

Dansk

Selskab

for

Tibetansk

Kultur

TIBET

Nr. 92

Årgang 34

Sommer 2018





Adresse: Jansvej 12, 2.tv.
2300 Kbh. S
E-mail: dstk.info@gmail.com
Web: www.dstk.dk

Telefon:

Formand, redaktion, butik: + 45-20 30 38 18
Næstformand, medlemskab: +45-28 83 85 88 (tlf.-tid:
19:30—21:00)

DSTK's bestyrelse:

Grethe Sørvig (formand, butik, redaktør, grafisk design),
Lillian Evang (næstformand, medlemsadministration), Kir-
sten Sundsvold, Lis Gilager og Tsewang Lhundup. Supple-
anter: Wangdi Gyalyen og Anni Qvistgaard. Revisor: FLO
Regnskab. Advokat: Jørgen Evang.

Medlemskontingent:

Enkelt medlemskab	250 kr. pr. år
To på samme adresse	450 kr. pr. år
Firmaer	500 kr. pr. år

Du kan nu trække 4/5 af medlemskontingentet og alle donationer op til 15.000 kr. pr år fra i Skat.

Kontingent og gavebidrag til Selskabet kan indsættes på reg. nr. 9570, kontonummer 342 87 88 eller betales med MobilePay til nr.: 22170. Husk at skrive dit navn på indbetalingen. Kontingentet dækker udgifter til Selskabets daglige drift, fx trykning og forsendelse af medlemsbladet og arrangementer som fx invitation af H.H. Dalai Lama, foredrag og koncerter.

Sponsorbidrag til hjælpe projekter for tibetanere i Tibet og i eksil kan indbetales på: Reg.nr.: 9570, kontonummer: 342 87 88 eller betales med MobilePay: 22 170. Husk at skrive projektets kodeord på din indbetaling.

Redaktion:

Grethe Sørvig, redaktør. Bidragydere: Kirsten Vang Skov, Tibetan Nuns Project og Osho.

Grafisk design: Grethe Sørvig

Bladets forside: Thangka af Grøn Tara.

Bladets bagside: Tibetansk læge laver pulsl diagnose på lille nomade-pige. (Foto: Matthieu Richard).

Trykkeri: Sangill Grafisk ApS

ISSN: 1397– 9248

Indhold

3 'Freda Bedi - Den Første Buddhistiske Nonne fra Vesten', af Kirsten Skov Vang.

9 'Nagarjuna og beretningen om Tyven', af Osho

10 'Nagarjuna - Et kort rids', af Grethe Sørvig

12 'Mudras - De Hellige Buddhistiske Håndstillinger', af Tibetan Nuns Project.

16 Referat fra generalforsamlingen.

19 Aktuelle Projekter

30 Koncertannonce og nyt fra butikken.



Freda Bedi

Den Første Buddhistiske Nonne fra Vesten

Af Kirsten Skov Vang, BA, Tibetologi

Overraskende mange mennesker kender kun ganske lidt, eller slet intet, til den første europæiske kvinde, som lod sig ordinere som buddhistisk novice i den tibetanske Karma Kagyu-tradition, og hvordan hun var en pioner dedikeret til at hjælpe andre kvinder i det indiske og eksiltibetanske samfund. Dette er historien om kvinden, som mange tibetanere kaldte Mummy La.

Freda Marie Houslton blev født i England i 1911, men kun de færreste kender hende ved dette navn. Skelsættende begivenheder i hendes liv gav hende nye navne og nye leveveje. Hun giftede sig til navnet Freda Bedi, og under dette navn blev hun vigtig politisk figur og berømt i Indien.

Hun tog tilflugt i den tibetanske buddhisme og lod sig ordinere af den 16. Karmapa, som gav hende navnet Karma Kechog Palmo. Hendes hengivne engagement i det tibetanske eksilsamfund gav hende kælenavnet Mummy La blandt de tibetanere, som lærte hendes store medfølelse at kende.

Freda var ikke kun den første kvinde fra vesten, som modtog noviceordination i den tibetanske buddhisme, altså *mulasarvastivada*-traditionen, men hun var også den første kvinde, som kombinerede sine tibetanske noviceløfter med at tage fuld ordination (på sanskrit får en fuldt ordineret nonne titlen *bhikṣuṇī* og på tibetansk *gelongma*) i den kinesiske *dharmaguktaka*-tradition.

I den tibetanske tradition har kvinder ikke mulighed for at få fuld ordination, det vil sige at tage det fulde antal løfter som nonner, men at de forbliver novicer, selvom mænd altid har kunnet blive fuldt ordineret. Derfor har



Freda og Baba i Nishat Bagh, Srinagar i Jammu & Kashmir,

Der er blevet holdt flere konferencer, hvor munke, nonner, lægfolk, researchere, og den 14. Dalai Lama selv har diskuteret hvorvidt, der skal oprettes fuld ordination til nonner i tibetansk buddhisme, og denne diskussion er endnu ikke afsluttet.

Indtil videre er den kinesiske tradition den eneste mulighed, såfremt man som kvinde ønsker at modtage fuld ordination. Fordi Freda var den første som gjorde det, opfatter nogle nonner hende som et forbillede i dag, hvilket har givet hende en særlig plads i de tibetanske nonners historie.

Vicki Mackenzies biografi om Freda, *The Revolutionary Life of Freda Bedi: British Feminist, Indian Nationalist, Buddhist Nun* (2017) fortæller historien om denne engelske kvinde, hvis liv endte med at få stor betydning – særligt for tibetanske nonner i eksil, men også for den tibetanske buddhismes indtog i den vestlige verden.

Freda voksede op i Derby ovenpå familiens lille forretning, som solgte ure og smykker. De levede et beskedent og stabilt familieliv, men var på ingen måde en del af overklassen. Som barn fik hun difteri, og en læge anbefalede, at hun skulle opholde sig i et telt i familiens have for at komme i bedring. Fra da af elskede hun at sove i telt og opholde sig i naturen – og derfor troede hun mange år senere på, at hun havde været tibetansk nomade i en tidligere livscyklus.

Allerede fra barnsben var hun også meget tiltrukket af spiritualitet. Særligt efter sin konfirmation følte hun en dyb længsel efter spirituel indsigt, som hendes kristne kirkegang ikke syntes at kunne indfri.

På mystisk vis havde hun som syv-årig, endnu komplet ubevidst om buddhismens eksistens, lavet en tegning, som hendes mand, Baba Phyre Lal Bedi senere identificerede som et portræt af en buddha.

Mange år senere da Freda var blevet praktiserende buddhist, tog han denne tegning som et bevis på, at hun altid havde været skæbnebestemt til at vie sit liv til *dharmaen*, det vil sige den buddhistiske lære. Der skulle dog gå mange år endnu, før det skulle blive til virkelighed.

Udover sin hungren efter spiritualitet var Freda en meget intelligent pige; som 18-årig vandt hun et legat til det prestigefyldte Oxford Universitet, hvilket var hendes helt egen fortjeneste. Freda kom nemlig ikke fra en familie, som havde råd at betale for en universitetsuddannelse – og da slet ikke til en pige.

I 1930'erne var kvinder med universitetsgrader stadig en sjældenhed i det britiske samfund, men det stoppede aldrig Freda.

Hun skilte sig dermed allerede ud, i forhold til størstedelen af sine kvindelige jævnaldrene i England, men det var ikke kun på grund af sit intellekt og sin videregående uddannelse. Under sin tid på Oxford mødte hun nemlig sin ægtemand.

Set med alle andres øjne var Freda og Baba et umage par; hun var engelsk og han var indisk – og et forhold mellem to forskellige racer var et stort tabu dengang. Men Freda var ligeglads. Der var nemlig ingen som skulle bestemme, hvem hun skulle forelske sig i.

Da de blev gift lovede Freda og Baba hinanden, at de sammen skulle kæmpe for at løsrive Indien fra det britiske imperium under Mahatma Gandhis uafhængighedsbevægelse. Derfor flyttede de til Punjab i 1934, og her startede deres politiske akti-

visme for alvor; Freda vandrede fra landsby til landsby iført sari, hvor hun opfordrede de indiske bønder til at gøre oprør mod det britiske overherredømme, og hun underviste indiske piger i engelsk på et college.

Ved siden af kampen for indisk uafhængighed var uddannelse til piger en af hendes største passioner. Efter selv at have fået chancen for at udanne sig, og kunne gøre en forskel i verden, var det en mulighed hun ønskede at give andre unge piger.

Da Indien langt om længe blev selvstændigt i 1947, var Freda, som altid støttede folket og kvindernes sag, blevet en stor politisk berømt i hele landet. Men hun var ikke færdig med sine bedrifter endnu.

Indiens nye premierminister, og Fredas nære ven, Jawaharlal Nehru, tilbød hende et job i den indiske regering, som endte med at blive afgørende for hendes skæbne som buddhistisk nonne.

I 1953 sendte han nemlig Freda på en UNESCO-mission til Burma (i dag Myanmar), og det skulle komme til at ændre hendes liv for evigt. Det var hendes første rejse til et buddhistisk land, og næsten med det samme, gik det op for hende, at hun efter mere end 30 års spirituel søgen havde fundet den religion, der kunne opfylde hendes behov.

Fra denne rejse identificerede hun sig som buddhist. Men selv på dette tidspunkt, i den spæde start af hendes buddhistiske tilværelse, havde hun ingen anelse om hvor høj en position hun ville opnå som nonne, eller hvor stor indflydelse hun skulle komme til at have i den tibetanske tradition.

Freda kom først i kontakt med tibetanerne efter 1959, da tusindvis af dem valgte at gøre som Dalai Lama, og flygte til Indien for at undslippe det kinesiske styre i deres hjemland.

Nehru sendte straks bud efter hende, da han var overbevist om, at den folkekære Freda var den helt rette til at hjælpe de mange flygtninge. Under al sin tid i Indien, havde hun nemlig altid gjort hvad hun kunne, for at



Premierminister Jawaharlal Nehru, 1946. Det var takket være Nehru, at Freda kom til at arbejde med tibetanske flygtninge, og dermed mødte den 16. Karmapa, som hjalp hende med at blive nonne.



Fredas veninde Indira Gandhi, datter af Premierminister Nehru. Freda var den eneste vestlige kvinde, som var til stede ved Indiras bryllup. Desuden overrakte hun Freda en pris til udenlandske kvinder, som har gjort sig bemærket gennem ekstraordinære tjenester for Indien.

hjælpe det indiske folk – og derfor tænkte Nehru, at det nu var de tibetanske flygtninge, som havde brug for hende.

De tibetanere, som flygtede til Indien havde som regel gået i uger - måske endda i måneder - gennem Himalayabjergene uden nogen ejendele

eller mad, i konstant fare for at blive opdaget og skudt af de kinesiske grænsevagter. Når de endelig krydsede den indiske grænse, og var i sikkerhed, havde de ingenting, og ingen steder at gå hen.

Det var lige akkurat her Freda kunne hjælpe dem, og hendes store medfølelse var hendes drivkraft. Med det samme begyndte hun det enorme arbejde, som for andre virkede uoverskueligt, med at opfylde tibetanernes mest basale behov; der skulle bygges bambushytter, så de kunne have tag over hovedet, og de havde desuden desperat behov for nyt tøj, mad og lægehjælp.

På trods af, at Freda nærmest arbejdede i døgn drift, var livet i flygtningelejrene på ingen måde let. Det varme og fugtige indiske klima var ulideligt for dem, de havde problemer med at fordøje den fremmede kost, bestående af ris og linser, og de kunne ikke tåle vandets høje jernindhold.

Som følge døde utroligt mange af sygdom – og i de overfyldte lejre var der stor smittefare. Men Freda stod altid klar til at hjælpe hvor hun kunne, og med tiden vandt hun tibetanernes tillid.

