TIBET

Nr. 81, årg. 28, Nov. 2012

Dansk Selskab for Tibetansk Kultur

Dansk Selskab for Tibetansk Kultur
Adresse: "Store Søhøj"
Hørsholm Kongevej 40, 2970 Hørsholm
e-post: dstk.info@gmail.dk
Hjemmeside: www.dstk.dk
Telefontid: onsdage, kl. 17-19:

Formand/butik:	4017 1372
Formand/butik:	2030 3818
Næstformand:	2057 2689
Sponsor og medlemskab:	2057 2689
Aktiviteter og foredrag:	2618 7614

DSTKs bestyrelse består af:
Grethe Sørvig (formand), Uffe Meulengracht Hansen (næstformand), Kirsten Tarab Losang (aktivitetskoordinator), Charlotte Weppenaar Pedersen, Wangdi Gyaljen (suppleant).

Kontingent for 2013:

Enkelt medlemskab:	250 kr
To medlemmer i samme husstand:	350 kr
Firmaer:	500 kr

Kontingent betales for et kalender år til Reg.nr.: 1551, konto.nr.: 342 8788
Kontingenter dækker bl.a. udgifter til tryk og forsendelse af dette tidsskrift. Husk at skrive 'medlemskontingent' på indbetalingensblanketten. Hvis du er ny medlem, skriv venligst 'nyt medlem'.

Sponsorship og bidrag til projekter:
kan indsættes i Danske Bank, Reg.nr. 1551, konto nr.: 9670809 med bemærkning om, hvilket projekt pengene er tiltænkt. Husk at skrive dit sponser nr. samt navnet eller kodeordet for det projekt du vil støtte. Husk at skrive dit navn og din adresse. Om projekter og kodeord, se "Nyt om projekter".

Skattefradrag:
Alle bidrag op til 14.500 kr pr år kan trækkes fra i skat. Husk som ny sponser at opgive dit cpr nr, men for at DSTK skal kunne indberette dit bidrag til skat, er det vigtigt.at du oplyser navn, adresse og cpr.nr. til os.

Gaver til DSTK: Kan indsættes på reg.nr. 1551, konto nr. 342 87 88

Redaktion: Bestyrelsen.
Ansvarshavende: Formanden
Tryk: Chronografisk A/S, Århus
Forside: Potala set fra det nye torv foran Jongan (1985).

ISSN 1397-9248

Tibet, Nr. 81 Årgang 28, november 2012

Medlemsbladet 'Tibet'

Som medlem af Dansk Selskab for Tibetansk Kultur modtager man medlemsbladet 'Tibet', to gange om året med artikler om tibetansk kultur, historie og religion samt oplysninger om selskabets aktiviteter. Bladet vil også fokusere på relationer mellem danskere og tibetanere, både i nutiden og historisk set. Bladet vil ikke blive sendt til medlemmer, der undlader at betale kontingent. De medlemmer, som oplyser deres e-post adresse, vil kunne få opdateringer om relevante begivenheder og arrangementer. Der kan være tale om arrangementer, som ikke er i Selskabets regi, men som bestyrelsen mener, vil være relevante for Selskabets medlemmer at få kendskab til, også selv om oplysningerne udsendes i sidste øjeblik. Medlemmer er altid velkommen til at komme med ideer og forslag til, hvad medlemsbladet skal skrive om, og hvad, der kan foregå på medlemsmøderne.

Dansk Selskab for Tibetansk Kultur har brug for nye medlemmer, for at selskabet bedre kan fortsætte med at støtte tibetanere og udbrede kendskabet til den tibetanske kultur i Danmark. Har du ideer til, hvordan Selskabet kan få flere medlemmer, vil vi gerne høre om det. Send din ide til info@dstk.dk. Kender du steder, hvor Selskabet kan lægge sin informationsfolder om Selskabet, hører vi også gerne fra dig. Vi kan også sende materialet direkte til dig og så kan du selv anbringe det.

Alt arbejde i Selskabet udføres frivilligt af bestyrelse og andre aktive medlemmer. Vi har et godt og uformelt samarbejde, hvor engagement og interesse for den tibetanske kultur er drivkraften. Da Selskabet ønsker at styrke sin indsats endnu mere, har det brug for nye frivillige. Send os en mail på dstk.info@gmail.dk for at høre nærmere, hvis du gerne vil være frivillig.

Tekstbidrag til medlemsbladet

Tekstbidrag modtages gerne. Kontakt venligst redaktionen på info@dstk.dk, hvis du vil bidrage med en tekst. Send indlægget som vedhæftet fil til info@dstk.dk. Redaktionen forbeholder sig ret til at foretage ændringer i indlægget i samarbejde med forfatteren eller helt at afvise indlægget, hvis det falder uden for Dansk Selskab for Tibetansk Kulturs vedtægter, formål og virkefelt. Redaktionen gør opmærksom på, at redaktionen ikke påtager sig ansvar for holdninger, som bidragyderne måtte fremlægge i deres artikler.

Annoncering i 'Tibet'

Bladet når ud til flere hundrede personer med særlig interesse for det tibetanske kulturområde (Tibet, Ladakh, Nepal, Sikkim, Bhutan og Mongoliet). En annonce i medlemsbladet rammer en målgruppe med stor interesse for tibetansk kultur bredt taget, samtidig med at annoncen støtter Selskabets oplysningsarbejde om den tibetanske kultur. Bestyrelsen forbeholder sig ret til at af vise annoncer, og der lægges vægt på, at annoncens indhold har relation til Dansk Selskab for Tibetansk Kulturs formål og virkefelt. Hvordan materialet skal afleveres til bladet aftales med redaktionen. Kontakt på dstk.info@gmail.dk. - Se også www.dstk.dk/blad.htlm

