lehrer ... Sie ist inzwischen gestorben und ich habe sie nach meiner Flucht nie mehr gesehen.

Wie haben Sie die Flucht erlebt?

Wir waren mehrere Monate unterwegs. In Südtibet war es sehr schwierig, weil dort viele Chinesen stationiert waren. Wir mussten deshalb sehr vorsichtiger sein und schnell vorwärts kommen. Eines Nachts benutzte ich meine Stiefel als Schlafkissen. Diese waren am Morgen völlig gefroren, sodass ich nur mit Socken an den Füßen weiterlaufen musste. Unterwegs schenkte mir ein Mönch ein Paar Stiefel, die mir aber zu gross waren. Kurz vor Samye konnte ich kaum mehr laufen, weil meine Beine offene Wunden hatten. Wieder hatte ich Glück: Jemand war auf einem Pferd unterwegs und nahm mich mit. Es gab immer wieder gute Geister, die für mich sorgten.

Was erwartete Sie in Indien?

Vom kalten Tibet kamen wir in das heisse Indien. Es war Monsun und alles war voller Blutegel. Als ich eines Morgens erwachte, hatten sich diese Tierchen überall an meinem Körper festgesaugt. Wir übernachteten ja meistens unter offenem Himmel. Diese Begrüssung war nicht sehr angenehm, aber wir waren in Sicherheit.

Die indische Regierung schickte uns ins tibetische Flüchtlingslager in Masumari/Assam, wo etwa 5000 Mönche und 7000 Laien wohnten.

Konnten Sie Ihr Dharma-Studium weiterführen?

Seine Heiligkeit der Dalai Lama wollte, dass 1500 Mönche in Indien bleiben um ihr Dharma-Studium fortsetzen zu können und bat den indischen Präsidenten Nehru um Erlaubnis. Dieser willigte ein. Ich war einer der 1500 Mönche, die bleiben und ihr Studium in Baksha Chö Gahr fortsetzen und beenden konnten. Wieder hatte ich grosses Glück! Die anderen Mönche mussten im Strassenbau arbeiten.

War Baksha Chö Ghar ein Kloster?

Nein, das Gebäude war während der Kolonialzeit ein Gefängnis. Ein schwieriger Ort an einem steilen Hang, mit Gitterstäben an den Fenstern, zu wenig Platz. Es war auch sehr heiss. Wir waren uns das nicht gewohnt. Viele wurden krank und starben an Lungenerkrankungen. Auch hatten wir mit der Zeit schlechtes Essen, alte Lebensmittel. Da wir nichts anderes hatten, mussten wir eben auch Ungeniessbares essen.

Die Idee war eigentlich, dass die Mönche wieder nach Tibet zurückkehren würden, sobald es wieder frei wäre. Dazu ist es bis heute nicht gekommen.

Wie sind Sie schlussendlich in die Schweiz gekommen?

Der erste Abt des Klosters Rikon war Geshe Ugen Tseten Rinpoche. Auch er lebte nach seiner Flucht in Baskhu und war mein Lehrer. Als vor 50 Jahren der Entschluss gefasst wurde, in Rikon ein tibetisches Kloster zu bauen, wurden fünf Mönche auserwählt, in die Schweiz zu gehen. Ich war einer von ihnen. Wieder hatte ich grosses Glück. Ich reiste mit Geshe Ugen Tseten Rinpoche nach Dharamsala zu seiner Heiligkeit, wo auch die weiteren Mönche eintrafen. Der Dalai Lama gab uns Anweisungen für die Aufgaben, die uns in der Schweiz erwarten würden.

Dort beginnt dann eine andere Geschichte, die des Tibet-Institutes Rikon.

Wie geht es Ihnen heute?

Mir geht es gut und ich lebe nach wie vor nach einer der Anweisungen Seiner Heiligkeit dem Dalai Lama, für alle ein gutes Vorbild zu sein. Die Menschen sehen mich als fröhlichen Menschen, der zufrieden ist. Das ist so. Aber wenn man die Geschichten von all den tibetischen Flüchtlingen hört, welche traumatische Erlebnisse sie unter der chinesischen Herrschaft erleben mussten, macht mich das sehr traurig.

Als vor 50 Jahren der Entschluss gefasst wurde, in Rikon ein tibetisches Kloster zu bauen, wurden zehn Mönche auserwählt, in die Schweiz zu gehen. Ich war unter diesen zehn auserwählten Mönchen.

Adieu Ngodup Dorjee la

Ngodup Dorjee war seit 2014 Repräsentant seiner Heiligkeit des Dalai Lama für Mittel- und Osteuropa und trug die Gesamtverantwortung für das Tibet Bureau in Genf. Anfang März übergab er das Amt seinem Nachfolger Chhimey Rigzin.

Gerda Bieber

tibetfocus: Können Sie kurz beschreiben, was Ihre Aufgabe als Repräsentant Seiner Heiligkeit dem Dalai Lama beinhaltete?

Ngodup Dorjee: Als Vertreter Seiner Heiligkeit des Dalai Lama war eine meiner Hauptaufgaben die Koordination der Besuche Seiner Heiligkeit in Ländern Mittel- und Osteuropas. Ich stellte sicher, dass die Besuche nach den Richtlinien und Anweisungen des privaten Büros Seiner Heiligkeit des Dalai Lama organisiert wurden.

Darüber hinaus bestand meine Aufgabe als Leiter des Tibet-Büros in Genf darin, ein besseres Verständnis der Situation in Tibet zu vermitteln und die Öffentlichkeit für den gewaltfreien Kampf des tibetischen Volkes zu sensibilisieren.

Was war Ihr eindrücklichstes Erlebnis?

Meine eindrücklichste Erfahrung während meines Dienstes war, dass das Tibet Bureau den Besuch Seiner Heiligkeit viermal erfolgreich koordinierte.

Zudem gab es einige positive Veränderungen in der tibetischen Gemeinschaft, um die Erhaltung und Förderung der tibetischen Kultur, Religion und Sprache zu stärken.

Und drittens in der Lage zu sein, den Ansatz des Mittleren Weges verschiedenen Regierungen, Parlamenten, der UNO und der internationalen Gemeinschaft zu vermitteln, um mehr Unterstützung für die Tibet-Frage zu erhalten.

Haben Sie eine Strategie, wie Sie persönlich mit Chinas konsequent repressiver Politik umgehen?

Die chinesische Regierung setzt ihre aggressiven Gegenmassnahmen fort, wie der Start der Kampagne «Strike Hard Campaign against violent Terrorism» Anfang 2018 zeigt. Die Kampagne zielt in erster Linie auf jeden Aspekt der tibetischen Identität ab, die das Potenzial hat, eine starke ethnische Identität zu fördern, die zu Instabilität führt. Trotz all dieser gross angelegten aggressiven Kampagnen seit vielen Jahren führt die chinesische Regierung einen verlorenen Kampf. Heutzutage gibt es einen neuen Enthusiasmus für die Praxis und das Studium des Buddhismus und eine Einheit unter Tibetern, wie sie die tibetische Geschichte noch nie zuvor gekannt hat – eine positive Veränderung, die niemand hätte vorhersehen können.

Diese Bewegung hat die traditionelle Grenze des religiösen Studiums, das sich auf die Klöster beschränkte, überschritten und die Laien mit erstaunlichem Einfluss erreicht. Diese neue Bewegung ist für die chinesische Führung ein Grund zur Sorge.

Was geben Sie der internationalen Gemeinschaft mit auf den Weg, wie sie etwas zu einer besseren und glücklicheren Welt beitragen kann?

Unsere ständigen Bemühungen, Regierungen, Parlamentariern, internationalen Institutionen und NGOs die Situation in Tibet nahezubringen, können zu einer besseren und glücklicheren Welt beitragen. Wenn die Tibet-Frage auf gewaltfreie Weise gelöst

wird, wird dies für den Rest der Welt einen neuen Rekord darstellen, dass Streitigkeiten durch Dialog und Gewaltlosigkeit gelöst werden können, was sicherlich zu einer besseren und glücklicheren Welt im 21. Jahrhundert führt.

Sie sind Mitglied der GSTF. Welchen Eindruck haben Sie von den Aufgaben der NGOs, im Speziellen der GSTF?

Die GSTF hat eine wichtige Rolle bei der Stärkung der Integration des tibetischen Volkes in den Hauptstrom der Schweizer Gemeinschaft gespielt und auch eine wichtige Aufgabe bei der Koordination von Treffen zwischen Mitgliedern des Schweizer Parlaments in der Tibetfrage übernommen. Die GSTF hat sich stets besorgt über die Menschenrechtssituation in Tibet geäussert. Bei all der grossartigen Arbeit, die sie leistet, bin ich stolz darauf, Mitglied der GSTF zu sein.

Wie gestalten Sie Ihr Leben nach dem Amt als Repräsentant Seiner Heiligkeit in Europa?

Ich freue mich sehr darauf, etwas Zeit mit meiner bereits älteren Mutter und all meinen Freunden und Verwandten in Indien zu verbringen. Doch egal, wo ich sein werde oder wohin ich gehe, ich werde mich weiterhin für die Sache Tibets einsetzen.

Wir danken Ihnen von Herzen für alle Ihre Einsätze für die Sache Tibets und wünschen Ihnen alles Gute und ein glückliches langes Leben!



Engagiert für die Sans-Papiers-Gemeinschaft

Jens Burow

tibetfocus – Nangsel la, möchtest du dich den Lesern kurz vorstellen?

Tenzin Nangsel Wangkhang – Mein Name ist Tenzin Nangsel Wangkhang, ich bin seit vier Jahren in der Schweiz. Seit etwa einem halben Jahr bin ich aktives Mitglied im Vorstand der Tibetischen Sans-Papiers-Gemeinschaft Schweiz.

Was motiviert dich, für die Tibetische Sans-Papiers-Gemeinschaft Schweiz und das Patenschaftsprojekt zu arbeiten?

Im Songtsen-House in Zürich werden seit rund einem Jahr Workshops für tibetische Sans-Papiers organisiert. Dort habe ich zum ersten Mal viele andere Tibeter in meiner Situation kennen gelernt. Und auch einige Personen, die sich engagiert für uns einsetzen. Ein Tibeter ist an diesen Tagen jeweils früh aufgestanden, um für alle Teilnehmer das Frühstück vorzubereiten. Das hat mich beeindruckt und motiviert, mich ebenso für die Sache einzusetzen, nachdem ich angefragt wurde, aktiv mitzuarbeiten. Wir sind wie eine grosse Familie.

Viele haben vorher wenig konkrete Informationen gehabt, wie es mit uns weitergeht und was die Anforderungen für ein Härtefallgesuch sind, welches wir nach fünfjährigem Aufenthalt in der Schweiz stellen können.