Hun gik således fra at være en bleg og fremmed kuriositet (på dette tidspunkt havde de fleste aldrig før mødt en vesterlænding), til respektfuldt at blive omtalt som *Mummy-La*.

Freda fik ikke kun en moderrolle hos de lægfolk som var flygtet, men også de unge *tulkuer*, det vil sige reinkarnationer af vigtige, højtstående lamaer.

Da hun blev opmærksom på, at nogle af de vigtigste buddhistiske personer, den religion hun selv var konverteret til, befandt sig i flygtningelejrene, måtte hun bare hjælpe dem. Derfor oprettede hun Young Lamas Home School, hvor de unge tulkuer kunne fortsætte med deres religiøse uddannelse i 1961, og hun personligt stod for deres forplejning.

Hjemme i Tibet ville *tulkuerne*, fra de var blevet identificeret som rein-

karnationer, blive sendt i kloster under deres respektive tradition, og modtage en høj uddannelse i buddhistisk filosofi, således at de kunne fortsætte deres forgængeres virke.

Men i flygtningelejrene var alt kaos, og derfor gik *tulkuernes* uddannelse i stå. På Young Lamas Home School sørgede Freda for, at de kom i gang med deres uddannelse igen, så tibetansk buddhisme ikke skulle gå tabt i eksil.



Akong Rinpoche, som blev uddannet på Young Lamas Home School, og blev sendt til England for at studere på Oxford, og sprede tibetansk buddhisme. Sammen med Trungpa Rinpoche etablerede han Samye Ling i Skotland – det første tibetanske kloster i Vesten.

Men hun havde flere ambitioner med hjemmet end at sørge for *tulkuernes* religiøse uddannelse, og bevare den tibetanske tradition. Grundet sin egen kærlighed til buddhisme, var hun blevet overbevist om, at den vestlige verden ville have gavn af, at lære dharmaen at kende. Derfor underviste hun også *tulkuerne* i andre fag, såsom engelsk og geografi, således at de bedre kunne komme ud i verden og sprede *dharmaen*.

Med Young Lamas Home School havde Freda igen gjort noget som ingen andre havde gjort før; aldrig før var *tulkuerne* blevet samlet under ét tag for at modtage en uddan-

nelse sammen, uanset hvilken linje af tibetansk buddhisme de kom fra.

Endnu mere banebrydende var det, at de blev uddannet under en *kvinde*lig autoritet, nemlig Freda, som tilmed underviste dem i fag, de aldrig ville have haft i Tibet.

Blandt de unge lamaer var Lama Zopa Rinpoche, Akong Rinpoche og Chögyam Trungpa Rinpoche. Under Fredas indflydelse kom de i vores samtid til at spille en vigtig rolle i den tibetanske buddhismes indtog i Europa, USA og Australien.

Den tilknytning Freda havde fået til de tibetanske flygtninge, og især til tulkuerne på Young Lamas Home School, ville også få betydning for hendes egen spirituelle udvikling.

Under sit arbejde med flygtninge i Sikkim, arrangerede en ven, som vidste at hun var buddhist, en audiens hos den 16. Karmapa, Rangjung Rigpe Dorje, Karma Kagyu-traditionens spirituelle overhoved. På daværende tidspunkt vidste hun ikke, at mødet skulle blive et vendepunkt i hendes liv som buddhist. Freda har sidenhen fortalt, at efter en samtale om flygtninge og meditation, rejste den 16. Karmapa sig, og manifesterede sig foran hende som



Lama Zopa Rinpoche studerede også på Young Lamas Home.

en buddha. Freda beskrev senere oplevelsen som et øjeblik hvor hun oplevede et glimt af buddhistisk klarsyn. Det havde hun kun oplevet én gang før, angiveligt under sin meditationstræning i Burma.

Efter dette skæbnesvangre møde var Freda den 16. Karmapas elev, og han stod personligt for hendes ordination som tibetansk novice.

Selvom hun var hans første vestlige følger nogensinde, var hun selv overbevist om, at hun havde fulgt ham i flere af sine tidligere liv, på grund af den fortrolighed der opstod mellem dem.

Efter sin novice-ordination flyttede Freda ind på hans kloster, Rumtek i Sikkim – et enormt privilegie, når man tænker på at munke og nonner almindeligvis bor strengt adskilt i tibetanske klostre.

Det kan måske skyldes de planer den 16. Karmapa havde for Freda. Han genkendte hurtigt hendes enorme potentiale; det var nemlig ham der kom med forslaget om, at hun skulle rejse til Hong Kong, og modtage fuld ordination i den kinesiske *dharmaguptaka*-tradition.

Freda skulle blive den første nonne i den tibetanske tradition i flere århundreder, som fik titlen *gelongma*. I løbet af Tibets historie har der kun været ganske få undtagelser, hvor nonner med særlige spirituelle evner har modtaget fuld ordination, men det har ikke fundet sted siden det 16. århundrede.

Ifølge karmapaen var det netop en lærd og selvsikker kvinde som Freda, der var klar til at tage skridtet mod fuld ordination. Med dette formål rejste hun afsted til Hong Kong i 1971, og blev fuldt ordineret i et kinesisk tempel.

Siden da har mange, primært vestlige, kvinder fulgt hendes eksempel, og taget *gelongma*-løfter i Kina, for at opnå samme status som de tibetanske munke.

Fredas ordination var da også en mediebegivenhed; udover en masse tilskuere, som ville se den berømte



Det har været buddhistiske templer som dette, Freda så på sin første rejse til Burma (i dag Myanmar), hvor hun for første gang blev bekendt med buddhisme.



Fredas yngste søn, Kabir Bedi, gjorde karriere som Bollywood-skuespiller. Han blev aldrig munk, selvom Freda håbede på det da han var en lille dreng.

kvinde blive ordineret, mødte et filmhold også op, for at dokumentere ritualet.

Freda var nu mere berømt end nogensinde, og efter ritualet blev hun beskrevet i en indisk avis som den mest eminente buddhistiske nonne i hele landet. Da hun vendte tilbage til Rumtek, blev hun modtaget af jublende menneskemængder med hvide *khataker* (ceremonielle tørklæder) –

ligesom når man modtager en *rinpoche* (buddhistisk læremester) af højeste status.

Det var bestemt et særsyn, at en nonne stod for grund til så stor festivitas, men ikke desto mindre blev Freda opfattet som noget ganske særligt.

Otte år før sin *gelongma*-ordination havde Freda slået et stort slag for de tibetanske nonner i eksil, som den-

gang var en meget overset gruppe i *sanghaen*, det vil sige det buddhistiske fællesskab. Ligesom hun var den første til mange andre ting, var hun også den første der etablerede et tibetansk nonnekloster i eksil.

I 1963 grundlagde hun, på karmapaens forespørgsel, Karma Drubgyu Targye Ling, også kaldet the Mahayana Buddhist Nunnery i Dalhousie, Himachal Pradesh. I 1968 blev klosteret dog flyttet til Tilokpur, som regnes for at være et meget helligt sted for både hinduer og buddhister.

Sammen med de andre nonner sled og slæbte Freda, for at bygge det nye kloster op fra grunden. Det var et enormt projekt, og indtil klosteret stod færdigt, måtte nonnerne bo i græshytter, men det lykkedes dog for dem, at få det bygget op.

Klosteret står der stadig i dag, og huser 65 nonner. De modtager en bred uddannelse i buddhistisk filosofi, tibetansk sprog, engelsk og religiøs debat.

På Fredas tid var det flygtninge fra Tibet, der boede i klosteret, men i dag er det piger fra hele Himalayaregionen, ofte fra fattige kår, som rejser dertil for at blive nonner.

Til forskel fra de klassiske nonneklostre i Tibet, som ofte hørte under et større munkekloster, hvor nonnerne var afhængige af deres egne familier for at blive sponsoreret, har nonnerne på Tilokpur primært udenlandske sponsorer.

Den sidste, og måske vigtigste, ting som understreger at Freda var noget helt særligt var, at hun blev anset for at være en emanation af den hvide Tara, som på tibetansk kaldes Drolkar. En emanation er et menneske, som siges at indeholde egenskaber, evner og kvaliteter fra en bestemt guddom, og dermed bærer en lille del af denne i sig.

Tara er en kvindelig bodhisattva, der repræsenterer medfølelse og aktion, og som eksisterer i 21 udgaver – og det var netop sin medfølelse og handlekraftighed Freda blev så berømt for, både blandt indere og tibetanere.



Rumtek Kloster i Sikkim. Her boede Freda i et af de øverste værelser, ganske tæt på den 16. Karmapas gemakker.

Ikke overraskende var det den 16. Karmapa, der identificerede hende som en Tara-emanation. Denne helt særlige status som Freda opnåede, var også med til at skabe hendes minde og arv.

Efter flere år med et skrantende helbred døde Freda, 66 år gammel, da hun var i Delhi for at deltage i en buddhistisk konference.

Ifølge hendes ledsager, Pema, der var til stede, var Fredas død langt fra tilfældig; samme dag sørgede Freda for at få orden i alle sine ting, skrev sine sidste breve, og satte sig til sidst til at meditere.

Det siges at Freda, som en oplyst meditationsmester, døde i lotusstilling med et lille smil på læben. Således blev hendes død omgærdet af mystik; der er flere påstande om, at Freda havde opnået det stadie, der kaldes *samadhi*, hvilket betyder at man dør helt intentionelt og bevidst – hvilket kun er noget som særligt oplyste buddhistiske mestre kan gøre, når de føler at det er tid til at lade sig reinkarnere.

Pema påstod, at det var præcis dette stadie Freda befandt sig i – at hun ingen ydre livstegn viste – men at

hendes krop fortsat var varm, og ikke gik i forrådnelse.



Maleri af de 21 Taraer. Den 16. Karmapa anså Freda for, at være en emanation af den Hvide Tara.

Kun ganske få mennesker kendte de præcise omstændigheder ved Fredas død, men for dem som tror på at hun opnåede *samadhi*, kan det opfattes som en bekræftelse af, at Freda virkelig var en emanation af Tara, en sand buddhistisk mester. Men selv her

slutter Fredas historie ikke.

To år efter hendes død fik den tibetanske buddhistiske mester, Beru Khyentse Rinpoche, en datter, der senere blev identificeret som Fredas reinkarnation.

Det var dog først i 1995 at hendes far sammen med flere betydningsfulde lamaer, officielt anderkendte pigen som en reinkarnation af Freda. På daværende tidspunkt var hun fyldt 16, og levede allerede som nonne.

Hendes navn er Jamyang Dolma, og hun er, ligesom Freda, i høj grad en sjældenhed i det tibetanske samfund. Det skyldes, at buddhistiske mestre som regel har været mænd – og at drengebørn altid er blevet identificeret som deres reinkarnationer.

Historisk set har man nemlig i tibetansk buddhisme opfattet kvindeskroppen som et resultat af dårlig karma, hvorimod mandeskroppen har været set som det ideelle fartøj, hvis man skulle opnå buddhistisk oplysning.

Det er også derfor Fredas arv i høj grad er vigtig fra et kvindeligt perspektiv; sammen med den 16. Karmapa satte hun et eksempel for tibetanske nonner ved at tale deres sag, da hun grundlagde det første nonnekloster i eksil i en periode, hvor de var komplet oversete.

Ifølge en anden nonne fra vesten, Gelongma Karma Lekshe Tsomo, er Freda desuden et af de vigtigste eksempler på, at man som nonne ikke skal lade sig begrænse af at have færre muligheder end munkene, men at fuld ordination *er* en mulighed – og en nødvendighed.

Det er dog ikke alle munke og nonner, som er enige i, at man kan 'blande' den tibetanske og den kinesiske tradition på samme måde, som Freda, som sidenhen mange andre har gjort. Netop derfor er debatten om hvorvidt, der skal installeres en *gelongma*-orden i tibetansk buddhisme så vigtig.