PRISER OG OPSÆTNING

Annoncestørrelse	Pris for fire farver	Pris for sort/hvid
1/8 side	450,-	300,-
1/4 side	750,-	450,-
1/2 side	1000,-	750,-
1 helside	1700,-	1200,-
Annonceformater	**Bredde x højde i mm.**	
1/1 side	175 x 226 mm	
1/2 side	175 x 112	
1/4 side (2 spalter)	114 x 86	
1/8 side (1 spalte)	53 x 86	

Pilgrimsrejse i Østtibet

Af Anne Burchardi og Bjørn B. Henriksen

(Fotos: Bjørn B. Henriksen)

Østtibet er et fantastisk område hvor den tibetanske buddhisme og den oprindelige tibetanske religion, bon, har stærke rødder. Derge har været områdets kulturelle hovedstad i de sidste par hundrede år og Dzogchen klostret anses for at være det vigtigste pilgrimssted for Buddha kvaliteter i Østtibet. Denne artikel har tidligere været trykt i: "Buddhistisk Forum", nr. 3, dec. 2003, side 4-9.

Da Buddhismen blev etableret i Tibet i d.8. århundrede bevægede Padmasambhava sig rundt i Østtibet og hengemte termaer, skjulte skatte. I denne forbindelse opstod der 25 pilgrimssteder eller kraftsteder. Indenfor tibetansk buddhisme tales der om kraftsteder som repræsenterer henholdsvis Buddhas legeme, tale, sind, kvaliteter og aktivitet. I Østtibet er der et centralt kraftsteder for hver af disse aspekter og fire sekundære kraftsteder for hver. Disse er beskrevet i en termatekst fundet af Tjog djur Detjen Lingpa i 1857.

Østtibet eller Kham kendes også som Tjusji Gangdrug hvilket betyder "De Fire Floder og De Seks Bjergkæder. De fire floder er Salween, Mekong, Yangtze og Yalong som alle har deres udspring i Kham. De seks bjergkæder er Tsawagang, Markhamgang, Zelmogang, Poborgang, Mardzagang and Minyak Rabgang. Området indgår i dag i de fire kinesiske provinser T.A.R., Yunnan, Qinghai og Sichuan.

Vores tur starter i Beijing hvorfra vi kører vestpå med eksprestog i 26 behagelige timer til Chengdu, Sichuan provinsens hovedstad i Vestkina. Her forlades det moderne Kina med en faldefærdig, offentlig bus og efter byen Ya'an begynder det tibetanske plateau at blive synligt og mærkbart i form af talrige hårnålesving. Vi kører igennem bjerget Mount Erlang Shang via en splinterny tunnel. For ganske kort tid siden måtte bjerget krydses over et 3000 m højt pas kaldet Khakha Buddha La. På den anden side af bjerget reducerer de smalle grusveje og evige vejarbejder hastigheden til 15 km/t. At vi og vores baggage overlever rysteturen tilskriver vi rejsens noble formål.

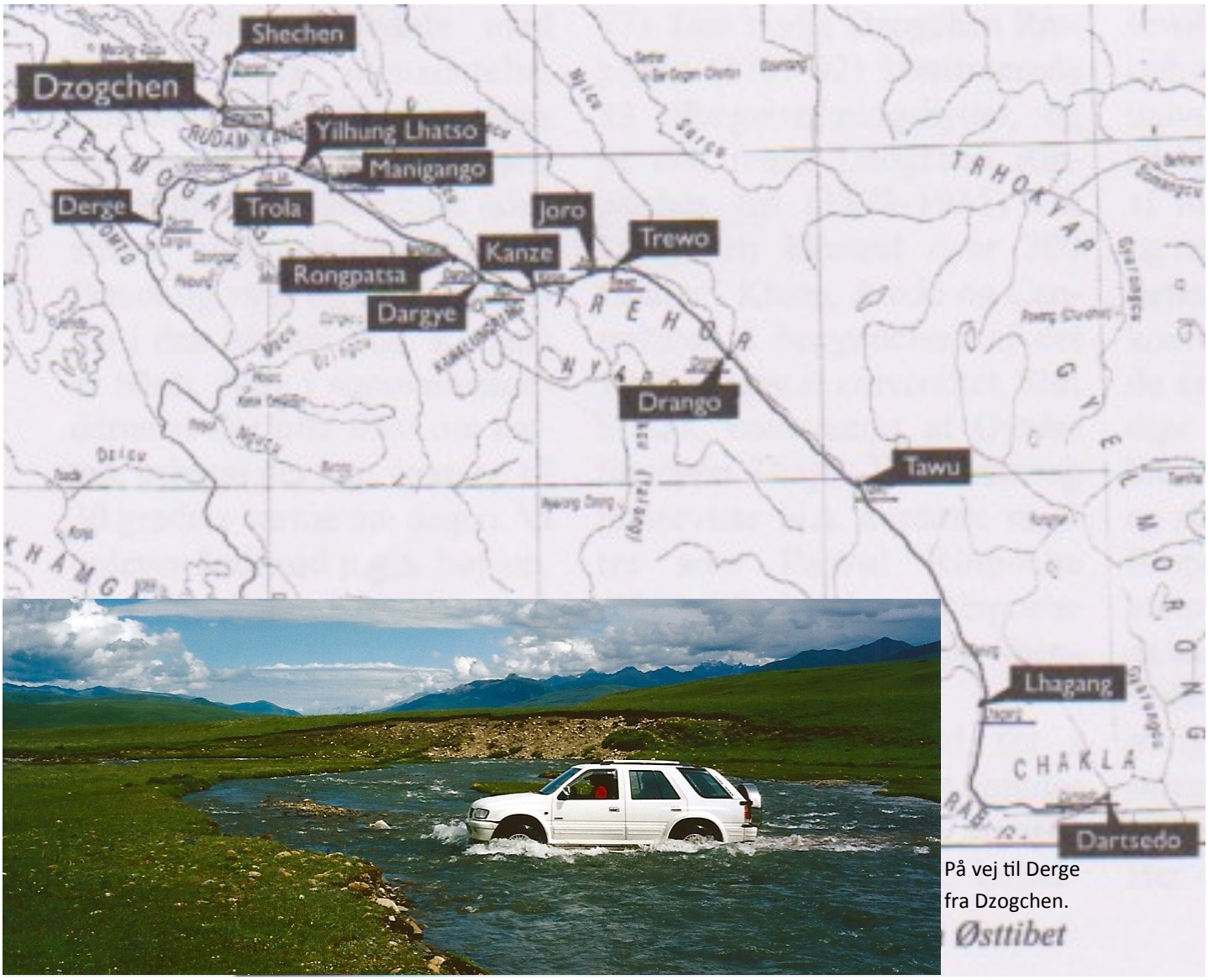
Vi passerer Chakzamka (kin.: Luding) i tusmørke. Chakzamka betyder jernbro og tilskrives , som så mange andre hængebroer i Tibet, yogien Thang Thong Gyalpo (1385-1509). Denne bro har dog den særlige status at den markerer den traditionelle grænse mellem Tibet og Kina. Chakzamka er dermed den første egentlige tibetanske by på vores vej. Først på natten kommer vi til Dartsedo (kin.: Kangding) (højde 2590 m) som er hovedstaden i Dardo kommunen. Her finder vi et hotel for natten. Dartsedo var traditionelt en vigtig handelsby mellem Tibet og Kina især for tehandel. Før i tiden lå der syv klostre i byen. Det vigtigste er en afdeling af Drepung Loseling og her overnattede den 14. Dalai Lama på vej til Beijing i 1954.