Ich bin nun recht aktiv geworden, nehme an Sitzungen in verschiedenen Schweizer Städten teil, helfe Workshops organisieren und koordiniere weitere Aktivitäten. Das ist manchmal

Ich habe erkannt, dass eine Patenschaft entscheidende Impulse für die Integration geben kann.

anstrengend, weil ich auch weiter einen Deutschkurs belege, aber ich bin froh, mit anderen etwas bewegen zu können.

Was kann ein Pate beitragen, damit ein abgelehnter tibetischer Asylbewerber sich besser integrieren kann?

Ich habe erkannt, dass eine Patenschaft entscheidende Impulse für die Integration geben kann. Viele leben weitgehend in der tibetischen Gemeinschaft und der erste Schritt ist sehr schwierig. Das weiss ich aus eigener Erfahrung. Da kann ein Pate als Vertrauensperson viel bewirken.

Paten können uns unterstützen, Land und Leute kennen zu lernen, unsere Sprachkenntnisse zu verbessern und die schweizerische Kultur zu verstehen. Sie sind auch Türöffner für weitere Chancen, indem sie uns unterstützen und Zukunftsperspektiven mit uns erarbeiten.

Du arbeitest ja nicht nur im Projekt mit, sondern hast auch einen Paten bekommen: Was sind deine persönlichen Erfahrungen mit der Patenschaft?

Ich habe nur gute Erfahrungen gemacht, mein Pate ist mir gegenüber immer aus tiefstem Herzen hilfsbereit. Wir treffen uns alle zwei Wochen und tauschen uns dann häufig über unsere verschiedenen Kulturen aus. Aber es geht auch darüber hinaus: Ich habe mit ihm kürzlich meine beruflichen Ziele besprochen. Ich will gerne später einmal in der Pflege arbeiten. Für eine Ausbildung muss ich dann eine Multicheck-Prüfung ablegen, die mir schwierig schien. Beim nächsten Treffen kam er bereits mit einem Buch, um mit mir zu üben. Gemeinsam legen wir jeweils fest, was wir beim nächsten Treffen machen wollen. Es ist schön, einer Person voll vertrauen zu können und jede Frage stellen zu dürfen. Seine Frau habe ich bereits kennen gelernt. Demnächst werde ich auch seinen Freundeskreis treffen.

Was könnte aus deiner Sicht sonst für die tibetischen Sans-Papiers getan werden?

Grundsätzlich haben wir es im Raum Zürich gut getroffen. Hier gibt es viele Angebote wie Deutschkurse und andere Integrationsprogramme. Ich möchte jeden Sans-Papiers motivieren, sein Bestes zu geben und seine Chancen beim Härtefallgesuch wahrzunehmen. Die Arbeit, Deutsch zu lernen, sich gut zu integrieren sowie eine berufliche Basis zu schaffen, kann uns natürlich niemand abnehmen. Alle vorhandenen Angebote helfen uns bei der Bewältigung dieser Aufgabe.

In anderen Kantonen und in den ländlicheren Regionen ist die Situation oft viel schwieriger. Daher planen wir ein Benefiz-Konzert in Zürich; dieses soll Workshops auch anderenorts ermöglichen und vielen den Weg zeigen, wie sie sich aktiv für ihre Ziele einsetzen können.



Jens Burow und Tenzin Nangsel Wangkhang



Das erste Patenschaftstreffen im November 2018 im Songtsen-House in Zürich

AUFRUF

Wir suchen weiterhin nach Freiwilligen und regionalen Koordinatoren.

Wenn Sie am kulturellen Austausch interessiert sind und einen Beitrag für die Integration tibetischer Flüchtlinge leisten möchten, freuen wir uns auf Ihre Teilnah-

me an unserem Patenschaftsprogramm. Zurzeit ist die Zahl der Tibeterinnen und Tibeter, die eine Patenschaft wünschen, grösser als die Zahl der Freiwilligen. Wir sind der Überzeugung, dass der Kontakt für beide Seiten eine bereichernde Erfahrung sein wird.

Wir suchen ausserdem in einigen Sektionen noch regionale Koordinatoren.

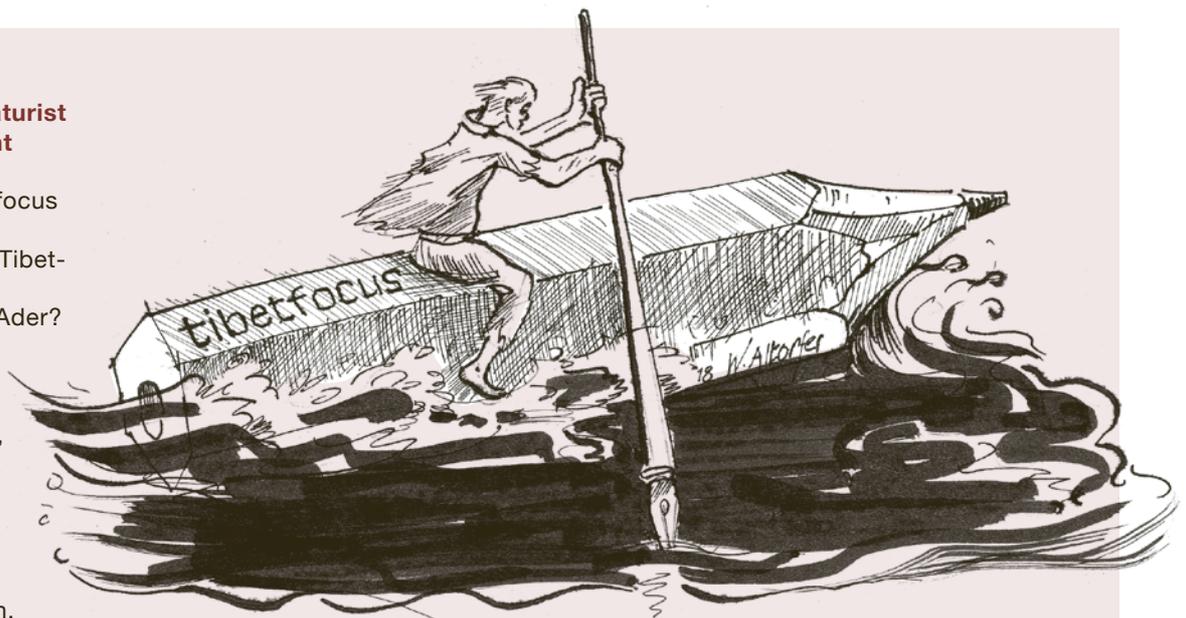
Wenn Sie an einer Patenschaft interessiert sind, nehmen Sie bitte mit José Amrein-Murer Kontakt auf, lamtoen@gstf.org, Tel. 079 582 43 21.

Karikaturistin, Karikaturist für tibetfocus gesucht

Möchten Sie das tibetfocus mit Ihren Zeichnungen schmücken? Sind Sie Tibetinteressiert und haben eine politische Ader?

Dann melden Sie sich bitte bei Gerda Bieber, medien@gstf.org.

Wir freuen uns, Sie in einem aufgestellten Redaktionsteam willkommen zu heissen.



Eine Antwort auf das Buch «Tibetische Kinder für Schweizer Familien»

Heidi Martig

An die beiden Verfasserinnen Sabine Bitterli und Nathalie Nad-Abonji:

Zu allererst muss ich gestehen: Ich bin absolut nicht neutral in dieser Angelegenheit. Wir haben zu unseren drei leiblichen Kindern zwei Tibeterkinder adoptiert. Die beiden sind auf verschiedenen Wegen, zu verschiedenen Zeiten zu uns gekommen. Der Sohn war fünf, die Tochter zwölf Jahre alt, und sie haben unsere Familie sehr bereichert. Wir sind Herrn Aeschmann, Herrn Wollenberger, dem Dalai Lama, aber auch den Behörden sehr dankbar, dass so viel Spontaneität in unserem Land möglich war.

Dass bei einer solchen «Aktion» auch Fehler passieren können, wer wollte das verneinen.

Unser Sohn hat übrigens seine leiblichen Eltern noch, und wir haben einen guten Kontakt mit ihnen. Ihr fünfwöchiger Aufenthalt in der Schweiz war ein wunderschönes Erlebnis für uns alle. Die Tochter jedoch hat keine Angehörigen.

Der kleine Knabe hat sich sehr schnell eingelebt und sich gut mit den Geschwistern verstanden. Die Tochter hingegen

hatte eine sehr schwierige Zeit hinter sich und brauchte deshalb mehr Zeit, um richtig «anzukommen».

Wie wichtig die Adoption für beide war, merkten wir erst, als es um diejenige der Tochter ging. Das neue Gesetz erlaubte diese schon nach zwei Jahren, auch wenn man eigene Kinder hat. Der Sohn empfahl uns, diese so schnell wie möglich zu beantragen, er habe sich erst danach ganz sicher gefühlt, dass er wirklich zu uns gehöre. Für uns ein «Aha-Erlebnis»! Bestätigt wurde es auch durch die Tochter, deren erste Reaktion war: «Chönd er mi jetzt würkli nüme furtschicke?»

Heute sind beide in der Tibeter-Jugend, produzieren «Momos» für deren Anlässe und helfen, wo es nötig ist, oft unterstützt von ihren eigenen Kindern.

Wir fragen uns oft, ob wir einfach nur ein Riesenglück gehabt haben und immer noch haben.



Legate und Schenkungen

Temba Tharshing

Im und über das Leben hinaus Gutes tun!

Wenn Sie die GSTF mit einer Schenkung zu Lebzeiten oder mit einem Legat in Ihrem Testament berücksichtigen, helfen Sie uns, Ihre und unsere Vision von einer gerechten Lösung der Tibetfrage zu verwirklichen.

Für welche Form Sie sich auch entscheiden, mit Ihrem Beitrag unterstützen Sie die Arbeit der GSTF nachhaltig und insbesondere bei folgenden Aktivitäten

- Vierteljährliche Publikation von tibetfocus: Jeweils im März, Juni, September und Dezember erscheint die einzige schweizerisch-tibetische Zeitschrift, welche unsere Leserinnen und Leser mit interessanten Schwerpunktthemen rund um Tibet und über aktuelle Anlässe informiert.
- Unterstützung bei der Organisation und Planung von politischen Aktionen und Kulturveranstaltungen der Tibeter Gemeinschaft, z.B. jeweils am 10. März zum Gedenken an den Volksaufstand in Tibet und am 10. Dezember, dem Tag der Menschenrechte.
- Lobbyarbeit im Bundeshaus für Tibet: Intensive Zusammenarbeit mit den Parlamentarierinnen und Parlamentariern der Parlamentarischen Gruppe für Tibet, bestehend aus rund 35 Mitgliedern. Die GSTF unterstützt die Parlamentarische Gruppe für Tibet beim Organisieren von Anlässen, Schreiben von An-

trägen, Fragestellungen an den Bundesrat und besonders auch in der Betreuung und Kontaktpflege mit Politikerinnen und Politikern.