Men der er endnu ikke fundet en løsning, da hverken nonner eller munke fra både Asien og den vestlige verden er blevet enige. Ifølge Dalai Lama selv, bør vi dog acceptere disse tibetansk-kinesiske *gelongmaer* som nonner, men han er samtidig enig i, at der bør oprettes fuld ordination til nonner i tibetansk buddhisme. For hans vedkommende er spørgsmålet ikke *hvorvidt* det skal gøres, men *hvordan*.

Noter

Tak til Trine Brox for hjælp med artiklens tilblivelse.

Kilder

Hannah, Michelle (2012) "Colliding Gender Imaginaries: Transnational Debates about Full Ordination for Tibetan Buddhist Nuns", *Asian Journal of Women's Studies*, Routledge.

Havnevik, Hanna (1989) "A Tibetan Nunnery in Exile", *Tibetan Buddhist Nuns: History, Cultural Norms and Social Reality*, Norwegian University Press, The Institute for Comparative Research in Human Culture.

Mackenzie, Vicki (2017) *The Revolutionary Life of Freda Bedi: British Feminist, Indian Nationalist, Buddhist Nun*, Shambhala Publications.

Mohr, Thea; Venerable Jampa Tsedroen; Jampa Tsedroen (2010) *Dignity and Discipline: Reviving Full Ordination for Buddhist Nuns*, Wisdom Publications.

Tsomo, Lekshe Karma (1988) *Daughters of The Buddha*, Snow Lion Publications, Ithaca, New York.

Tsomo, Lekshe Karma (2014) "Buddhist Women in the Tibetan Cultural Region", *Eminent Buddhist Women*, State University of New York Press.

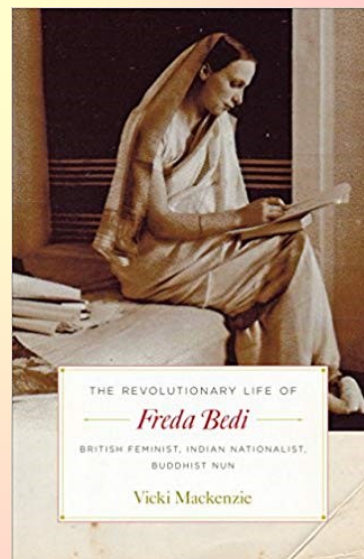
Khyenkong Tarjay Buddhist Organization:
<http://www.khyenkong-tharjay.org/anila.htm>

Karma Drubgyu Thargay Ling:
<http://tilokpurnunnery.com/history-of-nuns/>

Om forfatteren



Kirsten Skov Vang er 24 år gammel. Hun har netop afsluttet sin bachelorgrad i Tibetologi på Københavns Universitet, og starter til efteråret på kandidaten i Tværkulturelle Studier, hvor hun forsat vil fokusere på tibetannerne og Tibet. Hun er særligt interesseret i tibetanske nonner, en interesse som opstod, da hun sammen med en medstuderende tilbragte et semester (efteråret 2016) i et Drikung Kagyu nonnekloster uden for Dehradun i det nordlige Indien.



Du kan købe Vicki Mackenzies bog, 'The Revolutionary Life of Freda Bedi: British Feminist, Indian Nationalist, Buddhist Nun', i Selskabets butik. Pris kr. 250,00 + porto.

Nagarjuna og beretningen om tyven af Osho

Oversat og redigeret af Grethe Sørvig.

Nagarjuna var en nøgen asket og yogi, og en højt udviklet buddhistisk mester, der havde mange overnaturlige evner. Han var også en meget berømt guru, og var meget elsket og respekteret. En dag inviterede en dronning ham til sit palads. Hun ville bede ham om en tjeneste. Nagarjuna sagde, "Hvad vil du?", og dronningen svarede, "Jeg vil gerne have din tiggerskål".

Nagarjuna gav hende sin tiggerskål, som var den eneste materielle ting han ejede. Dronningen gav til gengæld Nagarjuna en tiggerskål af guld, dekoreret med ægte diamanter. Hun sagde, "Denne er til dig, den kan du beholde. Jeg vil tilbede din tiggerskål, som du har båret i årevis - den er fyldt med din hellige energi. Den skal være mit tempel. En person som dig skal ikke gå rundt med en almindelig tiggerskål af træ - tag i stedet for denne, den er lavet af guld. Jeg har fået den lavet specielt til dig."

Den var meget smuk og kostbar. Hvis Nagarjuna havde været en almindelig mystiker ville han nok have sagt, "Jeg kan ikke tage imod den. Jeg har jo givet afkald på alt verdsligt." Men for Nagarjuna var alt et og det samme, så han tog i mod skålen.

På vej ud fra paladset blev han observeret af en tyv, der knapt kunne tro sine egne øjne: "En nøgen mand med sådan en kostbar ting! Hvor længe kan han mon beskytte den?" Tyven fulgte efter ham...

Nagarjuna boede udenfor byen i ruinerne til et gammelt tempel. Der var ingen døre eller vinduer, det var kun en ruin. Tyven blev meget glad: "Nagarjuna vil snart lægge sig til at sove, og jeg vil kunne stjæle skålen uden problemer."

Tyven gemte sig bag en væg lige udenfor, og Nagarjuna smed skålen så den landede foran hans fødder. Tyven stirrede vantro på den, og kunne knapt tro sine egne øjne. Nagarjuna smed skålen, fordi han var klar over, at det ikke var ham selv tyven var interesseret i, men skålen. "Så hvorfor lade tyven vente unødigt? Få det nu overstået og lad ham gå, så jeg kan få fred."

"Sådan en kostbar ting, og Nagarjuna har bare smidt den udenfor". Tyven syntes ikke han kunne være bekendt at gå uden at have takket Nagarjuna. Han var godt klar over, at Nagarjuna havde smidt den der, så han kunne tage den.



Han stak sit hoved indenfor og sagde, "Være venlig at acceptere min tak. Du er et sjældent væsen, jeg kan næsten ikke tro, at jeg oplever dette, og på grund af det, er der opstået et stort ønske i mit hjerte. Jeg kaster bort mit liv på at være en tyv, og så oplever jeg, at mennesker som dig findes. Må jeg røre ved dine fødder?"

Nagarjuna grinede og sagde, "Ja, det er derfor jeg smed skålen udenfor, så du kunne komme indenfor." Tyven var fanget. Han kom indenfor og berørte Nagarjunas fødder. I det øjeblik var tyvens sind meget åbent, fordi han havde indset, at Nagarjuna ikke var en almindelig person.

Så tyven var både åben, modtagelig, taknemmelig, mystificeret og betaget, og i det han rørte ved hans fødder følte han det guddommeliges tilstedeværelse. "Hvor mange liv vil der gå før jeg bliver som dig?" spurgte tyven. Nagarjuna svarede, "Hvor mange liv? Det kan ske i dag - det kan ske nu".

"Det kan du da ikke mene," sagde tyven. "Hvordan kan det ske nu? Jeg er en tyv - en velkendt tyv. Hele landsbyen ved hvem jeg er, selvom de endnu ikke har været i stand til at fange mig. Selv kongen er bange for mig, fordi jeg tre gange har sneget mig ind i hans skatkammer og stjålet fra ham. De ved det godt, men de kan ikke bevise det. Jeg er en mestertyv. Du har måske ikke hørt om mig fordi du er en fremmed her. - Hvordan kan jeg bare blive transformeret sådan lige med det samme?"

Nagarjuna svarede, ” Hvis der i et ældgammelt hus har været mørkt i flere hundrede år, og du gik ind i det med et stearinlys, kan mørket så sige, ”Jeg har været her i flere hundrede år, og kan ikke forsvinde blot fordi du kommer her med et stearinlys? Kan mørket gøre modstand? Ville det udgøre nogen forskel om mørket har været der en dag eller i millioner af år?”

Tyven kunne se sandheden i det Nagarjuna sagde. Mørket kan ikke modstå lyset - når lyset kommer forsvinder mørket. Nagarjuna sagde, ”Du har måske levet i mørket i millioner af liv. Det er ligegyldigt. Jeg vil fortælle dig en hemmelighed: du kan tænde lyset i dit indre.”

Tyven sagde, ” Jamen, hvad med mit erhverv. Er jeg nødt til at holde op med at stjæle? Nagarjuna sagde, ”Det er helt op til dig. Jeg bekymrer mig ikke for dig og dit erhverv. Jeg kan kun give dig hemmeligheden om hvordan man tænder lyset i sit indre, og derefter er alt op til dig.”

Tyven sagde, ”Men når jeg spørger andre helgener, svarer de altid, ’Hold først op med at stjæle, og kun når du har gjort det, vil jeg give dig en indvielse’.” Nagarjuna grinede og sagde, ”Det må have været andre tyve du har talt med, og ikke helgener. De har jo ingen viden. Det eneste du skal gøre er at være opmærksom på dit åndedræt - Buddhas ældgamle metode - følg blot dit åndedræt ind og ud. Hvornår du end kommer i tanke om det, følg dit åndedræt. Selv når du er ude og stjæler, når du sniger dig ind i andres hjem om natten, så følg dit åndedræt ind og ud.

Når du er inde i folks skattekamre og ser diamanter, fortsæt med at være opmærksom på dit åndedræt. Gør alt hvad du har lyst til, men husk at følge dit åndedræt ind og ud.” Tyven sagde, ”Det lyder så enkelt. Ingen moralisering? Intet behov for udvikling af gode kvaliteter? Ingen andre krav?”

Nagarjuna sagde, ”Absolut ingen. Du skal kun være opmærksom på dit åndedræt.”

Da der var gået 15 dage kom tyven tilbage, men han var helt forandret. Han bøjede sig for Nagarjuna og sagde, ”Du fangede mig, og du fangede mig så smukt, at jeg ikke mistænkte noget som helst. I de sidste 15 dage har jeg forsøgt at følge dit råd, men det har været umuligt. Hvis jeg er opmærksom på mit åndedræt kan jeg ikke stjæle. Hvis jeg stjæler mister jeg opmærksomheden på mit åndedræt. Når jeg er opmærksom på mit åndedræt bliver jeg så stille, så klar, så opmærksom, så bevidst, at selv diamanter mister deres værdi. Du har givet mig et problem, et dilemma. Hvad gør jeg nu?”

Nagarjuna sagde, ”Forsvind med dig, og gør lige hvad du har lyst til. Hvis du gerne vil have den stilhed, den fred, den lyksalighed, som opstår i dig når du er opmærksom på dit åndedræt, så vælg det. Men hvis du synes, at alle disse diamanter, guld og sølv er mere værd end det, så vælg det. Valget er dit eget. Jeg har

absolut ingen ret til at blande mig i dit liv.”

Tyven sagde, ”Jeg kan ikke vælge at blive ubevidst igen. Jeg har aldrig før været så lykkelig som jeg har været de sidste 15 dage. Vær venlig at acceptere mig som din discipel, vær venlig at give mig en indvielse”

Nagarjuna sagde, ”Jeg har allerede indviet dig.”

Nagarjuna Et kort rids

Af Grethe Sørvig



Nagarjuna var en af Mahayana-buddhismens store patriarker, og mange betragter ham som ”den anden Buddha”.

Han blev født i det 2. årh. evt. i en brahmin (højcaste) - familie i Syd Indien. Han konverterede tidligt til buddhismen, blev munk, studerende på det store buddhistiske universitet, Nalanda, allerede som 7-årig, og blev en af de største mestre indenfor Mahayana-traditionen, som han var med til at grundlægge og udvikle.