Paltrul Rinpoche møder Lama Karma i sin meditationskasse, hvor han har siddet i 40 år.

Allerede kl. 6 næste morgen skal vi videre med den næste bus. Efter at have kørt 33 km opad til passet Gye La (4290 m) starter det tibetanske plateau for alvor. Vi kører gennem betagende landskab med særegn tibetansk arkitektur, fine klostre og stupaer spredt ud over sletter og bakker. Den største stupa her i området hedder Minyak Cakdra tjørten og er også tilskrevet Thangtong Gyalpo.

Vejen fortsætter over Drepa La (4,420 m) og kommer derefter til Lhagang klostret i Tunc tju dalen.

Ifølge historiebøgerne forenede kong Songtsen Gambo i det syvende århundrede Tibet til ét kongerige. Han etablerede Lhasa som landets hovedstad og konstruerede Potalapaladset. Han giftede sig med både en nepalesisk prinsesse og en kinesiske prinsesse, som siges hver især at have bragt den første buddhistiske inspiration til Tibet i form af henholdvis en Buddhastatue fra Nepal og en fra Kina. Den kinesiske prinsesse, ved navn Vengchen, var datter af Tang Taitsung, kejseren af Kina. Hun rejste netop denne vej, på sin rejse til Lhasa og medbragte som sagt en vigtig Buddhastatue, kaldet Jowo. Det siges at da hun overnattede i Lhagang så talte statuen og bad om at blive efterladt på dette smukke sted! Selvom hun fortsatte til Lhasa med statuen som i dag står i Jokhangen i Lhasa og



På vej til Derge fra Dzogchen.

betegnes som Tibets helligste, så findes der i Lhagang klostret også en Jowo Buddha statue og velsignelsen ved at se den er, efter sigende ligeså stor som at se Jowo statuen i Lhasa.

Fra Lhagang fortsætter vi til Garthar og derefter over endnu et pas Nedreheka La (4115 m) på vej til Tawu. Tawu dalen er et af de smukkeste områder i Tibet. Den er frodig på trods af en højde på 3125 m og husene er nydeligt bygget med flade tage, hvide vægge og rødmalet tømmer. Her ligger et nyrenoveret Gelukpa kloster kaldet Nyitso Gonpa, som på et tidspunkt husede 400 munke. Næste stop er Drango (3475 m), hvilket betyder klippehovede. Byen ligger strategisk overhængende to floders sammenløb. Her ligger gelukpaklostret Drango gonpa som daterer fra det syttende århundrede og som i sin storhedstid var beboet af 1000 munke. Fra Drango kører vi til Trewo (3612 m) et tidligere mongolsk kongerige og derefter ses Joro søen og ruinerne af Joro Gonpa, et gelukpa kloster etableret i 1642, hvor der på et tidspunkt boede 300 munke. Vejen fortsætter opad gennem nomadelandskab over Latseka passet (3962 m) og derfra går det nedad til Kandze (kin.: Garze) (3581) som er hovedstad for kommunen af samme navn.

Kandze er en ret stor by og klostret her blev bygget af Kosot mongolerne i 1642 på en bjergtop. Dette kloster var på et tidspunkt det største i Kham med 1500 munke. Der er en pilgrimssti rundt om klostret på knap otte km.

Hundrede af munke til indvielse i Dzogchen. Dzogchen klosterby i baggrunden.

Vi overnatter i Kandze og møder nogle venner som også skal til Dzogchen klostret. Det er de første vesterlændige vi ser siden Chengdu. Næste dag fortsætter turen med en bus sent fra Dzogchen for at hente os. Fra Kandze kommer vi til Beri som var hovedstaden i et vigtigt Bonpo kongerige af samme navn. Beri betegnes som Khams kulturelle center indtil det syttende århundrede. I 1639-41 bliver kongen af Beri overmandet af Gushri Khans tropper hvilket fører til adskillige mongolske kongeriger i området. Ved samme lejlighed bliver Bon po templet omskabt til et gelukpa kloster med omkring 100 munke. I dag er klostret renoveret og huser mere end 200 munke. Vi fortsætter på vores vej og kommer til Dargye klostret, et stort gelukpa kloster som i lighed med de andre 13 såkaldte mongolske klostre blev etableret i 1642 i forbindelse med Gushri Khans sejre i området.

Efter Dargye klostret kommer vi til Ronpatsa, hvor den første Karmapa De shin Shekpa blev født i 1110. På den anden side af floden ligger den tidligere Kalu Rinpoches fødested (1905-1989) markeret af en stupa.