- Über unser Ressort Lamtön arbeiten wir eng mit den Vertreterinnen und Vertretern der Partner-Organisationen VTJE, TFOS, TGSL und den Sans-Papiers-Organisationen zusammen, um an Lösungen für Asylprobleme mitzuarbeiten. Wir engagieren uns z.B. im Patenschaftsnetzwerk für abgewiesene Flüchtlinge und bei der Koordination der Durchführung von Deutschkursen, Integrationshilfen usw.
- Um den Erhalt und die Pflege der tibetischen Kultur zu fördern, verleihen wir regelmässig den tibetfocus-Kulturpreis. Dabei werden Tibeterinnen und Tibeter in Europa dazu ermuntert, einen kreativen und originellen Beitrag mit Bezug zur Heimat Tibet und seiner Kultur einzusenden. Die Prämierung der eingereichten Beiträge findet durch ein neutrales Gremium statt.

Ihre Unterstützung zählt

Nur mit der finanziellen Unterstützung durch Legate und Schenkungen ist es möglich, uns in dieser Form mit unseren Aktivitäten und Projekten langfristig für die Sache Tibets einzusetzen.

Für weitere Informationen stellen wir Ihnen gerne unserer Broschüre zum Thema Legate und Schenkungen zu, welche Sie unter buero@gstf.org bestellen können.

Wir danken Ihnen für Ihr Vertrauen und Ihre Unterstützung!

Die GSTF kehrt den Spiess um: Blicke auf 60 Jahre Exil-Tibet in der Schweiz

«Losar Tashi Delek» zum Erde-Schwein Jahr! Es ist ein besonderes Jahr für das tibetische Volk: 60 Jahre durch die aggressive Grossmacht China unterdrückt und für viele Tibeter/-innen fern der Heimat und von Verwandten, im Exil zu leben gezwungen.

Thomas Büchli, Präsident GSTF

2018 und nun auch noch anfangs 2019 organisieren viele Tibeter-Gemeinschaften regional berührende «Merci Schwiiz»-Veranstaltungen, um so ihre Dankbarkeit der Schweizer Bevölkerung gegenüber auszudrücken für die Aufnahme der tibetischen Menschen, die ihre Heimat Tibet vor 60 Jahren wegen der brutalen Besetzung Tibets durch die chinesische kommunistische Armee verlassen mussten.

Damals und für einige Jahrzehnte war die Schweizer Sicht auf Tibet und seine Unterdrückung durch China klar: China hatte als Aggressor Tibet unrechtmässig besetzt und so Seine Heiligkeit den 14. Dalai Lama und mit ihm viele Tibeterinnen und Tibeter durch das brutale Vorgehen zur Flucht gezwungen. Es war somit für die Schweizer Bevölkerung und Regierung klar: Die tibetischen Flüchtlinge wurden hier mit offenen Armen empfangen und erhielten ohne Umschweife einen Flüchtlingsstatus zugesprochen.

Legislaturen und Bundesratsgenerationen, China-Lobpreisungen und Freihandelsabkommen später, haben sich die Sicht auf China und damit die Beurteilung der immer noch aus Tibet in die Schweiz flüchtenden Asylsuchenden durch die eidgenössische Regierung dramatisch geändert: Mit allen Mitteln will der Bundesrat China gefallen – es sollen ja keine winkenden lukrativen Geschäfte beeinträchtigt werden. Dazu stempelt die Behörden-Schweiz heute Tibeterinnen und Tibeter sogar zu «Chinesinnen und Chinesen».

Was für eine unsägliche Verbiegung als Kotau vor dem Chef der Kommunistischen Partei Chinas, Xi Jinping! Wer sich Bilder unserer damaligen Bundespräsi-

dentin Leuthard und BR Schneider-Amann vis-à-vis des chinesischen Diktators ansieht, hat nicht das Gefühl, Repräsentanten einer der ältesten Demokratien der Welt vor sich zu sehen: Begeistertes Winken und ehrfürchtiges Einknicken face-to-face mit einem der brutalsten Herrscher der heutigen Welt.

Tatsächlich ist natürlich die Dankbarkeit der exiltibetischen Gemeinschaft ihren Gastgebern gegenüber verständlich und auch sehr aufrichtig gemeint.

Ich möchte aber mal den Focus um 180 Grad drehen und an dieser Stelle nun meine persönliche Geschichte einflechten: Mit 14 Jahren, als strammer Brugger Kadett (Kindersoldat!) hat mich eine ebenso junge tibetische Bruggerin Yangchen so lange bezirzt, bis mein etwas ländlich-unschuldiges Gemüt auf das im Jahr 1970 doch sehr exotische Mädchen aufmerksam wurde und mein Herz dann so nachhaltig geöffnet wurde, dass die Liebe für die nächsten 5 Jahrzehnte entfacht war.

Die Lehrfrage aus dieser persönlichen Geschichte: Wer soll nun wem dankbar sein für das Zusammentreffen und wer hat wem wie viel gebracht?

So sehe ich das auch in einem grösseren Kontext zwischen uns und den Tibeterinnen und Tibetern, die mit einem reichen kulturellen Schatz, grosse Strapazen auf sich nehmend, den Himalaya überquerten, in Nepal oder Indien angekommen, von diesen Ländern Flüchtlingscamps zugewiesen bekamen und dann zu grossen Teilen weiterzogen in alle Herren Länder. Mitgebracht haben sie jedoch überall hin ihren Schatz aus der Heimat Tibet. Am meisten hat sicher Seine Heiligkeit der Dalai Lama mit seinem weltweiten Wirken in buddhistisch-religiösen, ethischen und gewaltlosen Aktivitäten aus diesem Kulturschatz in philosophisches aber auch politisches Denken eingebracht. Seine weltweite Popularität hilft seit den ganzen Jahrzehnten des tibetischen Exil-Daseins dem tibetischen Volk, auch fern der Heimat ein solides Fundament zu verspüren. Aber auch dem in der Heimat zurückgebliebenen Teil des tibetischen Volkes geben die kräftigen



kulturellen Exil-Aktivitäten Halt und sind Quelle der Hoffnung für ein in der Zukunft freies Tibet.

Und so können auch wir Nichttibeter von den tibetischen Kulturgütern profitieren, die in Veranstaltungen wie heute lebendig präsentiert werden. Wir können z.B. unsere Gesundheit durch tibetische Medizin unterstützen lassen, in Museen dürfen wir wertvolle tibetische Ritualgegenstände, Statuen, Thangkas bewundern. Wenn wir kulinarisch «Tibet» erfahren möchten, so können wir heute in vielen Restaurants und an jedem Street Food Event leckere Momos geniessen. Achtsamkeit ist sogar im modernen Management zu einem beliebten Begriff geworden: Wer buddhistische Meditation lernt, weiss jedoch, woher das Achtsamkeits-Training eigentlich stammt.

Die GSTF hat dieses Jahr die 60 Jahre Exil-Tibet zum Anlass genommen, um über das Jahr verteilt solche tibetischen Kulturaspekte in den Focus zu stellen. Wir finden, dass wir Nichttibeter mindestens so viel Grund haben Danke zu sagen, wie unsere tibetischen Freunde. Also:

«Ngye Boed dang Boedmi yong la nying thakpa ne thukche che shughi yoe»

Mitgebracht haben sie jedoch überall hin ihren Schatz aus der Heimat Tibet.

Lancement du groupe vaudois de la SAST lors du LOSAR

*France Manghardt, Rosette Poletti et
Tenzin Wangmo, responsables
des sous-groupes Lausanne et Yverdon
du groupe vaudois*

Le 16 février dernier à Lausanne, la communauté tibétaine invitait les Vaudoises et les Vaudois à fêter le Nouvel An tibétain (LOSAR), comme elle le fait traditionnellement chaque année. Près de 250 personnes y assistèrent, majoritairement des Suissesses et des Suisses, manifestant ainsi clairement et de manière émouvante l'amitié de nos concitoyen-ne-s pour la cause tibétaine. De nombreuses Tibétaines et de nombreux Tibétains étaient bien sûr également présent-e-s, dont une réjouissante foule d'enfants et de jeunes gens, parlant leur langue et partageant avec le public leurs coutumes, leurs chants et leurs danses... avec une touche certaine de modernité, manifestant le côté évolutif et adaptatif de ces tradi-

tions, qui n'en restent pas moins authentiques.

La fête de cette année était toutefois particulière puisqu'elle a vu le lancement officiel du groupe local vaudois de la toute nouvelle section romande SAST. René Longet, coresponsable de la section romande, et Rosette Poletti, responsable du sous-groupe vaudois Yverdon, ont pris la parole pour expliquer le processus ayant mené à la création de la section romande, l'importance d'un engagement résolu et l'urgence de préserver l'héritage multiforme du Tibet.

Quelques membres se sont réunis avant les festivités pour planifier les actions à mener au cours de l'année 2019, inspirés par les événements proposés au plan national par la GSTF pour mettre en valeur l'apport des Tibétaines et Tibétains dans notre pays. Riche et varié allant de la cuisine (momos), à l'éducation (écoles tibétaines), en passant par la spi-

ritualité bouddhiste, les balades en yak à la montagne et la médecine.

Lors de cette soirée, une vingtaine de nouveaux membres se sont annoncé-e-s prêt-e-s à rejoindre l'équipe existante, ce qui nous réjouit beaucoup au sein du groupe vaudois et nous fait redoubler d'enthousiasme et d'énergie à nous engager en faveur du Tibet.

Lors de cette soirée, une vingtaine de nouveaux membres se sont annoncé-e-s prêt-e-s à rejoindre l'équipe existante, ce qui nous réjouit beaucoup.

Gründungsfeier der Regionalgruppe Waadt an Losar

*France Manghardt, Rosette Poletti und
Tenzin Wangmo – Verantwortliche
der Regionalgruppen Lausanne und Yverdon
innerhalb der Sektion Westschweiz*

Am 16. Februar lud die tibetische Gemeinschaft die Waadtländer nach Lausanne ein, um das tibetische Neujahrsfest (Losar) zu feiern, wie es traditionell jedes Jahr geschieht. Fast 250 Personen, vorwiegend Schweizerinnen und Schweizer, nahmen an dieser Veranstaltung teil und traten damit deutlich und auf bewegende Weise für die Freundschaft mit unseren tibetischen Mitbürgern und die Tibetfrage ein.

Natürlich waren auch viele Tibeter und Tibeterinnen anwesend, darunter eine erfreuliche Anzahl an Kindern und Jugendlichen, die ihre Sprache sprachen und mit den anderen Anwesenden ihre Bräuche, Lieder und Tänze teilten ... dies

auf durchaus moderne Weise, was den evolutionären und anpassungsfähigen Charakter ihrer Traditionen unterstreicht, die dabei dennoch nicht weniger authentisch bleiben.