Han var i mange år overhoved på Nalanda, men forlod senere den akademiske verden, og blev asket og yogi, og levede og mediterede i huler på afsidesliggende og øde steder i Himalaya-regionen. Han blev efterhånden en af grundlæggerne af tantrisk buddhisme, sammen med mestre som fx Saraha, der også havde været hans lærer på Nalanda, samt andre store Mahasiddhas*.

Nagarjuna var kendt som en meget oplyst åndelig mester, og som et resultat af hans dybe og intense yogiske praksis, udviklede han mange overnaturlige evner, bl.a. evne til at forlænge sit liv, og man mener, at han blev 600 år gammel.

Nagarjuna var også en indviet alkymist, og var en af de få alkymistiske mestre, der var i stand til at lave guld. Guldet brugte han til at købe mad og tøj til professorer og studerende ved Nalanda-universitetet, i en periode med uår og tørke i Indien, hvor der var mangel på fornødenheder.

Han havde også evne til at besøge og kommunikere med gudsdomme, naturånder og andre væsener fra andre verdener og bevidsthedsniveauer.

Som ung munk på Nalanda var han kendt under navnet Shrimanta, men er senere blevet kendt under navnet Nagarjuna, hvilket der er en helt speciel grund til:

en dag mens han stadigvæk underviste på Nalanda kom der to unge mænd på besøg. De tilhørte en højere klasse af nagaer (naga: slangeånd), og var sønner af en naga-konge, men havde materialiseret sig i menneskelig form. De duftede begge meget kraftigt af sandeltræ, og da Nagarjuna spurgte ind til dette, indrømmede de, at de egentlig var nagaer.

Nagarjuna bad dem om at skaffe sandeltræs røgelse fra naga-riket til en Tara-statue, og spurgte om de kunne hjælpe til med at bygge nogle tempelrum på Nalanda.

Til dette skulle de have tilladelse fra deres far, så de rejste tilbage til Naga-riket, og bad deres far om lov. Faren ville imidlertid kun give sin tilladelse hvis Nagarjuna til gengæld ville besøge deres verden, og undervise dem i buddhisme, hvilket han lovede og overholdt.

Nagarjuna var på forhånd klar over, at nagaerne havde nogle kapitler af en af Buddhas belæringer, 'De Hundred Tusind Vers om Prajnaparamita Sutra' (sanskrit: Shatasahasrika-prajnaparamita Sutra), og ville gerne have en kopi af dem.

Foranledningen til dette var, at da Buddha gav belæringen, 'Prajnaparamita - Perfektion af Visdom', tog nagaerne én version af belæringen med til deres verden, for at beskytte den der, guderne tog en anden version, og de velstandsbeskyttende naturånder, Yakshaerne, tog en tredje version med til deres rige. Nagarjuna tog med sig 'Hundred Tusind Vers' - versionen, men nagaerne beholdt de to sidste kapitler af teksten for at sikre sig, at Nagarjuna ville besøge dem og undervise dem på et senere tidspunkt.

Nagarjuna fik, efter at have besøgt og undervist nagaerne mange gange, og efter at have lavet mange ofringer og indvielser i deres rige, de to ønskede kapitler af naga-kongen, og lagde dem både til en revideret version af 'De Hundred Tusind Vers om Prajnaparamita Sutra' og 'De Otte Tusind Vers om Prajnaparamita Sutra' (sanskrit: Ashtasahasrika-prajnaparamita Sutra), der således har fået de to samme afsluttende kapitler. Nagarjuna bragte også med sig en særlig type ler fra naga-riket, som han byggede mange stupaer og templer af.

Nagarjuna blev således ven med nagaerne, der tilbad og beskyttede ham. Når han gik i retreat og ville være i fred for andre mennesker, tog han hen til en stille ø, der tilhørte nagaerne rige. Øen var fyldt med slanger, som aldrig skadede ham, men som holdt andre mennesker væk - bortset fra nogle få, der havde et så stærkt et ønske om at blive Nagarjunas elever, at de udsatte sig for livsfare, og besøgte ham på slange-øen for at få belæringer af ham.

Den første del af Nagarjunas navn, 'Nag' henviser til hans forbindelse til naga-riket, og den anden del, 'arjuna' henviser til hans skelneevne og evne til at skære igennem og holde sig til sagen når han underviste.

'Arjuna' var en meget berømt vismand og kriger, der i den hinduistiske tekst, Bhagavad Gita, bliver undervist af Krishna, der siger til ham, at Arjuna, som spirituel kriger, skal være forberedt på at skære igennem og give afkald på alt det han er knyttet til og som forhindrer ham i at nå Oplysning, selv hans sine forældre, hvis de forhindrer ham i at nå Oplysning.

Arjuna var både kendt for, som kriger, at altid træffe målet med sine pile, og som spirituel kriger for sin perfekte skelneevne og villighed til at give afkald på alt for at nå den fulde Oplysning. Deraf navnet 'Nagarjuna'.

Nagarjuna er, som nævnt, også kendt som en af de store mestre, der udviklede den buddhistiske Mahayana-skole (Madayamika), og skrev utallige tekster relateret til sutraerne, bl.a. "Madyamikas Grundtekst - Skelnende Opmærksomhed" (sanskrit: "Prajna-nama-

mulamadhyamaka-karika"), "Den Kostbar Kæde af Belæringer" (sanskrit: "Ratnavali") og "Halvfjers Vers om Tomheden (sanskrit: "Shunyatasaptati").

Mange af disse tekster, som han skrev og underviste i mens han var abbed på Nalanda, bliver stadigvæk brugt indenfor Mahayana-traditionen, både til at forstå Buddhas lære, og til kontemplation.

Node:

*'Mahasiddha' er et sanskritord, der betyder 'Stor Åndelig Meister', en betegnelse, der først og fremmest bliver brugt i forbindelse med yogier, der praktiserer Vajrayana (tibetansk buddhisme). Maha = Stor, Siddha = en person, der gennem intens, spirituel praksis har opnået overnaturlige evner (siddhi = overnaturlig evne), stor indsigt, visdom og medfølelse.

Kilder:

Keith Dowman, "Masters of Mahamudra: Songs and Histories of the Eighty-Four Buddhist Siddhas". (Sury Series in Buddhist Studies) Paperback – August 30, 1986.

Osho, "The Fish and the Sea is not Thirsty". <http://baytallah.com>

Thrangu Rinpoche: "Life of Nagarjuna—Ludrup Njyngpo". <http://rinpoche.com>.



Mudras

De Hellige Buddhistske Håndstillinger

Af Tibetan Nuns Project

Dansk oversættelse: Grethe Sørvig.



Mudras er hellige håndstillinger, der benyttes for at opnå en særlig sindstilstand. Sanskritordet 'Mudra' betyder 'segl', 'understregning' eller 'håndstilling'. Det tibetanske ord for mudra er 'chakgya'. Hver af de hellige håndstillinger har en særlig betydning, og mange af dem symboliserer vigtige øjeblikke eller situationer i Buddhas liv.

8 Mudras og deres betydning.

Mudra eller de hellige håndstillinger bliver ofte vist indenfor buddhistisk kunst. Vi vil, i denne artikel, beskrive nogle af de mest almindelige mudras.

Jord Vidne Mudraen



Da den historiske Buddha, Siddharta Gautama, meditere under Bodhi-træet blev han angrebet af den kvindelige dæmon, Mara, der forsøgte at forstyrre hans sind. Mara repræsenterer den lidenskab, der fanger os i

en illusorisk verden. Siddharta afviste at lade sig friste og således lade sig lede væk fra vejen mod Oplysning. Han påkaldte jorden, og bad den bevidne, at han var værdig at nå Oplysning ved at udtale, "Jorden skal være mit vidne, og jeg vil ikke lade mig forføre".

Indenfor buddhistisk ikonografi fremstilles den historiske Buddha ofte med Jord Vidne Mudraen, også kendt som 'Bhumisparsa Mudra' eller 'Vidne – håndstillingen', siddende i meditationsstilling, mens han berører jorden med højre hånds fingerspidser, og med håndfladen vendt indad. Venstre hånd er placeret under hans mave, med håndfladen vendt opad.

Meditations Mudraen



Meditations Mudraen (sanskrit: Dhyana Mudra) udføres ved at placere begge hænder under navlen, den ene ovenpå den anden, med håndfladerne vendt opad, hvor tommelfingrene berører hinanden let og de andre fingre er strakte. Denne mudra hjælper en med at berolige sinnet under meditation, og benyttes i forbindelse med dyb kontemplation og refleksion. Meditations Mudraen er den mudra, der karakteriserer Buddha Shakyamuni.

Namaskara eller Anjali Mudra



Hans Hellighed Dalai Lama holder hænderne sammen både for at hilse og for at vise andre respekt. Foto: Olivier Adam.

Selvom denne mudra ikke bliver vist i kunst, der repræsenterer Buddha eller andre guddomme, bliver den ofte benyttet af nonner, munke og legfolk til at give udtryk for hengivelse, bøn og respekt. I det mudraen kaldes for Namaskara Mudra eller Anjali Mudra bliver den også brugt som en almindelig måde at hilse på i de fleste asiatiske lande. *Anjali* er et sanskrit-ord, der betyder 'hilsen' eller 'at ofre', og *Namaskar* er et hindi-ord, der betyder 'goddag'. For at lave denne mudra samler man hænderne foran sit hjerte, med finderspidserne pegende opad og tommelfingrene tæt på brystet, hvilket symboliserer ære, respekt og hengivenhed.

At Holde Juvelen Mudraen



En ældre nonne fra Zanskar samler sine hænder foran sig i hengivenhed, mens hun holder den ønskeopfyldende juvel i en mudra, der associeres med Avalokiteshvara (tibetansk: Chenerezig). Foto: Olivier Adam.

Sanskrit: Manidhara Mudra. Denne mudra ligner meget på Namaskara eller Anjali Mudraen beskrevet ovenfor. Manidhara Mudra udføres også ved at samle hænderne foran brystet, men med lidt bøjede håndflader og fingre, som om man holder en kostbar, ønskeopfyldende juvel

mellem sine hænder. Denne juvel bliver vist på tibetanske bedeflag, hvor den bliver båret på ryggen af en Lung-ta eller 'Vindhest'. Denne hellige håndstilling er Avalokiteshvaras mudra.

Avalokiteshvara er en Bodhisattva, der er personifikationen af alle Buddhas medfølelse. Det tibetanske ord for Avalokiteshvara er Chenerezig. Dalai Lamaerne anses for at være en manifestation af Chenerezig.

Mandala Ofrings Mudraen



En tibetansk nonne laver mandala ofrings mudraen med sin mala (buddhistisk bedekæde). Foto: Olivier Adam.

Mandala Ofrings Mudraen er en kompleks og hellig håndstilling, der symboliserer ofring af hele universet til gavn for alle bevidste væsener. At lave denne mudra hjælper en med at reducere tilknytning, og med at rense det tilknyttede sind. Selvom mudraen udføres i forbindelse med bøn og buddhistiske ceremonier, kan den også udføres af ikke-buddhister for at opnå spirituel fortjeneste.

For at lave denne mudra bør man sidde i meditationsstilling med ret ryg, berolige sit åndedræt og visualisere, at man ofrer mandalaen - universet - til Buddha, bodhisattvaer og alle guddommelige væsener, med stor glæde og et rent hjerte.

Vend håndfladerne opad og flet fingrene fra begge hænder sammen med hinanden. Placer tommelfingrene ovenpå modsatte hånds lillefingre, og pegefingrene oven på modsatte hånds langfingre. De to hænder ringfingre mødes i midten, og står ret op i mudraens centrum og symboliserer det hellige bjerg, Mount Meru (der i flg. Sri Kalachakra Tantras kosmologi er universets centrum. Red.). De sammenflettede lille- og langfingre symboliserer de fire store kontinenter (også beskrevet i Sri Kalachakra Tantra. Red.).