Det næste vi ser er en berømt Mani mur kaldet Pak-tse Mani.. En mani mur er en mur som er skabt ved at utallige små sten, hver især med mantraet Om Ma Ni Pe Me Hung udhugget, bliver samlet. Det siges at den manden, Sonam Namgyal, som skabte denne Mani mur ikke efterlod noget legeme ved sin død i 1952. Hans død repræsenterer et tilfælde af såkaldt regnbuelegeme. Dette beskriver Trungpa Rinpoche i sin kendte bog. Født i Tibet. Fra vejen kan vi se tilbagetræknings hytter højt oppe i bjergene. De er afdelinger af Dzogchen klostret.

Endelig når vi frem til Manigango, den sidste by før vi når til Dzogchen. Byen ligger som et knudepunkt med Derge 110 km mod sydvest, Kandze 84 km mod sydøst og Jyekundo 430 km mod nordvest.. Ovenover byen ligger Yazer Gon som er en afdeling af Dzogchen klostret. Trungpa Rinpoche gjorde holdt i Manigango på sin flugt fra Tibet og mødte ved den lejlighed Sonam Namgyals søn.

Øverst: Dzogchen landsby .Nederst: Det nyligt genopbyggede Shechen kloster et par timers kørsel fra Dzogchen.

Patrul Rinpoche foran hulenb,hvor hans-tidligere inkarnation skrev den berømte tekst "Words of My Perfect Teacher".

Mens bussen og vi holder hvil, hører jeg en højtaler. Det er buddhistiske belæringer som bliver udsendt så alle i byen kan høre dem. Det er vældig inspirerende. Fra Manigango kører vi nordpå ad vejen mod Jyekundo. Vi krydser Muri La passet (4633 m) og i dette bølgende bakkelandskab med nomadetelte og yak-flokke ser vi pludseligt Dzogchen landsbyen og skimter klosterkomplekset, delvist skjult i en næsten lukket dal.

Dzogchen klosteret

Dzogchen, eller nærmere betegnet det dominerende bjerg hvor Dzogchen klostret blev etableret, nemlig Rudram Gangi Rawa eller Trori bjerget, er kraftstedet hvor Buddha kvaliteter udvikles. Indenfor tibetansk buddhisme mener man at hvis man opholder sig på forskellige kraftsteder så vil det øge ens spirituelle udvikling. Det er derfor ikke ligegyldigt hvor man f.eks. trækker sig tilbage og udfører langtidsmeditation.

Dzogchen landsbyen ligger i 4023 meters højde ved indgangen til Rudram dalen som domineres mod sydvest af sneklædte Trori Dorje bjerget (5816 m) og dets gletscher hvorfra en stor flod flyder ned i området. Landsbyen er omgivet af kæmpemæssige græsklædte bakkedale med spredte sorte nomadetelte. Edelweiss vokser i tæpper overalt. Dzogchen landsbyen består af ler/tømmerhuse uden strøm eller rindende vand. Personlig vask og tøjvask foregår i den iskolde flod. Klimaet er hårdt, selv i sommermånederne er der ofte frost om natten selvom der er op til 30 graders varme om dagen. Vi oplever åndenød p.g.a. højden. Vesterlændinge er et særsyn på disse kanter.

Det store Dzogchen klosterkompleks ligger inde i selve Rudram dalen. Klostret blev grundlagt i 1684-85 af den første Dzogchen Rinpoche (1625-97). Den tredje Dzogchen Rinpoche ((1759-92) konstruerede 13 tilbagetrækningshytter og på den femte Dzogchen Rinpoches tid (1872-1935) fik Dzogchen klostret over 200 filialer i Kham, Amdo og Centraltibet. I begyndelsen af d.19. årh. blev et universitet, Shri Simha konstrueret af Gyalse Shenpen Thaye. Her læste og underviste bl.a. berømte mestre som Paltrul Rinpoche (1808-87) Mipham Rinpoche (1846-1912) og Khenpo Shenga (1871-1927).

Komplekset bestod før i tiden af et stort og et mindre tempel. Det mindre tempel blev helt ødelagt under kulturrevolutionen og er under genopbygning, ligesom den gamle universitetsbygning Shri Simha bliver revet ned og erstattet af moderne bygninger af stål og cement, ironisk nok udføres dette arbejde af kinesiske kontraktarbejdere, fordi de er de eneste som har de nødvendige færdigheder. Forrige år blev et nyt Tara tempel indviet og sidste år blev Pema Kalzang Rinpoches store Pema Dzong tempelkompleks for enden af dalen færdigbygget. Pema Kalzang Rinpoche besøgte i øvrigt Danmark for et par år siden.

Dzogchen er et magisk sted. Den ene hvide stupa efter den anden.

OM MANI PEME HUNG hugget i de store klippestykker som ligger spredt overalt. På dalsiderne ses store lyserøde felter som hver består af tusinder af bedeflag sat tæt ved hinanden. Her har mange store mestre mediteret. Man har haft 23 tilfælde af regnbuelegemet i området. Det sidste i Pema Kalzang Rinpoches private meditationshule. I bunden af dalen, omgivet af en skov af bedeflag bor dalens hellige eneboer, den gamle Lama Karma som gik i tilbagetrækning for 40 år siden og som stadig tilbringer døgnets 24 timer i sin meditationskasse. Patrul Rinpoche tager os med ind til ham for at få hans velsignelse, det var dybt bevægende. Ved siden af ham står en selvopstået manjushri figur som har tilhørt Mipham Rinpoche. Derefter viser Rinpoche os vejen op til den berømte hule hvor den første Patrul Rinpoche skrev den berømte "The Words of My Perfect Teacher" og viser os andre hellige huler på bjersiderne.