Die diesjährige Feier war jedoch etwas ganz Besonderes, da damit auch gleichzeitig die offizielle Gründung der Regionalgruppe Waadt der ebenfalls noch jungen Sektion Westschweiz der GSTF gefeiert wurde. René Longet, Co-Leiter der Sektion Westschweiz, und Rosette Poletti, Leiterin der Regionalgruppe Yverdon, ergriffen das Wort, um den Prozess zu erläutern, der zur Gründung der Sektion Westschweiz führte, und um die Bedeutung eines starken Engagements und die dringende Notwendigkeit, das vielfältige Erbe Tibets zu bewahren, hervorzuheben.

Einige Mitglieder trafen sich im Vorfeld der Feierlichkeiten, um Aktionen für

das Jahr 2019 zu planen, inspiriert von den Veranstaltungen, die auf nationaler Ebene von der GSTF vorgeschlagen wurden, um das Engagement der Tibeter und Tibeterinnen in unserem Land hervorzuheben. Das Angebot ist dabei vielfältig und abwechslungsreich und reicht von kulinarischen Bräuchen (Momos) und Bildungsfragen (tibetische Schulen) über buddhistische Spiritualität und Yak-Wanderungen in den Bergen bis hin zu tibetischer Medizin.

An diesem Abend kündigten etwa zwanzig neue Mitglieder ihre Bereitschaft an, dem bestehenden Team beizutreten, was uns in der Waadtländer Gruppe sehr freut und unsere Begeisterung und Energie, uns für Tibet zu engagieren, geradezu verdoppelt.

Événement culturel à Genève en faveur de la SAST, section romande

C'est par les liens d'amitié tissés entre Tenzin Wangmo Frapolli, Jean Marie Borgeaud – peintre, sculpteur, céramiste – et son épouse, Claude Schaeppi-Borgeaud – pianiste – que nous avons organisé le 6 décembre dernier, grâce à ce couple d'artistes, un concert en faveur de la SAST, section romande.

Sylvianne Baillif met à notre disposition sa salle au nom évocateur, « Le Monde à Part », qui peut accueillir cinquante personnes. C'est une salle chargée des énergies de nombreuses rencontres d'artistes qui s'expriment par leur art afin de soutenir des actions telles que celle de ce soir. Le public est venu nombreux, la salle affiche complet.

Tenzin ouvre la soirée par des remerciements à ceux qui nous offrent la possibilité de réaliser cet événement.

Claude offre au public un programme de choix de Rameau et Scarlatti à Busoni, Medtner et Scriabine. Ces trois compositeurs moins connus que les deux premiers

ont évolué dans la deuxième moitié du 19e siècle. Busoni est né près de Florence, Scriabine et Medtner sont nés à Moscou. La musique est d'abord douce, épurée; elle appelle à se centrer et se termine par deux œuvres de Medtner toutes en ferveur.

À la fin du concert, Tenzin témoigne de ce moment de musique qui permettait un voyage, voyage dans l'émotion au point de lire comme un signe le fait que même un drapeau qui s'était décroché du mur était emporté par le vent vers le Tibet. Elle souligne que la musique au Tibet n'est pas seulement celle des moines mais aussi celle de toutes les occasions de rencontres et de fêtes.

René Longet poursuit en présentant la section romande de la SAST. Il rappelle les événements historiques que sont le début de l'occupation chinoise en 1951, l'exil du Dalai-Lama devant quitter son pays en 1959, ainsi que la célébration, en 2019, des 60 ans de ce triste événement.

L'existence de la SAST est là pour manifester notre présence afin qu'au vu de tous les enjeux actuels, le Tibet et son peuple ne tombent pas dans l'oubli. Que nous puissions accueillir un grand nombre de membres dévoués à cette cause afin que nos voix puissent s'unir et se faire entendre nombreuses auprès de nos autorités plus soucieuses de ne pas contrarier les intérêts économiques vis-à-vis de la Chine que de défendre la cause tibétaine.

Jean Marie présente l'une de ses sculptures dont la valeur sera offerte à la

Il rappelle les événements historiques que sont le début de l'occupation chinoise en 1951, l'exil du Dalai-Lama devant quitter son pays en 1959, ainsi que la célébration, en 2019, des 60 ans de ce triste événement.

SAST, si une personne de l'assemblée est preneuse.

Pour conclure cette superbe soirée, le bar est ouvert. L'équipe du Café du Tibet nous a préparé les fameux kapsey. Une personne a mis en vente – au profit de la SAST – des cartes avec des peintures de déités bouddhistes. Ce temps permet de prolonger les échanges, les rencontres et le partage d'expériences diverses dans différentes régions du monde pour le bien de l'humanité.

Le groupe genevois se réunit tous les 1^{er} vendredis du mois à 19h au Café Tibet.

L'existence de la SAST est là pour manifester notre présence afin qu'au vu de tous les enjeux actuels, le Tibet et son peuple ne tombent pas dans l'oubli.





Tibetan Kids Playday – was ist das?

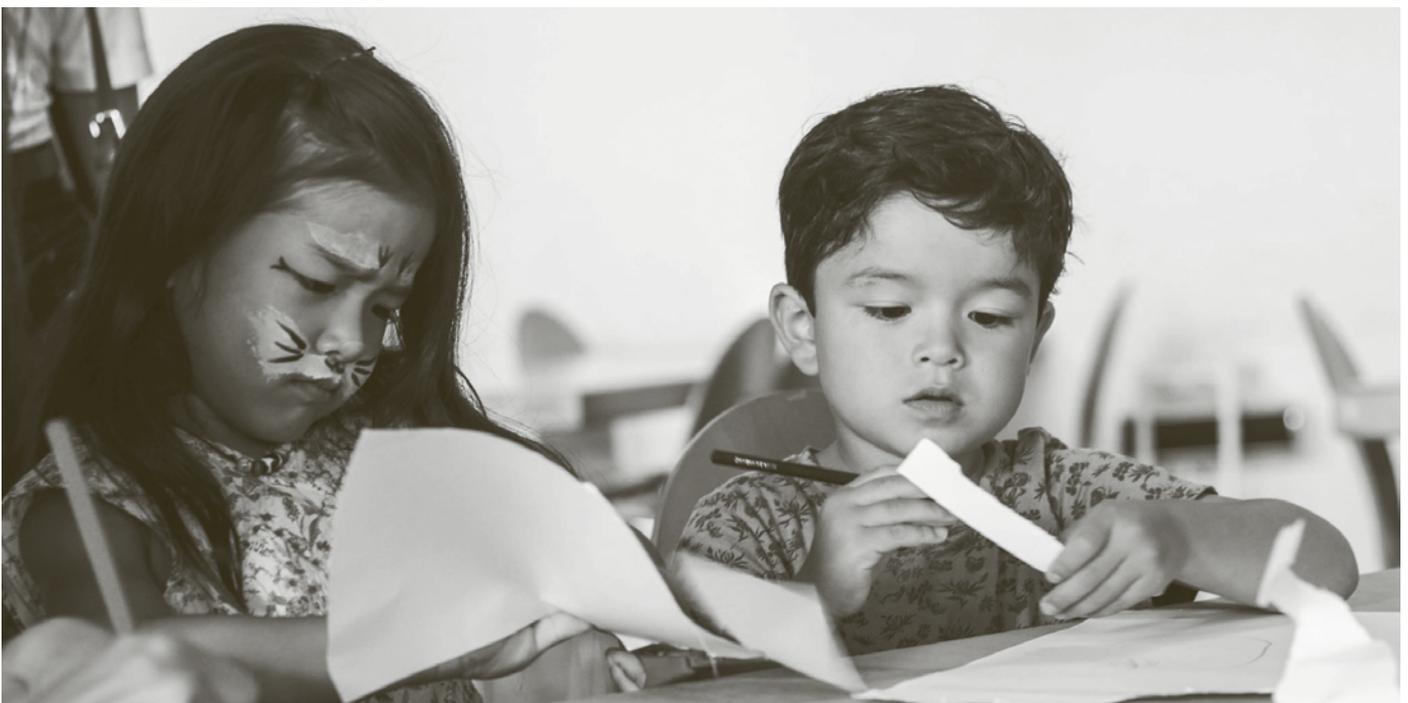
Dinah Sima Shitsetsang

Mein Name ist Dinah Sima Shitsetsang. Ich bin Mitglied im VTJE (Verein Tibeter Jugend in Europa) und Co-Sektionsleiterin Sektion Choelsum (Zürich). Neben den vielen Sektionen gibt es auch einige Arbeitsgruppen. Eine davon sind wir, die Yak Youth Clique. Unsere Gruppe besteht momentan aus 12 Leuten aus dem VTJE. Wie es der Name schon verrät, wollen wir kleine Treffen/Veranstaltungen mit und

für die unter anderem jüngste tibetische Generation durchführen. Das Ganze nennt sich Tibetan Kids Playday. Emaho (von Tsendi Zatul-Gope) hat die Treffen Anfangs aufgeleitet und durchgeführt und nun haben wir, die Yak Youth Clique, das Ganze übernommen. Den letzten Kids Playday hatten wir am Sonntag, 17. Februar.



Künftig sollen die weiteren Spieltage ebenfalls sonntags stattfinden. Was uns wahnsinnig gefreut hat war, dass so viele Leute wie noch nie anwesend waren. Es hatte nicht nur eine Menge Eltern, sondern auch rund um die 20 Kinder im Alter zwischen 0 und 10 Jahren. Da wir bis jetzt keine Alterseinschränkungen festgelegt haben, ist es manchmal schwer ein



Programm zu gestalten, welches allen Altersgruppen gerecht wird. Wir sind jedoch laufend daran, Feedbacks und Inputs anzunehmen und umzusetzen, um unser Programm zu verbessern.

Wieso ist uns der Tibetan Kids Playday so wichtig? Diese Veranstaltung soll schon kleinen Kindern, welche auch an Orten wohnhaft sind, wo es nicht so viele Tibeter (mit Kindern) gibt, die Möglichkeit bieten, mit anderen tibetischen Kindern in Kontakt treten zu können. Weiter soll es natürlich auch die Kinder sowie Eltern, die in der Schweiz geboren sind und die,

welche neu in die Schweiz gekommen sind, näher zusammenbringen. Schliesslich sind wir alle Tibeter und müssen zusammenhalten. Jedenfalls wäre dies schön.

Viele der Kinder sprechen sehr gut Tibetisch. Wir versuchen so viel wie möglich in unserer Landessprache zu kommunizieren, zu spielen und zu singen, was auch für mich ein erheblicher Vorteil bringt. Ich kann so mein Tibetisch stetig praktizieren und verbessern.