Tibetansk nonne fra Sanzkar laver Mandala Ofrings Mudraen. Foto: Olivier Adam.

Belærings Mudraen



Skulpturen viser Belærings Mudraen (sanskrit: Vitaraka Mudra), hvor tommelfingeren berører pegefingerringen og former en cirkel. Foto: Olivier Adam.

Belærings og Debat Mudraen (sanskrit: Vitarka Mudra) er en almindelig mudra, der repræsenterer overleveringen af, og debatten om Buddhas Lære. Mudraen laves ved at placere tommel- og pegefingerens spidser mod hinanden, så der dannes en cirkel, mens de andre tre fingre er strakte.

Mudraen symboliserer perfektion, uden begyndelse eller ende. Mudraen laves vanligtvis med en hånd, mest almindelig med højre hånd, med hånden placeret tæt på brystet, og med håndfladen vendt udad.

Den kan også udføres med begge hænder foran brystet. Når man laver den med begge hænder vender man venstre hånds håndflade indad, mod brystet, og den højre hånd vender udad.

Belærings Mudraen repræsenterer Buddhas første belæring efter, at han nåede Oplysningstilstanden. Den symboliserer også det ”at dreje Dharmaens Hjul”,

eller ”Dharmachakra”. Der findes rigtigt mange varianter af denne mudra i Mahayana buddhismen. Indenfor tibetansk buddhisme repræsenterer den også Taras og bodhisattvaernes mystiske håndstillinger.

Generøsitetens Mudraen



I denne thangkha-detalle af Hvid Tara holder hun en Utpala-blomst i sin løftede venstre hånd. Her mødes tommel- og ringfinger. Dette er en håndstilling, der repræsenterer held, og som viser, at man, ved at have tillid til hende, vil opnå et fuldstændigt rent sind og et helt rent psykofysisk legeme.*

*(*Utpala-blomst: findes vanligtvis kun i tibetanske thangkhaer, og kan sammenlignes med en lotus, i det den også, som lotussen, vokser i mudder, men alligevel altid er skindende ren. Sanskrit-ordet Utpala har to betydninger, den ene er ”Lotus” og det andet er et af mange navne på en medicinsk plante, også kaldet ”khoot” på hindi. Red.)*

Generøsitetens Mudraen (sanskrit: Varada Mudra) repræsenterer generøsitet og medfølelse. Man finder den vanligtvis vist i thangkhaer af den hvide og grønne Tara. Denne hellige håndstilling repræsenterer det at give vel-signelser, opfyldelse af ønsker og tilgivelse. Den symboliserer også ”sandhedens gave” - den kostbare gave som dharmaen eller Buddhas Lære er.

I Varada Mudra vendes håndfladen udad og nedad, mens bagsiden af hånden hviler på højre ben.



I denne thangkha-detalle af Hvid Tara vises Varada Mudra eller Generøsitetens Mudraen med højre hånd vendt udad og hvilende på højre ben.

Frygtløsheds Mudraen



En gigantisk statue af Buddha i Hong Kong viser den siddende Buddha med Frygtløsheds Mudraen (sanskrit: *Abhaya Mudra*).

Frygtløsheds Mudraen eller Abhaya Mudra: *Abhaya* er et sanskrit ord, der betyder frygtløshed, og Abhaya Mudra repræsenterer således fraværet af frygt.

For vesterlændinge kan håndstillingen ligne den man bruger for at signalisere ”stop”.

Mudraen udføres ved at løfte højre hånd til skulderhøjde, med armen bøjet og håndfladen vendt udad. Mudraen bliver oftest vist med Buddha stående oprejst.

Denne hellige håndstilling, som man kender helt tilbage fra de ældste ikoniske fremstillinger af Buddha, symboliserer også fred og venskab. Ved at placere sin hånd opad og åben på denne måde indikerer man, at man ikke bærer våben og, at man kommer med fred.

Indenfor buddhismen symboliserer denne mudra den frygtløshed, og derfor den spirituelle kraft, som Buddha og den bodhisattva, der laver mudraen repræsenterer. Der siges, at den historiske Buddha viste denne hellige mudra umiddelbart efter, at han nåede Oplysningstilstanden.

På et senere tidspunkt i Buddhas liv blev han angrebet af en aggressiv elefant. En person, der havde håbet at kunne bruge elefanten som våben mod Buddha og hans disciple havde tortureret det stakkels dyr, og derefter givet det alkohol. Elefanten, der var meget aggressiv og havde mange smerter, begyndte at true Buddha og hans disciple. Mens andre løb væk blev Buddha stående rolig foran elefanten og rejste sin højre hånd i frygtløshedens mudra. Han havde stor medfølelse og kærlighed med den stakkels elefant. Elefanten reagerede med at blive helt rolig, hvorefter den gik hen til Buddha og bøjede sit hoved.

Fotos og billeder af thangkhas i artiklen tilhører Tibetan Nuns Project, og er blevet brugt med tilladelse.



2018
TIBETAN NUNS PROJECT

Tibetan Nuns Project er et af de projekter du kan støtte gennem Selskabet. Læs mere om dem under ”Aktuelle Projekter” på side 20. Husk, at du kan trække både 4/5 af medlemskontingentet og af alle donationer op til 15.000 kr. årligt fra i skat.



Referat fra generalforsamlingen 2018 inkl. Årsrapport for 2017.

Ad. 1. Valg af dirigent og referent. Næstformand Lillian Evang blev valgt til dirigent og formand Grethe Sørvig blev valgt som referent. Der blev ønsket velkommen, og konstateret, at generalforsamlingen var lovligt og rettidigt indkaldt.

Ad. 2. Årsberetning. Formand Grethe Sørvig fremlagde følgende årsberetning for 2017, der blev godkendt af generalforsamlingen:

Bestyrelsen

Efter generalforsamlingen i 2017 bestod Selskabets bestyrelse af: Grethe Sørvig, formand, kasserer, butiksansvarlig, redaktør og layout'er for 'Tibet', Lillian Evang, næstformand, medlemsansvarlig og Selskabets jurist, Jørgen Evang, Selskabets advokat, Kirsten Sundsvold og Tsewang Lhundup. Suppleanter: Anni Qvistgaard og Wangdi Gyaljen.

Medlemmer

Pr. den 31/12 2017 havde Selskabet 320 medlemmer.

Medlemsbladet

Som planlagt udgav vi 2 numre af 'Tibet' i 2017.

Facebook

Formanden har, efter et media-kursus, ændret Facebook-gruppen til en Facebook-side, der kan nå ud til flere, hvilket har resulteret i en fordobling af følgere i løbet af få måneder. Det har også resulteret i flere nye betalende medlemmer af Selskabet, samt meget bedre salg fra vores web-shop.

Butik og salg

Vi har haft et salg, der ligger kr. 5425,00 over sidste års salg. I alt har vi tjent kr. 29.208,00 på varesalg, og butikkens varelager har en værdi på 80.000 kr. Det meste af salget kan nok tilskrives Selskabets nye Facebook-side, hvis annoncer kan nå ud til hele landet, samt til følgere af vores side fra Danmark og Norge.

Arrangementer i 2017:

9. marts: Generalforsamling

10. marts demonstration: Selskabet var for første gang med som medarrangører af 10. marts-demonstrationen. Dette fordi Kinas politik overfor Tibet har ændret sig, og går nu mere målrettet efter at udrydde tibetansk sprog, kultur og religion.

Da et af Selskabets hovedformål er at arbejde for bevarelsen af tibetansk kultur, er det en selvfølge og vores pligt at være med til at protestere overfor kineser-

ne, og overfor den danske regering, der støtter Kinas politik for ussel mammon.

Den 10. marts 2017 havde vi således, i samarbejde med Dansk Tibetansk Samfund, Students for a Free Tibet Denmark og Støttekomiteen for Tibet lejet Nytorv til et stort arrangement i det indre København.

En stor ladvogns scene var lejet til vores talere og musikere, Thomas Thor Viderø Ulstrups og Maria Sitas band, 'Music for Hearts' og den dygtige sanger og guitarist, Mogens Dyrst, der begge spillede gratis for Tibets sag. Selskabet havde også et lille udvalg af relevante varer med, og tidligere Folketingsmedlem Pernille Frahm (SF), formand for Students for a Free Tibet Denmark, Tine Steffensen, musiker Thomas Thor Viderø Ulstrup og Selskabets formand holdt taler.

Pema Andersen fra Students for a Free Tibet Denmark, læste Dr. Lobsang Sangays 10. marts tale for os, og det vellykkede arrangement i det iskolde vejr blev, som vanligt, afrundet med, at herboende tibetanere sang den tibetanske nationalsang.



Flere medlemmer af Selskabets bestyrelse deltog i 10. marts demonstrationen 2017. Øverst tv.: Grethe Sørvig, th: Kirsten Sundsvold og tv: Wangdi Gyaljen

7. -14. maj: Besøg af 6 lamadansere og 5 folkedansere fra Ladakh. Vi havde besluttet, at vi ikke ville spare på noget med hensyn til præsentationen af, og rammen om lamadansene, og derfor havde vi lejet Dronningesalen i Den Sorte Diamant til forestillingen. Det var det hele værd, da der bl.a. indgik lyd- og lys-udstyr og en professionel lyd- og lystekniker og 2 guider i prisen.

Lamaerne, der havde deres egen butik med, fik desuden bruge forhallen til at stille op en bod. Lamaerne betragtede deres forestilling som en spirituel rejse, og den var meget smuk.



Fra danseforeatillingen om Kong Gesar af Ling



Trommedansen

I tillæg til danseforestillingen, havde vi lejet Restaurant Himalaya til opbygning af en sandmandala, der blev udført af alle lamaerne på skift. Dette arrangement var meget godt besøgt, og gæsterne kunne både deltage i de daglige pujaer i forbindelse med mandalaen, og få buddhistiske belæringer af de lamaer, der holdt pauser fra mandala-opbygningen. Restaurant Himalaya gav alle kunder, der kom forbi i denne uge 10% rabat på al mad og drikke, og gav desuden vores gæster gratis drikkevarer i hele den uge de var på besøg. Besøget blev afsluttet med en langtlivspuja i Phendeling Buddhist-

center, hvor vi havde ca. 60 gæster. Et hyggeligt besøg og et vellykket arrangement. Tak til alle frivillige, der hjalp til!

9. – 12. december: Christianias Julemarked.



Cristine Truelsen i
Selskabets bod på Christianias Julemarked 2017.

Igen i år delte vi bod med Students for a Free Tibet Denmark og tibetaneren Palden Andersen. I år havde vi fået en ny og større bod i et varmere hjørne af Den Grå Hal end vi ellers har haft de sidste 20 år. Palden, og Tine Steffensen, formand for "Students" ('Students for a Free Tibet Denmark'), havde bygget en meget smuk og lys bod, med hvide vægge, hylder og god belysning, hvor der var en god indendørs temperatur, og – da den var placeret i et hjørne med god plads – havde vi flere kunder, der på afslappet vis kunne stoppe op og spørge til Selskabet, Tibet og varerne uden at blive skubbet videre – hvilket nok alt sammen bidrog til et godt salg. Som i de foregående mange år, var det bestyrelsesmedlem Kirsten Sundsvold, der var tovholder. Tak også til vores dygtige og trofaste frivillige, Anni Qvistgaard, Christine Truelsen og Marianne Lindgren.

Sponsorbidrag til støtteprojekter

- Selskabet og vores projekter modtog tilsammen i 2017 **59.513 kr.** fra vores generøse sponsorer.
- Mange sponsorer giver rutinemæssigt penge til

afsluttede projekter, og som skrevet tidligere, fordeles disse på de aktuelle projekter.