Dalen summer af Dharma aktivitet og mange hundrede munke kommer til Dzogchen i de korte sommermåneder hvor klimaet tillader at man kan afholde de større ceremonier udendørs. Vi ser afslutningen af en 2 måneder lang Rinchen Terdzö indvielse (Jamgon Kongtruls samling af termaskatte) for hundreder af munke og nonner.

Typisk hus i Derge.

De der ikke kan være inde i templet sidder udenfor og hører med på højttalere. I en pause på et par dage giver Pema Kalzang Rinpoche en Kalachakra indvielse, igen til hundredevis af mennesker.

Guru Rinpoche er ikke overraskende overalt den afbildede Dharmafigur. En dag går vi 5 timer op ad bjergsiden til en klippehule i 5000 m højde ved en grøn krystalklar sø hvor det siges at Guru Rinpoche mediterede i 13 måneder. Det er over græsgrænsen med kun forrevne klipper og man bliver let svimmel. Vi møder en gruppe tibetanske munke som kom NED til hulen! De har tilbragt natten oppe på bjerget.

I Dzogchen støder vi til en gruppe af Patrul Rinpoches elever fra mange lande i Europa og som er kommet til Dzogchen for at være med til åbningen af en skole for fattige børn, som Rinpoches elever har samlet ind til. Det bliver en festlig højtidelighed med deltagelse af stort set alle Lamaer, munke og landsbyboer.

Typisk pige fra Dzogchen

Shechen og Derge

Paltrul Rinpoche tager en dag gruppen med til Shechen Monestry (Dilgo Khyentse Rinpoche/Rabjam Rinpoche) som ligger et par timers kørsel fra Dzogchen. Klostret blev helt raseret under kulturrevolutionen og kan i øvrigt ses i den kendte billedbog af Matthieu Ricard: "Journey to Enlightenment" som handler om Dilgo Khyentse Rinpoche. Shechen dalen er ikke stor og foruden klostret er der kun ganske få bygninger. Men det

nye kloster står næsten færdigt og vi kan beundre de 1000 nye Buddhastatuer og de ualmindelig smukke nye vægmalerier.

Efter gruppen er rejst, tager vi på egen hånd til Derge for at købe bøger til Det Kongelige Biblioteks Samling. Vi kører tilbage til Manigango og derfra mod sydvest. På vej op ad Trola bjerget passerer vi Yilhun. Her er en hellig gletschersø, som er en af de smukkeste søer i Tibet. Her mediterede Kalu Rinpoche over snegrænsen i en hule i mange år. Vi skal nu over Trola passet (4916 m), med rette et af de mest frygtede pas i Tibet. Vi kører i rasende fart på en enkeltsporet grushylde lagt af sten på sten. Bjergvejen består af løse skiftersten. Vi ser adskillige bilvrag dybt nede i kløften. Efter passet skifter landskabet fuldstændigt og vi bevæger os ned i træklædte slugter og kører i lang tid langs Zi-chu floden mod Derge.

Derge er især berømt for sit trykkeri som rangerer på højde med Potala palaset i Tibet som et af Tibets vigtigste bevarede kulturelle monumenter. Trykkeriet blev grundlagt i 1744 og her opbevares 300.000 aflange 10x40cm træmatricer, udskåret negativt med tekst. Dette er trykkeblokkene hvorfra de tibetanske buddhistiske tekster trykkes. På grund af de hellige tekster er der en strøm af Derge-beboere som går kora rundt om bygningen.Vi køber 40 kg tekster som vi transporterer til Dartsedo hvorfra de blev sendt til Det kgl. Biblioteks samlinger i København.

Besøg i afsides meditationshule i 5.000 meters højde.

Dergetrykkeriet var således kronjuvelen i det rige som Tenpa Tsering (1678-1739) herskede over. Han udstrakte Derges magt, så den omfattede store områder mod Øst. Omkring Derge ligger der mange berømte klostre tilhørende Sakya, Nyingma og Kagyupa skolerne og Derge spillede en centralrolle i den eklektiske usketeriske Rime bevægelse som opstod i midten af det 19.århundrede under ledelse af blandt andre Jamgon Kongtrul Lodröe Thaye(1813-1899).

Fulde af indtryk rejser vi tilbage til Chengdu efter at have tilbragt næsten to måneder i Kham. Ifølge Jamgon Kongtrul er det meget vigtigt at have den rette meditative indstilling når man besøger hellige steder. Det siges også at strabadser som opleves på en pilgrimsrejse er yderst nyttige, idet de bortrenser negativitet i sindet. Vi kan roligt sige at en rejse i Kham ikke er for sarte sjæle. Den totale mangel på komfort kan være barsk. Men bl.a. derfor er det et perfekt mål for en pilgrimsrejse…. Vi ser frem til at komme igen!

Referencer:

Gyurme Dorje: *Tibet Handbook with Bhutan. Bath: Footprint,* 1999, 2.udg.

Ngawang Zangpo: *Sacred Ground, Jamgon Kongtrul on "Pilgrimage and Sacred Geography."* Ithaca: Snowlion, 2001.

Relevante Websteder:

www.shechen.org,
www.dzogchen.org,
www.Khamaid.org.samlet.

"Meditation"

En kort introduktion med reference til: "Unity in Duality"

af Lene Handberg, Semrig Thablam Rabjam

Grundlægger af Unity in Duality: Tarab Tulku XI, Lharampa Geshe/Phd.

Indledning

Unity in Duality (Enhed i Dualitet) er Tarab Tulku's frie oversættelse af det tibetanske begreb *tendrel*, som er en af de vigtigste grundteser i Buddhismen, klarlæggelsen af hvilket Buddha Sakyamuni blev specielt hyldet af Nagarjuna[1] og Tsongkhapa[2]. Tendrel refererer til det fænomen, at alting eksisterer i indbyrdes afhængighed, implicit at intet eksisterer selvstændigt[3] men kun relationelt.

Tarab Tulku præsenterer tre par relationer i 'UD' på baggrund af hvilke han mente, at det er muligt at forstå og erkende hvordan vi selv og alle øvrige fænomener eksisterer, og hvordan vi kan transformere os selv.