Unser nächster Event wird am 16. März für die älteste Altersgruppe

stattfinden. Wir organisieren einen «Runningman» für die 14- bis 16-Jährigen mit anschliessendem Spaghetti-Plausch.

Und zu guter Letzt findet im Oktober noch das jährliche Kinderlager für die Altersgruppe der 7- bis 14-Jährigen vom VTJE statt.

Für weitere Informationen:

www.vtje.org | y.y.clique@hotmail.com
oder auf Facebook und Instagram

Shenpen: Neue Herausforderungen – neue Projekte Planung eines Vernetzungstreffens

Palmo Brunner

In den vergangenen Jahren hat sich die Situation für tibetische Flüchtlinge in der Schweiz zugespitzt: Das Asylwesen hat mehrere Veränderungen durchgemacht und die tibetische Gemeinschaft wurde mit einer immer grösseren Herausforderung konfrontiert. Auch wir bei Shenpen stellen uns immer wieder die Frage, wie wir uns weiterentwickeln können und insbesondere, was wir für die zunehmende Anzahl von Personen, deren Asylgesuch

abgelehnt wurde, machen können. Tibetische Sans-Papiers leben unter prekären Bedingungen und werden in die Illegalität gedrängt. Die kantonalen Unterschiede sind riesig. Ab 1. März 2019 ist zudem das neue Asylverfahren in Kraft getreten. Wie sich die Erneuerungen auswirken werden, muss beobachtet werden. Doch vor allem die geplanten Rückkehrzentren wie beispielsweise in Prêles lassen nichts Gutes erahnen.

Aber es gibt auch Hoffnung. So wurde beispielsweise die Härtefallpraxis im



Kanton Zürich gelockert und auch die vielen zivilgesellschaftlichen Akteure leisten einen bemerkenswerten Beitrag. An den verschiedensten Orten sind neue Projekte entstanden und neue Gruppierungen haben sich gebildet. Bei Shenpen pflegen wir einen «runden Tisch» in Luzern sowie in Zürich und im letzten Jahr haben wir uns mit den neuen Gruppen NgaKhar in der Nordwestschweiz und Free Swiss Tibetans in Bern ausgetauscht. Wir denken, dass es nun an der Zeit ist für ein grösseres Vernetzungstreffen. An dieser Tagung sollen nicht nur die zahlreichen Organisationen, sondern auch die vielen Einzelpersonen, die sich für tibetische Flüchtlinge engagieren, zusammenkommen und austauschen können.

Gemeinsam können wir etwas bewegen!

Wir bitten alle interessierten Personen und Organisationen, sich unter shenpen@vtje.org zu melden um weitere Informationen zu erhalten.



tibetanyouth.org





Ich nenne es zwar nicht «meine Heimat», aber «meinen Kanton.»

Tsering Manee

Am 10. und 12. März 2019 jährt sich der Tibetaufstand, sowie der tibetische Frauenaufstand in Lhasa bereits zum 60. Mal. Zu diesem Anlass haben wir mit einer unserer ältesten TFOS-Mitglieder ein Interview geführt. Die heute 85-jährige Doma Manee war damals 25 Jahre jung, als sie aus Tibet geflohen ist. 1973 kam sie dann mit ihrem Mann und ihrer Tochter ins Glarnerland in die Schweiz, wo sie heute noch lebt.

Von wo aus Tibet bist Du?

Ich bin aus Ngari Ge'gyai.

Was ist das Schönste an Ge'gyai?

Der Sommer. Die Wiesen sind dann voll von verschiedenfarbigen Blumen.

Vermisst Du Ge'gyai heute noch?

Heute nicht mehr so. Früher habe ich es so fest vermisst. Meine Familie, die Berge, das Kloster, einfach alles.

Als der Aufstand in Lhasa stattgefunden hat und zwei Tage später der Frauenaufstand, hast Du etwas davon gehört?

Nein, bei uns haben wir nichts gehört. Ich erinnere mich jedenfalls nicht mehr daran.

Als Du in Linthal ankamst, wurdest Du herzlich begrüsst?

Ich denke schon, aber ich habe es nicht so empfunden. Als wir ankamen, versammelten wir uns in einem Saal. Es waren viele schwarzbekleidete Frauen dort. Es hiess, dass sie für uns das Essen zubereitet haben. Ich dachte, das ist das Ende. Denn in Tibet gelten Frauen, die schwarz bekleidet sind, als Hexen. Später habe ich gehört, dass es Nonnen waren, das hat mich sehr beruhigt.

Und nach dem Essen? Was habt ihr dann gemacht?

Wir wurden dann in unser neues Zuhause gebracht. Es war eine 4-Zimmer-Wohnung. Ich dachte zuerst, dass davon nur

Ich finde es sehr wichtig, dass man in der Gemeinschaft aktiv ist. Ich habe schon immer gesagt: Wenn es der Gemeinschaft gut geht, geht es auch dem Einzelnen gut.

ein Zimmer uns gehört und die Küche und das Bad dann mit den anderen Bewohnern geteilt wird. Ich war schon ganz gespannt auf die anderen Mitbewohner. Dann kam ein Tibeter rein, der einige Jahre vor uns gekommen war, und fragte mich was ich mache. Ich sagte «Ich schau mir nur die Wohnung an. Weisst Du, wann die anderen denn kommen?». Er lachte und meinte: «Es kommen keine weiteren Familien mehr in diese Wohnung. Das alles gehört euch». Da war ich total verblüfft (lacht).

Du lebst nun seit 46 Jahren in der Schweiz im Glarnerland. Das ist mehr als die Zeit, die Du in Tibet verbracht hast. Empfindest Du Glarus als deine Heimat?

Ja, fast doppelt so viele Jahre. Jedoch empfinde ich Glarus nicht als meine Heimat. Aber es ist der beste Kanton in der Schweiz, er erinnert mich ein bisschen an Tibet. Ich nenne es zwar nicht «meine Heimat», aber «meinen Kanton» (lacht).

Und hast Du auch Schweizer Freunde?

Nein, nur ehemalige Arbeitskolleginnen, mit denen ich mich gut verstand und denen ich später auch beim Spazieren immer wieder begegnete und manchmal ein Schwätzchen hielt. Es sind aber nicht alle Schweizerinnen. Anna ist eine Schweizerin, aber ich glaube Ursula ist Deutsche. Dann gibt es noch Sarah, eine Italienerin, die auch meine Nachbarin war. Aber sonst habe ich nicht so viele Freunde.



Doma Manee flüchtete vor 60 Jahren als 25-Jährige aus Tibet.

Seit wann bist Du TFOS-Mitglied?

Seit Beginn. Sobald die Tibetische Frauenorganisation in der Schweiz gegründet wurde, bin ich beigetreten. Ich bin aber nicht beigetreten, weil ich begabt oder gebildet bin, das bin ich alles nicht. Ich dachte mir einfach, je mehr Frauen wir sind, umso stärker wird der Verein.

Was wirst Du am 10. und am 12. März machen?

Ich werde zu Hause bleiben. Jetzt machen meine Beine nicht mehr mit. Früher bin ich überall hin gereist, nach Genf, Bern, Zürich usw. Ich finde es sehr wichtig, dass man in der Gemeinschaft aktiv ist. Ich habe schon immer gesagt: Wenn

es der Gemeinschaft gut geht, geht es auch dem Einzelnen gut.

Jetzt sind es genau 60 Jahre her seit dem Tibetaufstand sowie dem Frauenaufstand in Lhasa. Was denkst Du darüber?

Ich denke nichts mehr. Was soll ich denken? Als ich aus Tibet geflohen bin, habe ich alles verloren. Ich werde definitiv im Exil sterben, das denke ich.

Was erhoffst Du dir von der nächsten Generation?

Ich erhoffe mir von der nächsten sowie jeder weiteren Generation, dass sie niemals aufgeben, egal wie lange es dauert.

Das ist das Wichtigste! Sie sollen sich weiterhin für die Sache Tibets und die Erhaltung der tibetischen Kultur und Religion einsetzen.

Ich erhoffe mir von der nächsten sowie jeder weiteren Generation, dass sie niemals aufgeben, egal wie lange es dauert. Das ist das Wichtigste!

Neuer TFOS-Vorstand gewählt

Tsering Manee

Am 27. Januar fand in Uster im Freizeit- und Jugendzentrum die 31. Generalversammlung der TFOS statt. Zudem wurde für die nächsten zwei Amtsjahre der neue Vorstand gewählt. Da leider nicht genügend Nachfolgerinnen für die abtretenden Vorstandsmitglieder gefunden werden konnten, fand am 24. Februar eine ausserordentliche Generalversammlung statt, welche sehr erfolgreich verlief. Der bisherige, neunköpfige Vorstand reichte somit den Staffelstab an den neuen, achtköpfigen Vorstand weiter.

Dikyí Santamaria ist die neue TFOS-Präsidentin. Sie war davor Leiterin der TFOS-Sektion «Lhaksam Dolma». Neue Vizepräsidentin ist Norzom Jordenkhangsar, die davor die Stellvertretung der Sektionsleiterin bei «Lhaksam Dolma» übernommen hat. Die weiteren Vorstandsmitglieder sind Tashi Gangshontsang, Kunsang Pünkang, Phuntsog D. Gyaltag, Rinzin Lhakhang, Dickyí Danditsang und Yeshe Hepp.

Wir wünschen dem neuen Vorstand einen guten Start und eine erfolgreiche Vorstandsarbeit.



Von rechts: Tashi Gangshontsang, Kunsang Pünkang, Phuntsog D. Gyaltag, Dikyí Santamaria, Norzom Jordenkhangsar, Rinzin Lhakhang, Dickyí Danditsang, Yeshe Hepp





Das Taksham Kloster

Einleitung von Kerstin A. Paul

Dank des Fonds für Studenten in Not kann der Verein Tibetfreunde immer wieder die Ausbildung von tibetischen Studierenden in Indien finanziell unterstützen. Wir bringen hier einen Bericht eines solchen Studenten über seinen Werdegang.

Dawa Dhundup besuchte nach Abschluss der Schule ab 2011 die University of North Bengal, ein kleines College in Ghoom/Darjeeling, und schloss mit dem

B.A. ab. Danach absolvierte er ein Master-Fernstudium über die Open University. Viele Studenten wählen ein Fernstudium, weil sie damit viel Kosten sparen können.

Das Taksham Kloster, das Dawa Dhundup in seinem Bericht erwähnt, befindet sich in Kollegal, Südindien. Es ist 2500 km von Darjeeling entfernt. Im Kloster leben um die 60 Mönche, die alle aus Darjeeling und Sikkim kommen. Auch sehr junge Mönche leben hier, für die der Verein Patenschaften vermittelt. Ihre El-

tern können nicht für sie sorgen, da sie sehr arm sind, und geben sie daher ins Kloster. Die Gegend um Kollegal ist sehr schön und fruchtbar und viel wärmer als in Darjeeling. Kalte Winter gibt es dort nicht. Ausser vielen tropischen Früchten wächst dort auch Getreide, dies jedoch nur, wenn es auch regnet.