Alle gaver til Selskabet går direkte og fuldt og helt til vores projekter, ligesom alle sponsorbidrag til vores projekter også gør det – Selskabet betaler udgiften til forsendelsen af donationerne. I tillæg til vores sponserers donationer, giver Selskabet en god del fra egen kasse til de forskellige projekter.

På grund af den arv vi har modtaget, har Selskabet været i stand til at give lidt større engangsbeløb både til enkelt-personer og organisationer.

- Sidste år gav vi fx 50.000 kr. til en ældre tibetansk landsbylama i Kham, der ikke havde råd til medicinsk behandling efter en hjerteoperation, på grund af hvilket han havde meget store smerter. Pga. de 50.000 kr. havde familien råd til at indlægge ham på et bedre hospital i Lhasa, hvor han fik den bedste medicinske behandling. Efter dette levede han de sidste måneder af sit liv uden smerter, og familien havde desuden råd til at give ham en ordentlig begravelse.

. – Den anden syge tibetaner vi hjalp i Tibet var en mand i 40 års alderen, der var blevet stangt i maven af en yak-okse, hvilket resulterede i indre blødninger og behov for køb af flere liter blod og betaling af et langt hospitalsophold. Familien var begyndt at sælge alt de havde af værdi for at hjælpe ham, og ved hjælp af de 50.000 kr. de fik fra Selskabet, overlevede manden, og de kunne beholde de fleste af deres dyr. Manden er stadigvæk delvist handicappet, men er på bedringens vej.

- Den sidste af de 3 syge tibetanere vi hjalp på samme måde sidste år, var en 19 årig tibetansk flygtning i Dharamsala i Indien, der havde behov for en ny nyre, uden hvilken han ville dø. Han har ingen pårørende i Indien, og modtog hjælp fra den tibetanske NGO, ”Tsawa”, der er en hjælpeorganisation for tibetanske flygtninge fra et særligt område i Kham i Øst Tibet, fra hvem flygtninge uden pårørende i Indien kan få hjælp. Tsawa spurgte om Selskabet kunne hjælpe med penge hospitalsudgifter, medicin og en nyretransplantation, hvilket vi gjorde. Den unge mand fik en ny nyre og har det nu helt godt igen, og har fortsat sine studier.

Selskabet gav følgende store beløb til forskellige projekter i 2017:

Skolehjem i Ladakh: 25.287 kr.

Kancha Sherpa Foundation (kodeord: Kancha): 59.944 kr.

Oshi Shenphen Tsokchung (kodeord: OSHI): 152.797 kr.

Det tibetanske Kvindelandshold: Har modtaget

19.600 kr.

Hjælp til NGO for HIV-smittede tibetanere (kodeord: HIV): 35.011 kr.

Hjælp til hospitalsudgifter for 2 tibetanere i Tibet, og 1 tibetansk flygtning i Indien: 132.800 kr.

Sponsorbidrag til de aktuelle projekter i 2017:

Children of Shambala (COS): Kr. 3875,00

Racheng Nonnekloster (RA): Kr. 1800,00

Drepung Gomang school (DG): Kr. 3.875,00

Nyankomne flygtninge (DRC): Kr. 1500,00

The Tsering Elder's Home (TEH): Kr. 1000,00

Oshi Shenphen (OSHI) Kr. 170,00

Projekterne har således i alt modtaget kr. 12.220,00 i 2017 fra vores sponsorer. Gaver til Selskabet, samt sponsorindtægter til afsluttede projekter udgjorde tilsammen Kr. 47.293, 00. Sponsorgaver i alt i 2017: Kr. 59.513,00.

Selskabet har valgt at fordele dette beløb, så hvert projekt, inkl. dem, der ikke fik sponsorgaver fra vores sponsorer i 2017, dvs. projekterne KANCHI, HIV og DAR får \$1000,00 hver, dvs. i alt Kr. 48.402, 00. I tillæg giver Selskabet som sædvanligt det, der tilsvarende en årsløn for en journalist i Indien, dvs. 26.500 kr., til den tibetansk sprogede avis, Tibet Times.

Ad 3. Regnskabsaflæggelse

Egenkapital pr. 31/12 2017: Kr. 2.887.775,00. Butikkens varebeholdning havde pr. 31/12 2017 en værdi på 80.000kr og Selskabets aktiver er således kr. 2.896.395,00.

Ad 4. Fastsættelse af kontingent

250 kr. pr. år for enkelt-medlemskab, 450 kr. pr år for 2 på samme adresse og 500 kr. for firmaer.

Ad 5. Valg af bestyrelse

På valg var formand og kasserer Grethe Sørvig, der fortsætter på sin post. Ikke på valg var Kirsten Sundsvold, næstformand Lillian Evang, Jørgen Evang og Tsewang Lhundup. Jørgen Evang valgte, på grund af svækkelse efter sygdom, at trække sig som bestyrelsesmedlem, men forbliver Selskabets advokat.

Tsewang Lhundup, Kirsten Sundsvold og næstformand Lillian Evang fortsætter som bestyrelsesmedlemmer. Efter generalforsamlingen blev Lis Gilager valgt ind som medlem af bestyrelsen.

Ad 6. Valg af suppleanter

Wangdi Gyaljen og Anni Qvistgaard var på valg, og valgte at fortsætte som suppleanter.

Ad 7. Valg af revisor

Selskabet vil med glæde fortsætte at bruge revisorfirmaet FLO-Regnskab.

Ad 8. Indkomne forslag

Flere i bestyrelsen havde udtrykt ønske om ændring af nogle af vedtægterne:

Ændringerne i vedtægterne er som følger:

§ 2. Formål

- i Danmark at fremme kendskabet til tibetansk kultur.
- at fremme kontakt og forståelse mellem danskere og tibetanere, herunder at fremme rejseaktiviteter og studieophold i de tibetanske kulturområder.
- at støtte kulturelle og humanitære aktiviteter samt at øge de praktiske muligheder for tibetaneres besøg og studier i Danmark.
- at tilvejebringe humanitær støtte til tibetanerne

Vedtægten om, at Selskabet er upolitisk er slettet. Dette fordi de kinesiske myndigheder, under Xi Jinping nu mere målrettet og åbenlyst end før går efter at udrydde både sprog, kultur og religion i Tibet. Bl.a. er der givet ordre om, at hele befolkningen i Kina, inkl. alle minoriteter, nu skal have én kultur og ét sprog, og derfor regnes alle udtryk for en egen kultur, sprog og religion, samt undervisning i dette, for et forsøg på at "splitte moderlandet", hvorfor mange, der fx kæmper for bevarelsen af det tibetanske sprog i Tibet, har fået op til 15 års fængsel.

Den tibetanske kultur, sprog og religion er således nu mere end før, i reel fare for at blive udryddet. Da et af Selskabets vigtigste formål er at arbejde for bevarelsen af tibetansk kultur, religion og sprog, vil vi også kæmpe for dette, hårdere end før. Bl.a. ved at arrangere og/eller aktivt deltage i demonstrationer og aktivisme for et frit og demokratisk Tibet.

§ 3. Medlemmer

Tidligere formulering: "Som medlemmer kan optages privatpersoner. Bestyrelsen (jf. § 6) afgør, om optagelse kan finde sted, medens eksklusion af medlemmer afgøres af generalforsamlingen. Udmeldelse skal ske skriftligt."

Ny formulering: "Som medlemmer kan optages privatpersoner og firmaer."

§ 4. Kontingent

Tidligere formulering: "Kontingentet fastsættes på den årlige generalforsamling. Hvis kontingentet ikke er betalt senest 6 måneder efter forfaldsdato, ophæves medlemskabet af selskabet.

Ny formulering: "Kontingentet fastsættes på den årlige generalforsamling. Kontingentet består både af medlemskontingent og bidrag til de hjælpeprojekter man kan støtte gennem Dansk Selskab for Tibetansk Kultur, hvoraf 4/5 af kontingentet er bidrag til hjælpeprojekter, og 1/5 regnes som medlemskontingent, og går til administration af Selskabet." – Den nye formulering gør, at alle medlemmer og sponsorer igen får skattefradrag for deres donationer til Selskabet på alle beløb op til 15.900,00 kr. pr. år.

Ad 9. Eventuelt

Bestyrelsen har oplevet mange problemer i samarbejdet med projekt OSHI, bl.a. pga. manglende gennemsigtighed, manglende svar på vores spørgsmål, ting, der blev bedt om store summe penge til, og som aldrig blev købt, og udeblevne officielle kvitteringer, og på dette grundlag har vi valgt at afslutte projektet. Organisationer er dog alligevel i gang med at bygge det plejehjem vi bl.a. har givet dem penge til, i den tibetanske flygtningelejr i Odissa i Indien. Plejehjemmet, der er fuldt og helt er finansieret af Selskabet, bliver opkaldt efter os.



Aktuelle Projekter

Af Grethe Sørvig, formand for DSTK

Klostre

DU KAN TRÆKKE ALLE DONATIONER OP TIL 15.000 KR. PR. ÅR FRA I SKAT.

MEDLEMMER KAN DESUDEN TRÆKKE 4/5 AF KONTINGENTET FRA I SKAT.

Tibetan Nuns Project



Kodeord: TNP

Tibetan Nuns Project blev grundlagt i midten af 80'erne i regi af H.H. Dalai Lama, Tibetan Women's Association og eksilregeringens Department of Religion & Culture, med henblik på at støtte nonner fra alle tibetansk buddhistiske skoler i Indien økonomisk, og at give dem en buddhistisk uddannelse på højeste niveau.

Pr. i dag støtter Tibetan Nuns Project mere end 700 nonner i eksil i Indien og Nepal, både med buddhistisk uddannelse på klostrene (som også inkluderer almindelige fag, som fx matematik, geografi, engelsk, tibetansk, computer o.l.), hjælp til reparationer af bygninger og til større indkøb, fx cisterner, vandtanke o.l. De hjælper også nyligt ankomne, flygtede nonner med at finde en plads på et kloster. I tillæg har de kæmpet, og bliver ved med at kæmpe for, at nonner skal opnå de samme rettigheder til højere buddhistiske uddannelser og indvielser, som munkene har.

De 7 klostre der støttes og hjælpes af Tibetan Nuns Project er:

Dolma Ling Nonnekloster og Institut, der er et ikke-sekterisk nonnekloster, etableret af Tibet Nuns Project. Det er det første nonnekloster i den tibetansk buddhistiske tradition, der har som hovedformål at give nonner fra alle skoler indenfor tibetansk buddhisme en buddhistisk uddannelse på højeste niveau. Klosteret huser 230 nonner.

Shugshep Nonnekloster og Institut, der tilhører Nyingma-skolen, er det andet af de to klostre, der blev bygget af Tibetan Nuns Project, og huser ca. 85 nonner.

Geden Choeling Nonnekloster, der tilhører Gelug-traditionen og er det ældste nonnekloster i Dharamsala. Klosteret blev grundlagt af nonner, der før flugten var tilknyttet Nechung Klosteret i Tibet. Her bor der nu ca. 160 nonner.

Tilokpur Nonnekloster, der tilhører Kagyupa-skolen, og som huser 96 nonner. Klosteret ligger i nærheden af en af den berømte buddhistiske mester Tilopas huler, ca. 40 km. fra Dharamsala. Klosteret blev grundlagt af den berømte, engelske nonne, Freda Bedi, i 1963 i Dahlhousie, og blev flyttet til Tilokpur i 1968.

Sakya Nuns Institute, der tilhører Sakya-skolen, blev bygget i 2009, og ligger lige udenfor Dhera Dun i Nord Indien. Her bor der 50 nonner. Klosteret giver buddhistisk uddannelse på højeste niveau, og munke tillades også at deltage i undervisningen.

Sherab Choeling Nonnekloster, er et ikke-sekterisk nonnekloster, der underviser i alle 4 hovedskolers belæringer, samt i tibetansk, engelsk og hindi. Klosteret ligger i Lahaul i Spiti-dalen i Ladakh og huser 60 nonner.