Disse 3 grundpiller i *Unity in Duality* er henholdsvis relationen mellem:

1. *Subjekt (bevidsthed) og Objekt* (virkelighedsoplevelsen og/eller det som eksisterer derudover),
2. *Krop (sansekroppen) og Bevidsthed,*
3. *Materie (stof/substans) og Energi (det potentielle felt).*

Det er således en erfaring, grundlæggende for den buddhistiske tradition, at den måde virkeligheden fremtræder for os på ikke eksisterer uafhængigt af vores bevidstheder således, som vi umiddelbart oplever. Dette er ikke ensbetydende med, at der ikke eksisterer noget udenfor os selv eller udover vores oplevelser (sidstnævnte er ifølge Tarab Tulku en almindelig fejlfortolkning af Buddhismen). Det betyder at den måde vi oplever virkeligheden på altid er afhængig af det bevidsthedsniveau vi erfarer med i mødet med verden (den referentielle virkelighed) og former vores oplevelse af denne.

®

Unity in Duality

Dette forhold fandt Niels Bohr ud af allerede i 1920'erne med hans atomare forsøg, gennem hvilke det stod ham klart, at måleinstrumentet, som han brugte til sine undersøgelser af virkeligheden, påvirkede måleresultaterne i en sådan grad, at det kunne frembringe modsatrettede resultater (lys som værende af bølge eller partikel natur) alt afhængig af måleopstillingen og måleinstrumenterne samt den bagvedliggende intention. Det samme som de tidlige buddhistiske forskere (geshes/khenpos/yogis) fandt frem til – de sidstnævnte udtalte sig ikke kun om det atomare niveau, men erfarede at denne relationelle gensidighed gjaldt på alle niveauer af virkeligheden – ligegyldigt hvad vi gør, kan vi kun erfare virkeligheden gennem relationer – al viden og erfaring er relationel.

Da vore forskellige bevidsthedstyper er vore umiddelbare 'måleinstrumenter'. Da vi ikke har mulighed for at erfare uden at benytte de givne menneskelige måleinstrumenter (de 5 sansebevidstheder og de øvrige bevidsthedstyper), kan vi rent faktisk ikke udtrykke noget objektivt sandt om virkeligheden som sådan, men kun om, hvad der fremstår som virkeligt i de forskellige relationer.

Fundamentet for en Meditationstilstand

I denne artikel vil jeg prøve at tilnærme mig hvad en meditationstilstand oprindeligt refererede til (ifølge Tarab Tulku, Tsongkhapa o.a.), samt præsentere hvilke krop og bevidstheds redskaber vi kan bruge, for at opnå en sådan tilstand – alt sammen på baggrund af *Unity in Duality*.

Det er vigtigt først at forstå, at de forskellige meditationstilstande er specielle krops og bevidstheds tilstande, som muliggør en dybere tilgang til virkeligheden end den normale, dybere for hvert meditations niveau. Vi kan sammenligne med nutidig fysik, som hovedsagelig beskæftiger sig med at kortlægge de mere subtile niveauer af den stoflige virkelighed (energi niveauer, kvanteniveauer, det potentielle felt og nulpunktsfeltet osv.).

Forskellen på vores nutidige videnskab, som fysikken, og den indre østlige er, at fysikken bruger ydre redskaber i udforskningen af virkeligheden, hvor man i den østlige indre videnskab bruger indre redskaber – bevidsthedsredskaber på baggrund af mere og mere subtile krops- og bevidsthedstilstande. Begge tilgange søger at udforske virkeligheden, men med forskellig intentioner: I fysikken for at kortlægge virkeligheden og for at udvikle og nyttiggøre materien/stoffet; hvor man i den østlige indre videnskab, har indset, at krop, bevidsthed og virkelighed er gensidigt relaterede og på den baggrund kortlagt virkeligheden for at finde metoder til at transformere denne og ens egen tilstand: Det vil sige, at trancendere den almindelige tilstand og deltage i en mere og mere subtil væren og virkelighed.

Lene Handberg *(Semrig Thablam Rabjam). Før sin bortgang overdrog Tarab Tulku ansvaret til Lene Handberg for Unity in Duality uddannelserne i Europa og opbygningen af lignende i Indien (for at gøre Unity in Duality tilgængelig specielt for de unge Tibetanere og Indere). Et arbejde som er i fuld gang og understøttet både af Hans Hellighed Dalai Lama og af Prof. Samdhong Rinpoche (tidligere statsminister for Den tibetanske Eksilregering). Handberg er formand for Tarab Instituttet i Danmark og Tarab-Ling India, samt ansvarlig for UD uddannelsen i Tarab Institute International. email:*
info@tarab-institute.org *og*
lhandberg@gmail.com

Således relaterer en meditationstilstand til en bestemt værens tilstand, hvortil man udvikler og benytter en mere subtil krops- og bevidsthedstype, som naturligt giver tilgang til en mere subtil virkelighedserfaring. Med andre ord er det en tilstand, som tager os langt udover vores fysiske krop, og som giver adgang til en mere subtil virkelighed langt dybere end den sansede.

Som udgangspunkt, for at indkredse hvad det er for værens tilstande, der her er tale om og hvordan disse hører sammen med vores nuværende tilstand, er det nødvendigt med fælles sprog og en fælles forståelsesramme. Den vil jeg forsøge at opbygge sammen med udlægningen af hvordan, vores krop-bevidsthed-virkelighed relation er i den nuværende fysiske tilstand – set i perspektivet af den østlige eller Indo-Tibetanske Indre Videnskab.