Das Kloster ist auf Spenden der tibetischen Siedlungen in der Nähe angewiesen. Doch die Tibeter dort haben selber nicht viel. Darum war bisher die Verpflegung der Mönche sehr einseitig, zudem ist der bauliche Zustand des Klosters renovierungsbedürftig. Mit einer Spende von 4000 Franken im Jahr 2015 durch den Verein Tibetfreunde konnten die Mönche die Küche renovieren und einige nützliche Dinge wie eine Nähmaschine anschaffen, um ihre Roben zu nähen.

Durch die Patenschaften, die die Patenschaftsbetreuerin Rachel Klausner bisher vermitteln konnte, können nun für alle Mönche auch Früchte und Gemüse eingekauft werden, was für das Gedeihen der Kleinen notwendig ist und auch für die Gesundheit der übrigen Mönche. Ausserdem wurden auch Fruchtbäume, wie Mango- und Apfelbäume, angepflanzt und ein grosser Garten angelegt, um die Nahrungsvielfalt zu verbessern.



*Bericht von Dawa Dhundup
(Übersetzung: Kerstin A. Paul)*

Tashi Delek! Mein Name ist Dawa Dhundup und ich lebe in Darjeeling, Indien. Meinen Schulabschluss habe ich an der Central School for Tibetans in Kalimpong gemacht. Da es meiner Familie finanziell nicht möglich ist, mich für meine Schulausbildung zu unterstützen, war ich während meiner Schuljahre immer damit beschäftigt, Sponsoren zu finden, mich für Stipendien zu bewerben und Ausnahmen zu erwirken. Diese wurden von der Tibetischen [Exil]-Regierung bewilligt, wofür ich sehr dankbar bin. Für das College zugelassen zu werden war für mich nicht schwer, aber das Geld für die Studien- und Lebenshaltungskosten aufzubringen,

stellte für mich ein Problem dar. Darjeeling ist eine sehr kleine Stadt, und es ist ziemlich schwierig hier einen Teilzeitjob zu finden. Daher ging ich nach Abschluss der 12. Klasse nach Gorakhpur, um an einer Grundschule, wo Kost und Logis frei sind, zu unterrichten.

Eines Tages bekam ich ein Mail von Tsering Palden La [ehemaliges Mitglied des Vorstands von Tibetfreunde, der die Familie von Dawa Dhundup gut kennt, Anm. d. Übers.], der mir mitteilte, dass er einen Sponsoren für mich finden könnte, wenn ich auf ein College gehen möchte. Darüber freute ich mich sehr. Er machte mich daraufhin mit Gaby bekannt, einer sehr offenerzigen und freundlichen Frau, die im Vorstand des Vereins Tibetfreunde mitarbeitet. Durch die Hilfe vom Verein

Tibetfreunde konnte ich daher 2011 am College in Darjeeling mein Studium beginnen. Die drei Studienjahre vergingen sehr schnell und ich war nie mit finanziellen Engpässen konfrontiert, da ich immer rechtzeitig Stipendien erhielt.

Nach Abschluss des Colleges wollte ich mein Studium fortsetzen und wurde weiterhin vom Verein unterstützt. Bald darauf begann ich einen MA-Studiengang als Fernstudium. Als ich erfuhr, dass ein kleines Kloster in Südindien einen Englischlehrer benötigte, beschloss ich, als Freiwilliger in dem Kloster zu arbeiten, bis ich mein Studium abgeschlossen hätte. Dann hörte ich, dass die kleinen Mönche im Kloster Paten bräuchten, und setzte mich daher mit Tsering Palden La und Gaby in Verbindung. Dank Ra-



Junge Mönche mit Lehrer Dawa Dhundup



Lernende Mönche

chels Hilfe bekamen fünf kleine Mönche eine Patenschaft durch den Verein Tibetfreunde zusätzlich zu einem Betrag von 270 000 Rupien für die Entwicklung des Klosters.

Dieses Jahr schloss ich mein Studium ab und bin weiterhin im Taksham Kloster

tätig, wo ich inzwischen nicht nur Englischunterricht gebe, sondern das ganze Kloster verwalte und mehr als 50 Mönche betreue. Laut Nelson Mandela ist Bildung die mächtigste Waffe, die wir haben, um die Welt zu verändern. Gemäss diesen Worten möchte ich mich von Herzen beim

Verein Tibetfreunde und seinen Mitgliedern bedanken für ihre grossen Bemühungen, um mich mit der mächtigsten Waffe auszustatten. Ich werde mein Bestes geben, um die Welt zu verbessern, in erster Linie dadurch, dass ich das, was mir zuteil geworden ist, weitergebe.

Kinder an der Mount Kailash School

Rachel Klauser

Die Mount Kailash School in Pokhara, Nepal, hat in den Jahren seit den Erdbeben im Frühjahr 2015 immer wieder Kinder aufgenommen, deren Eltern durch die Naturkatastrophen ihr Zuhause verloren hatten. Die Schule hat sich dadurch in

grosse Unkosten gestürzt und ist jetzt leider nicht mehr in der Lage, die Unterstützung weiterzuführen. Für die Kinder bedeutet das, dass sie im kommenden Frühling nicht mehr weiter zur Schule gehen können und obdachlos werden. Aus diesem Grund sind wir ganz dringend auf der Suche nach Paten und Patinnen,

die sich dieser Kinder annehmen.

Der Jahresbeitrag für Schule, Internat, Essen und Kleidung beträgt 500 Franken. Es handelt sich dabei um Teilpatenschaften, d.h. dass für jedes Kind zwei Paten/Patinnen gesucht werden.

Bei Interesse melden Sie sich bei Rachel Klauser: rachel@tibetfreunde.ch



Migmar Samdup ist ein Junge von zehn Jahren. Er geht in die zweite Klasse.



Nimu Sherpa ist ein siebenjähriges Mädchen, das auch in der zweiten Klasse ist.



Pasang Yangchen ist ein Mädchen von 13 Jahren. Es geht in die fünfte Klasse.



Tashi Sherpa ist ein siebenjähriger Junge, der in die zweite Klasse geht.

BUCHHALTER/IN DRINGEND GESUCHT!

Für den Vorstand von Tibetfreunde suchen wir dringend eine/n professionelle/n Buchhalter/in für ehrenamtliche Arbeit – Raum Olten/Bern.

Bei Interesse melden Sie sich bitte bei Gaby Taureg: 062 751 02 93, gaby@tibetfreunde.ch oder Samra Losinger: 031 311 37 36, samra@tibetfreunde.ch

tibetfreunde.ch



Kraftvolle und dynamische Demo zum 60. Jahrestag

José Amrein-Murer

Trotz misslicher Wetterverhältnisse war in Zürich die Demonstration zum 60. Jahrestag des tibetischen Volksaufstandes ein kraftvolles und dynamisches Ereignis. Etwa 1000 Personen trotzten Wind und Regen und äusserten lautstark ihren Widerstand gegen die Unterdrückung durch die chinesische Regierung.

Der Protest richtete sich aber auch gegen all die Mächtigen in Politik und Wirtschaft, die sich weltweit ihr Schweigen von Xi Jinping erkaufen lassen. Letzteres betonten auch die drei Mitglieder unserer Parlamentarischen Gruppe für Tibet in ihren engagierten und solidarischen Voten: Nationalrätin Rosmarie Quadranti (BDP), Nationalrätin Doris Fiala (FDP) und Nationalrat Fabio Molina (SP). Vom Vorstand der GSTF äusserte sich José Amrein-Murer, da der Präsident Thomas Bächli in Dharamsala

und Vizepräsidentin Lhawang Ngorkhangsar in Brüssel an gleichzeitig stattfindenden Solidaritätsveranstaltungen präsent waren. Besonders markante Reden hielten zudem das jüngste Mitglied des tibetischen Exilparlaments Namdol Dolkar Lhagyari und der Mönch Golog Jigme Gyatso, ehemals politischer Gefangener Tibets. Berührend, wie der Abt des klösterlichen Tibet-Instituts Rikon, Geshe Thubten Legmen, in der ersten Reihe des Umzuges marschierte. Und für den neuen Repräsentanten Seiner Heiligkeit des Dalai Lamas, Chimey Rigzen, war es die erste Demonstration in seiner Amtszeit in der Schweiz.

Als Abschluss der Manifestation wurde das Memorandum der Tibeter Gemeinschaft in der Schweiz und Liechtenstein (TGSL) dem chinesischen Konsulat übergeben. Kraftvoll erschallte es immer wieder, das «Bhoed Gyalo!», auf dem Bürkliplatz, auf den Strassen und vor dem Konsulat –, und es wird nicht verstummen, solange die Unterdrückung Tibets anhält.



Lobsang Shitsetsang und Namgyal Dolkar Lhagyari (Mitglied Tibetisches Exilparlament)



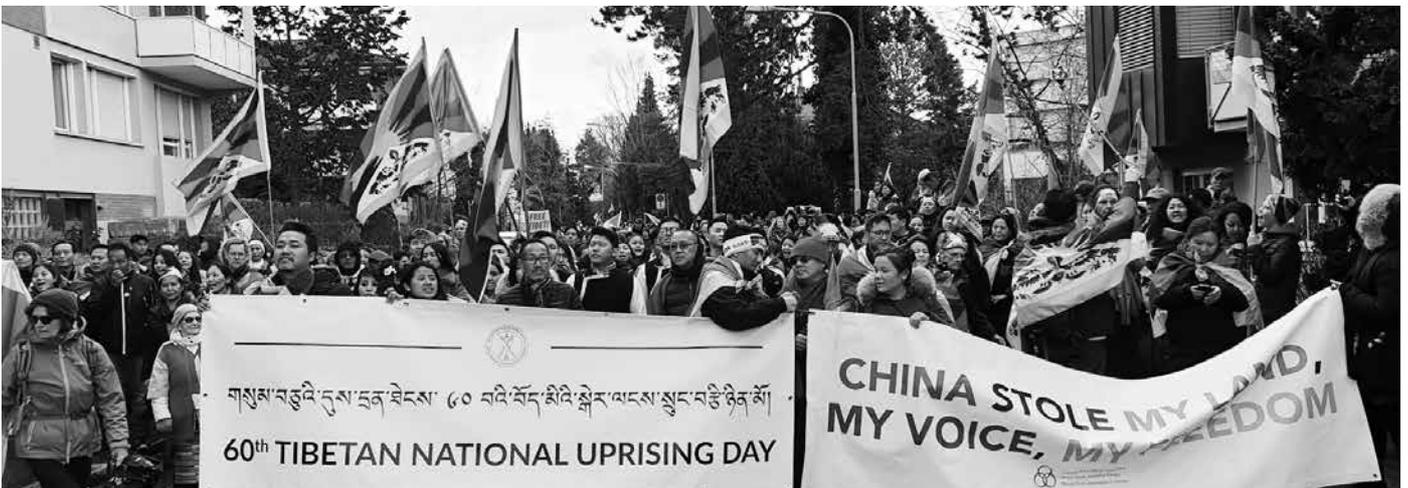
Mitglieder des tibetischen Folklorevereins der TGSL



Rosmarie Quadranti, Mitglied der Parlamentarischen Gruppe Tibet



v.l.: Kalden Tsono (MA Tibet-Büro), Chimey Rigzen (Repräsentant S.H. Dalai Lama), Namgyal Dolkar Lhagyari, Lama Tenzin Jottotshang, Geshe Thupten Legmen



China erobert die «Kommandohöhen im Internet»

Frankfurter Rundschau, 23. Januar 2019

Diese militärisch klingende Anweisung gab Chinas Staats- und Parteipräsident Xi Jinping vor sechs Jahren aus, als sich die Freiheitsbewegungen in mehreren nordafrikanischen Staaten über soziale Medien organisierten und deren Kommunikation via Internet stark zur Mobilisierung beitrug. Die aufkommenden Protestbewegungen in China, die sich diese Mobilisierungsmöglichkeit zum Vorbild machten und zu ersten Demonstrationen in chinesischen Städten führten, wurden rasch zerschlagen.