Andre nonner og klostre: inkluderer nonner, der ikke bor på klostre, samt Khari Ganden Tenphel Ling Nonnekloster i Nepal og Dorjee Dzong Nonnekloster i Zanskar.

Hvis du gerne vil støtte dette projekt med et stort eller lille beløb, kan du indbetale via MobilePay til nr. 22170, eller via netbank til reg.nr.: 9570, kontonr.: 342 87 88. Husk at skrive projektets kodeord, TNP, på din indbetaling.

Rachen Nonnekloster



Kodeord: RA

Rachen Nonnekloster ligger i den mystiske Tsum-dal i Nepal, på grænsen til Tibet, på 3500 meters højde. Det blev etableret i 1936 af den bhutanesiske lama, Drupa Rinpoche, der i mange år mediterede i forskellige huler i omegnen. Da Drupa Rinpoches nuværende inkarnation ikke har mulighed for at tage sig af driften af klosteret, fordi han som regel er i tilbagetrækning, bad han for nogle år siden Zopa Rinpoche, lederen af Kopan Kloster, om at overtage ansvaret for det.

Fra at være et meget forfaldent kloster, med meget ringe boligforhold, der hele tiden forværres af laviner, jordskælv og vinter storme, er klosteret nu, under Lama Zopas ledelse og dygtighed med at skaffe sponsorer - som fx os - igen begyndt at blomstre.

De fleste af Rachens nonner bor nu på Kopan Kloster ved Boudha i vinterhalvåret, hvor de modtager medicinsk hjælp og buddhistiske belæringer og undervisning i tibetansk, engelsk, computer og andre mere almindelige fag, og opnår viden, som de viderebringer, ikke kun til de andre nonner på Rachen, men også til Tsum-

dalens børn, der nu får en uddannelse de ellers ikke ville have mulighed for at få. Således er nonnerne medvirkende til, at velstanden i Tsum-dalen vokser.

Klosterbygningen er nu ved at blive udbygget og forbedret. Tage, og de dele af klosteret der vender ud mod de høje bjerge, og som næsten hver vinter udsættes for laviner og derfor bliver ødelagt, er blevet forstærket og er nu mere beskyttet. Og modsat før, for nogle år siden, hvor nonnerne sultede og sov på et jordgulv, har alle 80 nonner snart deres egne gode værelser på. På grund af donationerne fra Vesten, bliver der ofte sendt mad, tøj, undervisningsmateriale og andre fornødenheder op til Rachen.

Rachen er helt afhængig af støtte fra sponsorer.

Hvis du gerne vil støtte dette projekt, indbetaler du det beløb du gerne vil give, enten via MobilePay til nr. 22170, eller via bankoverførelse til: reg.nr.: 9570, kontonr.: 342 87 88. Husk at skrive projektets kodeord, RA, på din indbetaling.



Støtte til uddannelse

Uddannelses-støtte til Sherpa-børn



Kodeord: SHESKO

Kanchca Sherpa Foundation er Selskabets nære og kære samarbejdspartner i Everest-området i Nepal, og er en meget solid og troværdig organisation, der har leveret fra den dag de blev etableret.

Organisationen hjælper skolebørn fra fattige familier i Solukhumbu i nærheden af Everest base-camp med studiemateriale og legater til videre studier.

Hvis du gerne vil hjælpe fattige sherpa-børn med at få en uddannelse, kan du indbetale det valgte beløb via MobilePay til nr. 22170 eller via netbank til: reg.nr.: 9570, kontonr.: 342 87 88. Husk at skrive kodeordet, **SHESKO**, på din indbetaling.

Individuelle sponsorater



Yeshi Lhamo 17 år



Tashi Lhamo 11 år

Kodeord: LHAMO

Yeshi Lhamo og Tashi Lhamo er to søstre fra Bathang i Kham-regionen i Øst Tibet. Tashi Lhamo går i 6. klasse i folkeskolen i hjembyen, og Yeshi Lhamo går 2. år på gymnasiet på en internatskole i Shigatze, i den anden ende af Tibet.

Da deres sponsor, en onkel, lige er død, og deres forældre er meget fattige, og skolegang i Tibet er meget dyrt, har de behov for hjælp til de-

res fortsatte studier.

Minimums beløbet for at de skal kunne fortsætte deres skolegang er 11.000 kr. pr. år.

Hvis du gerne vil støtte dem med store eller små beløb, kan du enten betale via MobilePay til nr.: 22170, eller via netbank til: reg.nr.: 9570, kontonr.: 342 87 88. Husk at skrive kodeordet, **LHAMO**, på din indbetaling.

Drepung Gomang Skole



Kodeord: DG

Drepung Gomang Skole, som vore sponsorer har støttet i mange år, er en underafdeling af Drepung Gomang Cultural Association og det berømte kloster Drepung. Skolen, der huser ca. 200 munke op til 18 år er en moderne folkeskole fra 1. til 10. klasse.

I tillæg til, at der undervises i buddhisme, modtager eleverne også undervisning i almene fag som fx engelsk, tibetansk, hindi, kalligrafi, naturvidenskab, computer o.l.

Skolen er både et uddannelsesstilbud til meget fattige børn i omegnen af klostret, og til tibetanske børn og munke, der for nyligt er flygtet fra Tibet, og som, pga. fattigdom i Tibet, aldrig har gået i skole.

Skolen der fuldt og helt er baseret på sponsorships, har behov for hjælp til lærernes løn, skoleprojekter, studiemateriale, reparation og vedligehold af bygninger, og til tøj og mad til børnene.

Hvis du gerne vil støtte dette projekt med et stort eller lille beløb, kan du enten betale via MobilePay til nr. 22170, eller via netbank til: reg.nr.: 9570, kontonr.: 342 87 88. Husk at skrive projektets kodeord, DG, på din indbetaling.



Lille munk øver sig i tibetansk kalligrafi.



Papir-ruller med hundredtusindvis af mantraer, lavet af munke på Drepung, ligger klare til at sættes ind i store og små bedemøller.



Fælles middag på Drepung.

Children of Shambala



Kodeord: COS

Children of Shamabala er en hjælpeorganisation med hovedkvarter i Xining i Amdo i Tibet. Den blev grundlagt i 2006 af nordmanden Jan Terje Voilaas, og er en paraplyorganisation med 115 udviklings- og bistandsprojekter, deriblandt 'Børnehjem Uden Vægge', der er det projekt du kan støtte ved at sponsorere Children of Shambala.

Børnene på 'Børnehjem Uden Vægge' bor hos lokale plejefamilier, hvor fattige og forældreløse børn kan vokse op i en tryk familiesituation mens de får skolegang og uddannelse, og i tillæg får både personlig og finansiell støtte til at uddanne sig videre, enten i praktiske fag eller på universitetsniveau.

Både elever og plejefamilier får økonomisk støtte fra Children of Shambala. Plejefamilierne får, i tillæg til betaling for kost og logi, start-hjælp til at starte egen forretning, hvis de ønsker det.

Efter endt uddannelse opfordres børnene til at rejse hjem til egne landsbyer og være medvirkende til udvikling og velstand der, hvilket mange af dem benytter sig af, med assistance fra Children of Shambala.

Hvis du gerne vil støtte dette projekt, kan du indbetale det ønskede beløb, enten via MobilePay nr. 22170, eller via netbank til: reg.nr.: 9570, kontonr.: 342 87 88. Husk at skrive kodeordet, COS, på din indbetaling.

Miljø, naturkatastrofer

Kanchha Sherpa Foundation



Kodeord: KSF

Kanchha Sherpa Foundations katastrofefond hjælper beboere i Solukhumbu og Namse Bazaar-regionen med genopbygning og humanitær hjælp i forbindelse med de mange laviner og jordskælv området oplever næsten årligt.

De underviser også lokalbefolkningen i miljø- og naturbevarelse og bæredygtig turisme i området. Mange beboere i området har mistet alt i forbindelse med naturkatastrofer, især i forbindelse med det store jordskælv i 2015, hvor regionen endnu ikke har modtaget hjælp fra myn-

dighederne.

Der er således et konstant og stort behov for et rede hjælpeapparat, med nok telte, tæpper, materialer til reparation af huse osv., hvilket du kan være medvirkende til ved at støtte dette projekt.

Hvis du gerne vil støtte dette projekt kan du indbetale det valgte beløb via MobilePay nr.: 22170 eller via netbank ti: reg.nr.: 9570, kontonr.: 342 87 88. Husk at skrive kodeordet, KSF, på din indbetaling.

Ældre, handicappede og syge

The Tsering Elders Home



Kodeord: TEH

The Tsering Elders Home, der ligger i Boudha udenfor Kathmandu i Nepal, drives af organisationen 'Tibet Fund', der er en under-afdeling af Snowlion Foundation, som igen ledes af Department of Education.

Plejehjemmet huser pr. i dag 46 ældre og handicappede tibetanske flygtninge i alderen 65 - 90 år, og har 6 fastansatte; en leder, en sygeplejerske, to plejere og to kokke. I tillæg er hjemmet tilknyttet en tibetansk læge, der besøger dem ugentligt, samt en vestligt uddannet læge.

Vanligvis hjælper yngre slægtninge deres ældre og handicappede, men på grund af flugten fra Tibet i sin tid, er der mange ældre tibetanske flygtninge, der mangler pårørende til at tage sig af dem, hvorfor der er opstået et stort behov for plejehjemspladser i det tibetanske eksilsamfund. Således er 95 % af dette plejehjems beboere uden pårørende, og hvor de nu har fundet et trygt sted at tilbringe deres alderdom, i et godt fællesskab hvor professionelle tager sig af deres helbred og plejebestov.

Plejehjemmet har behov for økonomisk hjælp til den daglige drift, løn til de ansatte, til handicap hjælpemidler, vedligehold af bygninger og til andre udgifter, der er forbundet med drift af et stort plejehjem.

Hvis du gerne vil støtte dette projekt med et valgfrit beløb, kan du enten betale via MobilePay til nr. 22170, eller via netbank til reg.nr.: 9570, kontonr.: 342 87 88. Husk at skrive kodeordet, TEH, på din indbetaling.



Udsigt til gården på The Tsering Elders Home.



Kanchha Sherpa Foundation



Kodeord: SHE

Kanchha Sherpa Foundation, der udfører et stort humanitært hjælpearbejde i Solukhumbhu-området ved Everest basecamp, hjælper også fattige ældre landsbyboere, der ikke længere kan arbejde i marken, hvorfor de ikke længere har en indkomst, og som i tillæg mangler pårørende, der kan hjælpe dem. Senest delte Kanchha ud gratis kogeplader, lyspærer, tæpper o.a. til

de fattige ældre i området (som man kan se på billedet).

Hvis du vil støtte dette projekt, kan du indbetale et stort eller lille beløb via MobilePay nr. 22170, eller via netbank til: reg.nr.: 9570, kontonr.: 342 87 88. Husk at skrive kodeordet, SHE, på din indbetaling.

Individuelt sponsorship



Chimey Yuton, 80 år

Kodeord: AMA

Chimey Yuton er 80 år gammel, og bor i landsbyen Yakde i nærheden af byen Shigatse, vest for Lhasa. Hun tilhører et hushold der består af 3 voksne og 2 børn. 2 af de voksne, inkl. hende selv, er ældre og syge, og har derfor ingen indkomst. Den 3. voksne i husholdet har et lille skrædderværksted, der ikke giver særlig meget. Flere i Chimeys familie, inkl. hendes mand, er døde af blødende mavesår, en sygdom, der ellers er nem at behandle, blot man har penge til lægebehandling og medicin. Chimey selv lider af en invaliderende reumatisk sygdom, og mangler penge til me-

dicinsk behandling. Chimey og hendes familie har således behov for hjælp til medicin og andre fornødenheder, minimum 12.000 kr. pr. år.