Ifølge denne indre videnskab kan vi inddele vores bevidsthed i de 5 sansebevidstheder og en 6. bevidsthedstype. For bedre at forstå de dynamiske bevidsthedsprocesser og vores dertil knyttede virkelighedsoplevelser, samt hvordan vi kan transformere os selv til dybere tilstande, kan den 6. bevidsthedskategori ifølge Tarab Tulku med stor fordel opdeles i yderligere tre bevidsthedskategorier, i henhold til måden vi oplever på:

1. *sprogbevidstheden* (giver en beskrivende virkelighed – i ord),
2. *følebevidstheden* (giver en virkelighed uden subjekt-objekt distancering) og
3. *billedbevidstheden* (giver en rum- og afstands virkelighed).

Vores 5 sansebevidstheder (hørelse, syn, lugt, smag og kropsfølelse) hører til den menneskelige krop (fysisk niveau). Den måde virkeligheden fremtræder for os på, er i høj grad betinget af vore sanser og sanseoplevelser (syn giver form og farve virkelighed; hørelse giver lyd virkelighed; smagssans giver smags virkelighed; lugtesans lugte/dufte virkelighed; og kropsfølesansen giver kropsfølelse og taktilitet). Værd at reflektere over at hvis vore sanser var bygget anderledes, ville den sansede virkelighed fremtræde på tilsvarende anden vis.

Sansebevidsthederne

Som mennesker har vi samme opbygning af sanserne og som følge heraf samme sanseoplevelser. Så selvom lige netop det vi sanser, ikke eksisterer som sådan udenfor, udgør de alligevel vores fællesmenneskelige virkelighed (hvor f.eks. forskellige dyrearter har andre sansevirkeligheder i overensstemmelse med deres sansers opbygning).

Sansebevidsthederne giver os derved mulighed for at opnå en fællesmenneskelig oplevelse. For at komme tilbage til denne oplevelse siger vi: ”stik fingeren i jorden”, ”få jordforbindelse”, ”tag en dyb indånding” osv.

Indenfor deres givne fysiske begrænsninger giver vores sansebevidstheder en ”direkte” oplevelse, dvs. uden abstraktioner, uden fravalg og uden sprog.

Direkte sansning er noget de fleste af os bedst kender fra barndommen. Disse tidlige oplevelser fremstod med klarhed og kraft. I vores moderne verden er vi overvejende domineret af den sprogligt tillærte, abstraherende og generaliserende bevidsthed. Det betyder, at direkte sansning er noget de fleste af os skal genopdage og genlære. At bruge den direkte måde at erfare på er vigtigt for os, hovedsagelig fordi det er den eneste måde, hvorpå vi kan opnå en direkte oplevelse uden afstand til os selv (og andre), hvilket har stor betydning for vores helbred fysisk som mentalt, vores almene velbefindende m.m. Direkte sansning er samtidig særdeles vigtig for at mindske frygt, give stærkere selvværd og for at modvirke disassociering. (Se i de mangfoldige videnskabelige artikler indenfor rammerne af moderne ”Mindfulness” som undersøger effekten af at bringe personer tilbage til kropsfølelsen).

Tarab Tulku gør opmærksom på at videnskaben, også den østlige indre videnskab, hovedsageligt forsøger at udforske virkelighedens dybere lag og at det at meditere ligeledes indebærer at nå til dybere lag end det sanse-feltet kan give os adgang til. Derfor kan man ofte læse i meditationsvejledninger fra gammel tid, (hvor folk endnu var stærkt forbundet med sansefeltet) at for at gå dybere skulle man undlade at fokusere på eller interessere sig for sanseoplevelserne. Men da vi, betinget af moderne kultur, generelt ikke længere er i direkte forbindelse med sansefeltet, men i en abstraktion deraf, er det første skridt igen at forbinde os med den direkte sansning, og derefter gå dybere i krop, bevidsthed og i den dertil knyttede virkelighedsoplevelse - for tilslut at indgå i enhed med altet.

”Sprogbevidsthed” Bevidsthedstypen som bruger sprog (indirekte bevidsthed)

Sprogbevidstheden er en altafgørende menneskelig mental funktion tæt forbundet med vores sproglige og analytiske evner. Det er så at sige den mentale funktion, der hæver os over dyreriget, men det er også en bevidsthedstype, der i moderne kulturer nemt bliver altdominerende, hvorved vi ofte mister den direkte (ikke sproglige) oplevelse af ’virkeligheden’ inklusiv direkte kontakt med os selv.

Ifølge den Indre Videnskab eksisterer den sproglige virkelighed ikke i og med sig selv, men kun i relation med sprogbevidstheden.

Dignaga (480-540) og Dharmakirti (600-660), vigtige Indiske buddhistiske

lærde, med tilknytning til Nalanda Universitetet, understreger i deres analyser af sprogvirkeligheden, at denne er baseret på abstraktion og generalisering, og kun det, som vi løbende udvælger og benævner bliver del af denne virkelighed. Dvs. at sprogvirkeligheden ifølge sin natur ikke omfatter det, vi ikke benævner.

Det betyder, at sprogbevidsthedens udvælgelsesproces er aldeles følsom overfor kulturel, social og følelsesmæssig indflydelse, og at sprogvirkeligheden derfor ikke er en fællesmenneskelig virkelighed, selvom vi deler visse kulturelle, sociale og uddannelsesmæssige sprogvirkeligheder med vores fæller.

Da den kulturelle, sociale etc. og den følelsesmæssige indflydelse normalt er ubevidst, vil det sige, at vi ubevidst vælger til og derved også fra i henhold til det vi benævner. Fx den følelse jeg har af mig selv – selv-følelsen i dette øjeblik (følende mig godt tilpas eller dårligt tilpas) betinger i høj grad den måde jeg tilvælger / fra-vælger hvad jeg benævner, og kun det bliver løbende del af min sprogvirkelighed.