Auf einer Konferenz in der Provinz Zhejiang vor vier Jahren formulierte Xi Jinping sein Konzept der «Cyber Sovereignty», das die Oberhoheit von Partei und Staat über die Internet-Inhalte im Land zementieren soll. Inzwischen hat China die Kontrolle über das Internet soweit perfektioniert, dass es kaum noch Lücken gibt und das Internet in einen freien «westlichen» und geschlossenen chinesischen Teil aufgespalten ist, wie der ehemalige Google-Präsident Eric Schmidt anmerkte. Die Annahmen des früheren US-Präsidenten Clinton, dass das Internet weltweit die freie Meinungsäußerung befördere, erwiesen sich als Illusion.

Schon lange vor dem «arabischen Frühling» begann China, das Internet abzuschotten. Eingebaute Filter, auch als «Great Chinese Firewall» bezeichnet, eliminierten gleich an den Landesgrenzen missliebige Inhalte und Webseiten, indem sie bestimmte IP-Adressen blockierten und unerwünschte Suchanfragen löschten. Populäre Dienste wie Facebook oder Twitter sind in China nicht zu erreichen.

Inzwischen ist China zur führenden IT-Nation aufgestiegen. Der Konzern Alibaba ist einer der grössten der Welt, und China wird nach etlichen Prognosen bald weltweit führend in Künstlicher Intelligenz sein. Mit hoch entwickelter Technologie stopft China auch die letzten Lücken im «Firewall». Mittels installierter VPN-Technologie (VPN = Virtual Private Network) liessen sich die Filter mit einigen Handgriffen umgehen, doch seit vorletztem Jahr benötigen alle Anbieter von VPN-Technologie eine staatliche Genehmigung, alle anderen Optionen sind illegal. Auch westliche Konzerne unterwarfen sich diesem Verbot. So beseitigte Apple auf staatlichen Druck alle derartigen Programme aus seinem Appstore für China. Das Projekt «Dragonfly» von Google, das eine speziell für Chinas Zensur geeignete Suchmaschine entwickelt, ist immerhin von massiven Protesten der Mitarbeiter in Kalifornien begleitet. Es kam zu Kündigungsdrohungen und sogar einigen Kündigungen im Konzern.

Die über eine Milliarde chinesischen Nutzer verwenden innerhalb der «Firewall» staatlich erlaubte Plattformen wie den Blogging-Dienst Weibo oder das soziale Netzwerk WeChat. Was sich ausserhalb dieses kontrollierten Rahmens bewegt, bekommt schnell den Ärger der Behörden zu spüren. Der Unternehmer Zhang Yiming hatte ein Programm für seine Newsapp entwickelt, das Parteipropaganda unterbindet. Kurz darauf musste er sich entschuldigen, das «sozialistische Kernwerte-

system» verletzt zu haben. Nun hat er 4000 Mitarbeiter eingestellt, die alle Inhalte zensieren.

Die Kontrolle findet also nicht mittels offener Unterdrückung statt, sondern durch «Selbstkontrolle» der Anbieter. Auch das Unternehmen Beyondsoft beschäftigt 4000 Mitarbeiter zur Kontrolle von mehreren Nachrichtenseiten und sozialen Medien. Die Mitarbeiter werden darin geschult, unliebsame Begriffe aufzuspüren. Ohne sich inhaltlich damit auseinander zu setzen, identifizieren sie beispielsweise Suchbegriffe wie «Proteste auf dem Tiananmen-Platz» als unerwünscht. Zu den Ereignissen von 1989 selbst haben sie keinerlei Bezug; es geht nur um das effektive Löschen. Und wenn kritische Informationen über wichtige politische Ereignisse in der Vergangenheit verschwinden, verlieren damit die Chinesen auch einen grossen Teil ihres historischen Gedächtnisses.

Ausserdem stellte die Regierung mehrere zehntausend Mitarbeiter ein, die zur Ablenkung von als «gefährlich» angesehenen Inhalten das Internet mit entweder banalen oder patriotischen Nachrichten überschwemmen. So wurden während der Demokratie-Kundgebungen in Hong Kong 2014 von mehreren hunderttausend staatlich bezahlten Accounts in sozialen Medien Kommentare verbreitet, in denen die Nachrichten der Protestierenden gleichsam verschwanden.

Das heisst nicht, dass es auch regierungskritische Beiträge in sozialen Medien gibt. Allerdings greifen die Zensoren spätestens dann ein, wenn es über individuelle Äusserungen hinaus Ansätze zu organisiertem Protest gibt. Beginnen sich Gruppen ausserhalb der Kommunistischen Partei zu organisieren, befürchtet die Regierung den Verlust der «sozialen Stabilität» und regiert unerbittlich.

Fazit: die Regierung hat landesintern die Kommunikation fest im Griff und scheint bei der Eroberung der «Kommandohöhen» siegreich zu sein.



Veranstaltungen

April 2019

KSH: Fr 5.4., 19.30–21 Uhr

Der 17. Karmapa – der wichtigste Repräsentant des tibetischen Buddhismus nach dem Dalai Lama

Thierry Dodin stellt den jungen Religionsführer vor und blickt in die Zukunft

KSH: Sa 6.4., 16–21 Uhr

Mitgliederversammlung des Vereins Tibet Songtsen mit Momo-Essen

Anmeldung: info@songtsenhouse.ch

TIR: Sa 6.4., 14.30–16 Uhr

Öffentliche Führung und Bibliothek

Klosterführung mit dem Ew. Acharya Pema Wangyal. Individuelle Bibliotheksbesuche (10–16 Uhr) mit Renate Koller

KSH So 7.4., 10.30–11.30 Uhr

Klangmeditation mit Bergkristallschalen
geführt von Rolf Züsli

KSH: Do 11.4., 19.30–21 Uhr

Weisheitsmeditation mit Lama Kunsang Rinpoche

Einführung in den tibetischen Buddhismus und Meditation

TIR: Sa 13.4., 9.30–16 Uhr

Die 37 der Erleuchtung förderlichen

Faktoren: die Achtsamkeit auf den Atem
Erklärungen und angeleitete Meditationen mit dem Ew. Geshe Jampa Raptan.

Er wird speziell auf die Achtsamkeit auf den Atem eingehen.

TIR: So 14.04., 14.30–16 Uhr

Zwei helfende Freunde: Geist und Körper

Der Ew. Abt Geshe Thupten Legmen lehrt unseren Geist und Körper so zu nutzen, damit beide einander helfen können.

KSH: Do 25.4., 19.30–21 Uhr

Weisheitsmeditation

mit Lama Kunsang Rinpoche
Einführung in den tibetischen Buddhismus und Meditation

KSH: Fr 26.4., 19.30 Uhr

Der Jokhang Tempel in Lhasa – die wichtigste Pilgerstätte aller Tibeter
Vortrag mit Bildern von Michael Henss

TIR: Sa 27.04., 9.30–16 Uhr

Namchö Phowa – Eine Praxis der Bewusstseinsübertragung

Erklärungen und Praxis mit dem Ew. Acharya Pema Wangyal. Phowa ist ein direkter Weg, sich aus den Unwägbarkeiten des Daseinskreislaufs zu befreien.

Mai 2019

KSH: Fr 3.5., 19.30 Uhr

Watermarks – drei Briefe aus China
Filmretrospektive mit Luc Schaedler

KSH: Sa 4.5., 16.30 Uhr

Mitgliederversammlung Tibet-Hilfsprojekt für die Nomaden in Osttibet

TIR: So 5.5., 9.30–16 Uhr

Traum-Yoga

Praxis mit dem Ew. Acharya Pema Wangyal. Mit der Meditationspraxis des grossen Meisters Naropa können wir Träume umwandeln, dass sie für uns nützlich werden.

KSH: Do 9.5., 19.30–21 Uhr

Weisheitsmeditation

mit Lama Kunsang Rinpoche
Einführung in den tibetischen Buddhismus und Meditation

KSH: Fr 10.5., 19.30 Uhr

Nepal-Film Castaway Man

Dokumentarfilm, präsentiert vom Vorsitzenden des KIMFF Kathmandu

TIR: So 12.5., 14.30–16 Uhr

Öffentliche Führung

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

KSH: Fr 17.5., 19.30–21 Uhr

My Camera doesn't lie

mit der Regisseurin K. Schneider-Roos
Zur Situation des Dokumentarfilms in China

TIR: Sa 18.5., 18–20 Uhr

Vollmond-Meditation

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

TIR: So 19.5., 14.30–16 Uhr

What is the Buddhist Monastic Community?

Lecture and discussion with Ven. Lopön Kunchok Dhargyal. For a Buddhist it is important to know the way of life and Dharma practice of monks and nuns.

KSH So, 19.5., 10.30–11.30 Uhr

Klangmeditation mit Bergkristallschalen
geführt von Rolf Züsli

KSH: Do, 23.5., 19.30–21 Uhr

Weisheitsmeditation

mit Lama Kunsang Rinpoche
Einführung in den tibetischen Buddhismus und Meditation

TIR: Sa 25.5., 14.30–16.30 Uhr

«Parting from the Four Attachments» by Manjushri (Part 1 of 3)

Ven. Lopön Khenrab Woser explains this authentic and profound teaching. It explains how to genuinely enter into the practice of Dharma.