Hvis du gerne vil støtte dette projekt, kan du indbetale et stort eller lille beløb via MobilePay nr. 22170, eller via netbank til: reg.nr. 9570, kontonr.: 342 87 88. Husk at skrive kodeordet, AMA, på din indbetaling.

Medicinske Projekter

Sangye Menla Trust



Kodeord: MENLA

Sangye Menla Trust er en tibetansk organisation i den nordindiske by, Chandighar. Organisationen blev grundlagt i 2008 for at hjælpe patienter fra Himalayaregionen, der er kommet til Chandighar for at få medicinsk hjælp eller som skal indlægges på et hospital.

Mange af patienterne har aldrig befundet sig i en storby før, og taler ofte ikke hindi. Organisationen hjælper således med at bringe patienterne ud til læger og hospitaler, hvor de oversætter under lægesamtalerne og stiller lægerne de nødvendige spørgsmål. Da lederen, Lobsang Thubten, har et halvfærdigt medicinstudie bag sig, og flere af de frivillige på stedet er uddannede plejere, rådgiver de også mht. at finde frem til de bedste specialister, det bedste apotek og de bedste hospitaler, o.l.

De transporterer også patienterne til og fra hospitalerne, og yder grundlæggende pleje til dem, der bor på Sangye Menlas guesthouse efter en operation.

Organisationen har for nyligt bygget et nyt stort center på en grund, der blev doneret til dem af en bud-

dhistisk organisation. Her har de plads til 22 patienter og pårørende, der i smukke og hygiejniske omgivelser kan lave egen mad i et fælles køkken og komme sig før de rejser hjem til deres landsbyer.

Bygningen af det nye hus er gået ud over nødbeholdningen af kontanter, der er til de patienter, der ikke har penge, men som har behov for behandling. Et af organisationens grundprincipper er nemlig at ingen skal afvises hos dem, uanset økonomisk situation.

I tillæg til det beskrevne, er organisationen nu også ved at bygge et plejehjem i Zanskar i Ladakh. De har også hjulpet flere landsbyer i Himalayaregionen med at bygge ny brønd og skaffe til veje anden udrustning, der gør livet lettere for beboere i afsidesliggende landsbyer.

Hvis du gerne vil støtte dette projekt, kan du indbetale et stort eller lille beløb via MobilePay nr.: 22170, eller via netbank til: reg.nr.: 9570, kontonr.: 342 87 88. Husk at skrive kodeordet MENLA på din indbetaling.

Tsewa Association



བོད་ཁྱིམ་ཁྱེད་ཀྱི་ཐུག་ལམ་ཁང་།

Central Tibetan Tsawa Association

Kodeord: TSE

Central Tibetan Tsewa Association blev grundlagt i 2003 af lamaer og legfolk fra Tsewa-regionen i Tibet for at fungere som hjælpeapparat for flygtninge fra landsbyer i dette område i Tibet, og for at samle penge ind til unge i Tsewa, så de kunne få en uddannelse.

De hjælper fx i forbindelse med akutte og alvorlige sygdomme, hvor personen har behov for en operation, men ikke har råd til et hospitalsophold eller medi-

cin, med ekstra lommepenge til projekter i forbindelse med unge, uledsagede flygtninges skolegang, de hjælper ældre og syge flygtninge økonomisk og de er sponsorer for flere unge studerende tibetanere i Tibet.

Hvis du gerne vil støtte dette projekt, kan du indbetale små og store beløb til MobilePay nr. 22170, eller til reg.nr. 9570, kontonr.: 342 87 88. Husk at skrive kodeordet, TSE, på din indbetaling.

Dyrevelfærd

Dharamsala Animal Rescue



Kodeord: DAR

Dharamsala Animal Rescue er en sponsorbaseret veterinærklinik i Dharamsala i Indien. Alle dyr, både hjemløse og privat-ejede, får gratis veterinærhjælp af organisationen, der også vaccinerer alle de hjemløse hunde de kan finde i området, mod rabies, og steriliserer dem. De formidler også adoption rigtigt mange hjemløse hunde, både til indiske og udenlandske "forældre".

Organisationen hjælper også andre dyr, dvs. både køer og katte, der er kommet til skade og har brug for

hjælp.

Organisationen har behov for hjælp til mad og medicin til dyrene, og til løn for veterinærer og andre ansatte, og er taknemmelige for alle indsendte beløb, store og små.

Hvis du gerne vil støtte dette projekt kan du betale via MobilePay nr. 22170, eller via netbank til: reg. nr.: 9570, kontonr.: 342 87 88. Husk at skrive kodeordet, DAR, på din indbetaling.

Kultur, sprog

Tibet Times



Kodeord: TT

”Tibet Times” er en tibetansk sproget avis, der udkommer i Dharamsala, og som formidler nyheder og debatindlæg om tibetansk kultur, politik og sociale begivenheder i det tibetanske eksilsamfund, og som opfordrer tibetanerne til at gøre alt for at bevare deres sprog.

Dansk Selskab for Tibetansk Kultur giver hvert

år det, der tilsvare en indisk journalists årsløn til Tibet Times, dvs. ca 25.000 kr.

Hvis du gerne vil støtte dette projekt, indbetaler du det beløb du gerne vil donere til, enten via MobilePay nr. 22170 eller via netbank til: regmnr.: 9570, kontonr.: 342 87 88. Husk at skrive kodeordet, TT, på din indbetaling.

Har du husket at betale medlemskontingent for 2018?

Husk, at du fra i år kan trække 4/5 af kontingentet fra i Skat.

Hvis du finder dit medlemsnummer nedenfor, har du ikke betalt for 2018.

4	12	23	47	48	49	58	104	106	111
131	145	173	177	197	261	294	325	353	357
363	377	379	415	441	451	465	636	638	655
667	768	797	810	849	854	885	887	942	978
980	986	1006	1030	1101	1115	1290	1306	1325	1342
1345	1358	1360	1367	1368	1389	1391	1404	1414	1416
1423	1446	1448	1450	1451					



KONCERT

med

TENZIN GÖNPO

Tibetansk musiker, sanger og danser



Unitarernes Hus

Dag Hammarskjölds Alle 30, 2100 Kbh. Ø

Dato: Søndag 2. september 2018

Tidspunkt: Kl. 20:00 Pris: 100 kr.

Billetsalg ved indgangen fra kl. 18:00 (kontant og MobilePay)

Dørene åbnes kl. 18:00, hvor der vil være mulighed for at købe tibetansk kunsthåndværk, bøger, røgelse, bedeflag, smykker og m.m. i Selskabets butik. Vin, kaffe, te og kager kan købes i baren. Stort lotteri: hvis du køber din billet inden kl. 19:15, regnes den som lodseddel. Ekstra lodder kan købes for 20 kr. stk. Trækning kl. 19:30. De mange flotte præmier kan ses på Dansk Selskab for Tibetansk Kulturs webside: www.dstk.dk.

Arr.: Dansk Selskab for Tibetansk Kultur

Nyt fra butikken



Tibetansk rynke-creme, økologisk, lavet efter tibetansk medicinsk opskrift på Mentseekhang Medical Institute i Dharamsala. Pris Kr. 120,00 + porto. Best.nr.. 14003



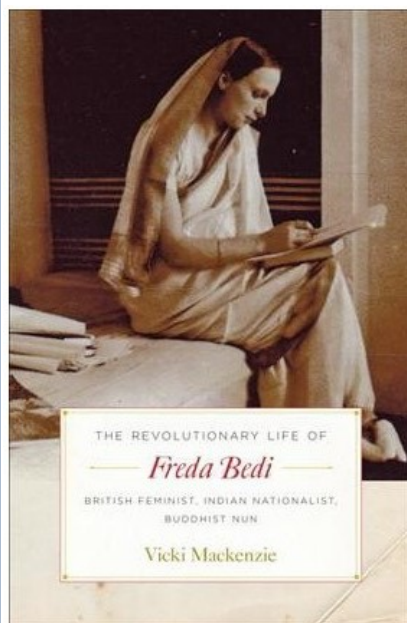
Tibetansk dag-creme, økologisk, med UV-beskyttelse, lavet efter tibetansk medicinsk opskrift på Mentseekhang Medical Institute i Dharamsala. Pris kr. 120,00. Best.nr.: 14005



Beroligende te (Lung te). 100 % økologisk urtete lavet efter tibetansk medicinsk opskrift. Hjælper mod nervøsitet, stress, angst, søvnløshed, smerter i lænden og i nederste del af ryggen. Teen er god som aften-te, da den er beroligende virkning, men kan indtages til alle døgnets tider når man har de ovennævnte symptomer. 20 tebeve pr. pakke. Best.nr.: 14010. Pris kr. 80,00

Se flere af vores tibetansk medicinske cremer, lotions og teer, samt andre varer på vores hjemmeside: www.dstk.dk

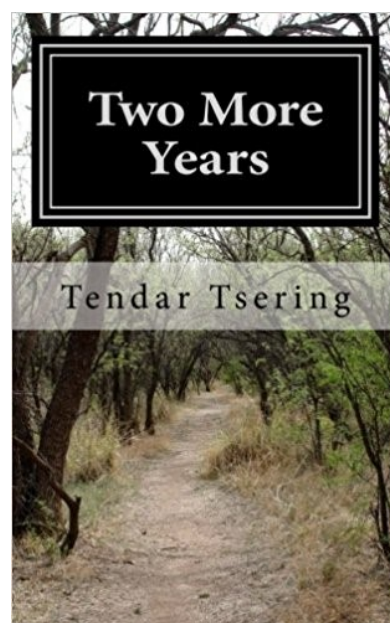
Bøger



En fascinerende historie om Freda Bedi, en engelsk kvinde, der brød alle regler og normer om hvad kvinder kan og må, og kaste-regler og socialt baserede religiøse normer, der intet har med religion at gøre, og som blev en berømt revolutionær i Indiens frihedskamp, hvor hun også blev fængslet, og om hvordan hun til sidst blev den første vestlige buddhistiske nonne i den tibetanske tradition og lærer for de højeste lamaer i deres første år i eksil - for at nævne nogle få af de store ting hun udførte før hun døde som 66 årig. Af Vicki Mackenzie, forfatter og journalist. 2017. Pris Kr. 250,00



En velskrevet page-turner, og en fascinerende historie, så utrolig, at den kun kan ske i virkeligheden. Kunstner Lone Mertz fortæller om tibetanernes kamp for bevarelsen af deres eget sprog, kultur og religion, og for frihed fra kinesisk overherredømme. Vi hører om hendes tibetanske mand, Tenpas opvækst hos mormoren, en hellig kvinde i Lhasa, om hans liv i Tibet inden flugten, og fremfor alt hvordan hun og Tenpa mødtes og blev forelsket på et kloster der ligger flere dagsrejser til fods i Himalaya, hvor Lone skulle udstille sit værk, 'Glaskisten'. Af Lone Mertz, kunstner og forfatter 2017. Pris kr. 250,00.



En gribende fortælling af en tibetansk flygtning, om hans opvækst i Tibet, flugten og livet i eksil, fra han var 12 år gammel, og om hans længsel efter forældre og søskende i Tibet. Titlen "Two more years" refererer til en sætning han ofte har sagt pr. telefon til sin familie i Tibet, "Jeg kommer om to år", men det blev aldrig til noget. Tibetanske flygtninge har svært ved at skaffe sig adgang til Tibet. Bogen er skrevet på et letlæst engelsk, og historien er så gribende og godt fortalt, at man ikke kan stoppe med at læse før bogen er færdiglæst. Bogen giver også god information om hvordan det er at leve i det okkuperede Tibet og i eksil. Af Tendar Tsering, journalist og forfatter, 2017. Pris kr. 150,00.