TIR: So 26.5., 9.30–16 Uhr

Phowa – das Trainieren der Bewusstseinsübertragung zu Lebzeiten

Der Ew. Abt Geshe Thupten Legmen erklärt die Phowa-Praxis. Die Bewusstseinsübertragung zum Zeitpunkt des Todes kann zu Lebzeiten trainiert werden.

Juni 2019

TIR: Sa 1.6., 14.30–16.30 Uhr

«Parting from the Four Attachments» by Manjushri (Part 2 of 3)

Ven. Lopön Khenrab Woser explains this authentic and profound teaching. It explains how to genuinely enter into the practice of Dharma.

TIR: So 2.6., 9.30–16 Uhr

Tibetisches Yantra Yoga

Der Ew. Abt Geshe Thupten Legmen erklärt die Methode der fünf Wurzel-Pranas (Lebensenergien). Die Yantra Yoga-Übungen koordinieren Körper, Energien und Geist.

KSH: Do 6.6., 19.30–21 Uhr

Weisheitsmeditation

mit Lama Kunsang Rinpoche
Einführung in den tibetischen Buddhismus und Meditation

KSH: Fr 7.6., 19.30 Uhr

Mitgliederversammlung

des Vereins Shanti Med Nepal

Mit Neuigkeiten vom Spital im nepalischen Ratnanagar von Ruth Gonseth

Tibet-Institut Rikon (TIR)

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

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

Kulturzentrum Songtsen House (KSH)

Albisriederstrasse 379 // 8047 Zürich
T 044 400 55 59 // PC 87-737299-0
info@songtsenhouse.ch
songtsenhouse.ch

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

TIR: Sa 8.6., 14.30–16.30 Uhr

**«Parting from the Four Attachments»
by Manjushri (Part 3 of 3)**

Ven. Lopön Khenrab Woser explains this authentic and profound teaching. It explains how to genuinely enter into the practice of Dharma.

TIR: So 9.6., 9.30–16 Uhr

**Meditation und Practice of Buddha
Amitabha (Day Course)**

Ven. Lopön Kunchok Dhargyal teaches Buddha Amitabha's essential practice and the four causes of rebirth in the pure land of Sukhavati.

TIR: Sa 15.6., 14.30–16 Uhr

Öffentliche Führung

Führung durch und um das Tibet-Institut Rikon mit Philip Hepp, Kurator.

TIR: Mo 17.6., 9.30–11.30 Uhr

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

Puja mit der Ew. Mönchsgemeinschaft.

KSH: Do, 20.6., 19.30–21 Uhr

Weisheitsmeditation

mit Lama Kunsang Rinpoche
Einführung in den tibetischen Buddhismus
und Meditation

TIR: Sa 29.6., 9.30–11 Uhr

**Buddhistischer Feiertag:
Jamgön Mipham Dhäs-Chöd –
Nyingma-Feiertag**

Puja mit der Ew. Mönchsgemeinschaft.

Regelmässige Veranstaltungen

TIR: Täglich ausser Sonntag, 7–7.45 Uhr

Morgenmeditation

mit der Ew. Mönchsgemeinschaft

KSH: In der Regel alle zwei Wochen Montag
gemäss Programm, 19.30–21 Uhr

Tai Chi mit Dolma Soghatsang

Die tibetische Naturheilerin
Dolma Soghatsang erteilt klassische
Tai-Chi-Lektionen

KSH: Jeden Dienstag, 17–18.30 Uhr

Tibetisch für Fortgeschrittene

mit Lobsang Zatul
Konversation, Lesen von verschiedenen
Texten mit Erklärungen

KSH: Jeden Mittwoch, 16–17 Uhr
und 17.30–18.30 Uhr

Hatha Yoga

mit dem tibetischen Yogalehrer
Ugen Kahnsar
Anmeldung: 076 280 80 11

KSH: Jeden Mittwoch, 19–21 Uhr

**Anfänger-Kurs in Tibetischer
Sprache und Schrift**

(Neuer Kurs für Anfänger)
Lobsang Zatul, Kontakt: zatul@gmx.ch

TIR: Mi 3.4. (und jeden Mittwoch bis
und mit 19.6.) 19–20.30 Uhr

Leben im Jetzt –

Glück im Augenblick finden

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

TIR: Mi 3.4. (und am 17.4., 08.5., 22.5., 5.6.
und 19.6.), 19–20.30 Uhr

Tibetisch für Anfänger

mit dem Ew. Lama Tenzin. Neue Anfänger
sind willkommen. Bitte um Anmeldung
an info@tibet-institut.ch

TIR: Mi 10.4. (und am 24.4., 15.5., 29.5.,
12.6. und 26.6.), 19–20.30 Uhr

Tibetisch für Fortgeschrittene 2

mit dem Ew. Lama Tenzin

TIR: Do 11.4. (und am 25.4., 9.5., 23.5., 6.6.
und 20.6.), 19–20.30 Uhr

Tibetisch für Fortgeschrittene 1

mit dem Ew. Lama Tenzin

KSH: Jeden Sonntag, 14–17 Uhr

Deutschkurs Nyima

Deutschkurs für Flüchtlinge aus Tibet und
anderen asiatischen Ländern.
Plätze für neue Schüler vorhanden –
Freiwillige Betreuer gesucht
Kontakt: 079 225 23 44 oder E-Mail:
deutschkurs@songtsenhouse.ch

Weitere Anlässe

finden Sie in der Agenda auf

gstf.org

In eigener Sache //

Die GSTF nimmt den Kampf gegen Plastik auf!

Plastik als Umweltsünder ist zurzeit in aller Munde. So auch bei uns im GSTF-Vorstand. Vor einem halben Jahr kündigte eine tibetfocus-Leserin ihr Abo, weil sie unser Magazin in einer Plastikhülle erhielt. Wir nehmen unsere Leser/-innen ernst und überlegten aus diesem Anlass, wie wir den Plastikabfall wenigstens ein klein wenig mindern könnten. Als Resultat davon halten Sie nun das tibetfocus-Magazin im Offenversand in Ihren Händen.

Wir hoffen, dass wir viele Nachahmer haben werden und wünschen Ihnen so noch mehr Lesevergnügen!

Frau
Josiane Walpen
Stiftung für Konsumentenschutz (SKS)
Monbijoustr. 61
Postfach
3000 Bern 23

SSSS Bundnr. 5
Anzahl 018
BBZ 999 / 1/3

6901 LUGANO



«Tasche» Delek: Die Free-Tibet-Taschen sind da!

Die GSTF bietet brandneu die «Tasche» Delek an. Die Free-Tibet-Tasche ist aus Vlies, in verschiedenen Sprachen und vielfarbig bedruckt. Sie wurde nach den Richtlinien der «Fear Ware Fondation» in Bulgarien produziert und ist 40 x 30 x 15 cm gross.

Die Tasche ist im GSTF-Büro (am besten per E-Mail) oder über den eShop auf gstf.org bestellbar: buer0@gstf.org // gstf.org – e-Shop.

Übrigens ist die Tasche auch ein gutes Geschenk, das den Slogan «Free Tibet» in verschiedensten Sprachen in die Welt hinausträgt.

Sektionen GSTF

Sektion	Leitung	Sektionstreffen und -anlässe	Ort Sektionstreffen
Bern	Kira Ammann und Lisa Pema Bärtschi sektionsleitung-be@gstf.org	<i>Informationen und Auskünfte zu Treffen und Anlässen erteilt Ihnen die Sektionsleitung.</i>	
Mittelland	Christina Ackermann (062 396 22 31, 079 528 32 36) und Yangchen Bächli sektionsleitung-mittelland@gstf.org	Jeweils am Mittwoch, 10.4., 8.5. und 12.6., 18 Uhr	Restaurant Aarauerstube Bahnhofstrasse 78, Aarau
Nordwestschweiz	Margrit Schmied, 079 885 73 68 sektionsleitung-nws@gstf.org	Jeweils am Montag, 1.4., 6.5. und 3.6., 19 Uhr	NEU: Pfarrei St. Clara, Lindenberg 8, Basel
Ostschweiz	Veronika Koller, 079 717 56 13, und Zakay Reichlin, 071 994 22 27, sektionsleitung-sg@gstf.org	30.4.: Buddhismus-Abend mit Lharampa Tenzin Kalden Dahortsang, Hof in Wil 25.5.: Ausstellung Völkerkundemuseum Zürich, Führung durch Martina Wernsdörfer 28.5.: Tibet Filmabend, Cinéwil, Wil 15.6.: Begegnungsfest St. Gallen 25.6.: Stammtisch, Lhasa Stübli, Wil	
Suisse romande	Tenzin Wangmo Frapolli, 078 626 21 20 René Longet, 079 690 31 19 responsables-sr@gstf.org	Jeweils am Freitag, 5.4., 3.5. und 7.6., 19 Uhr	Café Tibet, 5 rue de l'Avenir, Genf
Zentral-schweiz	Gabriela Hofer, 041 240 76 82, sektionsleitung-zs@gstf.org	Jeweils am Mittwoch 3.4., 19.30 Uhr. 8.5.: 13. Jahresversammlung der Sektion Zentral-schweiz	Restaurant Waldstätterhof Zentralstrasse 4, Luzern
Zürich	Rinzin Lang und Brigitte Staub, sektionsleitung-zh@gstf.org	Jeweils am Dienstag 2.4., 7.5. und 4.6., 19 Uhr	Restaurant Himalaya Ackerstrasse 52, Zürich



Service-Seite zum Magazin auf

gstf.org

tibetfocus 144, Juni 2019
Redaktionsschluss 12. Mai 2019



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:** Gerda Bieber, Noémie Burger, Norzin-Lhamo Ritsatsang, Karin Gaiser, Chodar Kone, Nadine Lützelshwab, Ursula Sager, Stefan Spörri, Werner Wäcklerli, tf@gstf.org | **Tibetische Übersetzung:** Kunga Tethong | **Tibet-Information der GSTF:** Uwe Meya | **Tibetfreunde:** Kerstin A. Paul, koach@posteo.ch | **TFOS:** Tsering Manee, tsering.manee@hotmail.com | **VTJE:** Tsering Strasser, t.strasser@vtje.org | **Illustrationen:** Wolf Altörfer | **Grafisches Konzept:** rolfovoegeli.com | **Layout:** karinhutter.com | **Druck:** rueggmedia.ch | **Preise:** Einzelnummer Fr. 8.–, Jahresabo Fr. 35.– | **Erscheinungsweise:** 4 x jährlich | **Auflage:** 2700 Exemplare | **ISSN:** 1662-9906 | **GSTF-Büro:** Binzstrasse 15, 8045 Zürich, T 044 451 38 38, buer0@gstf.org, www.gstf.org. | **Adressänderungen:** Bitte umgehend an die Vereine melden.