Min sprogvirkelighed, som er den dominerende virkelighed vi moderne mennesker har, ændrer sig således alt afhængig af hvordan jeg føler mig tilpas, hvad jeg har oplevet i mit liv, hvilken uddannelse jeg har, hvilken kultur jeg er opvokset i osv. Som følge af vores fælles sociale forhold, sprog, uddannelse og kultur har vi som sagt mange sproglige virkeligheder fælles med andre – hvilket gør at vi trods alt kan kommunikere. Dette forhold gør også, at vi normalt ikke reflekterer over, om den sprogvirkelighed, vi erfarer, rent faktisk eksisterer som sådan udenfor os selv, eftersom andre med samme kultur, sprog og anden fælles baggrund tilsyneladende erfarer den samme virkelighed og derved understøtter vores egen virkelighed og at den eksisterer som sådan udenfor os selv.

”Billedbevidsthed”
Bevidsthed som oplever i syns- eller lydbilleder, opfattende rumlig virkelighed og afstande mellem objekter

Vores mentale billedbevidsthed er den del af vores visuelle og auditive be-

vidsthed, som ikke stammer fra sansebe-

Tarab Tulku XI *(1935-2004), Geshe Lharampa, tidligere forskningsbibliotekar ved Det kongelige Bibliotek og lektor ved Københavns Universitet, udviklede Unity in Duality konceptet og uddannelsen, som indbefatter studier i: ”Videnskaben om Bevidstheden og Fænomenerne”, ”Personlig Udvikling”, “Art of Relating” samt ”Psykoterapeutisk Anvendelse” og ”Spirituel Anvendelse”. Nogle af Tarab Tulkus artikler kan downloades fra vores webside – se under U.D. Newsletters.*

vidsthed, som ikke stammer fra sansebevidsthederne. Med den mentale billedbevidsthed oplever vi den: (1) almindelige mental billedvirkelighed (2) hallucination; (3) imagination og dagdrøm, (4) drøm og (5) visualisering.

(1) Når vi er under stærk indflydelse af vores sprogbevidsthed kan den almindelige mentale billeddannelse meget nemt dominere over vores sansevirkelighed – vi *ser* og *hører* sjældent direkte, i stedet fortæller vi os selv, hvad vi ser. Vi lærer faktisk at ’se’ og ’høre’ på en bestemt måde kulturelt, socialt… sprogligt betinget. Dvs. at det vi ’ser’ og ’hører’ bliver farvet af det, vi beskriver.

Normalt kan vi ikke skelne de rene fysiske sanseindtryk fra vores personlige mentale tilføjelser - det vi mentalt ’ser’ og ’hører’ - og spørger derfor ikke om det oplevede faktisk også tilsvarer det fælles menneskelige sansevirkelighed.

Eksempelvis ved enhver politimand at vidneforklaringer sjældent er ens, selv om vi rent faktisk har set og hørt det samme. Særligt når vi er emotionelle uddrager vi noget ganske specifikt i overensstemmelse med den dominerende følelse og vores ’virkelighed’ kan blive så personlig, at vi mister forbindelsen til den fælles virkelighed.

De øvrige billedbevidsthedstyper (hallucination, imagination / dagdrøm, drøm og visualisering) er nemmere at skelne fra sanseoplevelsen, men er ikke desto mindre lige så gyldige i den sammenhæng de fremkommer i.

Tarab Tulku gør specielt opmærksom på hvor vigtig billedoplevelsen er for at opleve noget som virkeligt. Når vi kan se eller høre noget, bliver det virkeligt. Dette er gyldigt i vores normale virkelighed (med vores fysiske krop som grundlag); i drømme (med drømmekroppen som grundlag), eller i en meditationstilstand (med en ‘energi-krop’ som grundlag).

Den billedmæssige tilgang til virkeligheden anses for at være en direkte erfaringsmåde, da den ikke benytter sprog.

”Følebevidstheden”
Bevidstheden som oplever på en måde hvorved følebevidstheden og dens objekt/ virkelighed ikke er adskilt

Følebevidstheden er en meget sammensat bevidsthedstype med mange aspekter:

1) Emotionelle følelser understøttet og forstærket af sprogbevidstheden.
2) Vores selv-følelser, som i høj grad betinger sprogbevidsthedens udvælgelse af, hvad vi beskriver, og der ved, hvad der bliver del af sprog virkeligheden.
3) Subtilere og mere raffinerede følebevidstheder og oplevelser, som giver adgang til en mere subtil til gang til virkeligheden (ophav til en tilsvarende forfinet billedmæssig som sproglig tilgang).
   Se nedenfor under meditationstil stand.
4) Den mest subtile enhedsfølebevidsthed/virkelighed, som kun er til gængelig i specielle situationer

som i dyb drømmeløs søvn og dødsprocessens slutstade (ubevidste værens tilstande), samt i forbindelse med det 3. meditations niveau (bevidst værens tilstand) – se nedenfor under meditationstilstand.

Følebevidstheden bruger ikke abstraherende og generaliserende redskaber for at erfare og anses for at give en direkte erfaring (uden sprog) på samme måde som det også gælder for billedbevidstheden og de forskellige sansebevidstheder.

Meditationstilstand og meditationspraksis.

Med denne fælles referenceramme kan vi tilnærme os, hvad man forstår ved meditationstilstanden og meditationspraksis. Jeg vil starte med at lave en differentiering imellem en meditationstilstand og meditationspraksis – en differentiering som jeg fortsætter med, da disse to begreber ofte er blandet sammen og giver grobund for mange misforståelser.

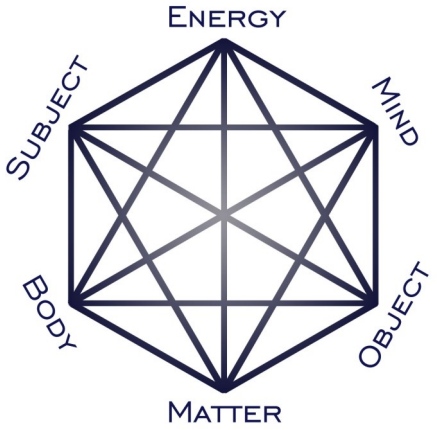
En *meditationstilstand* refererer her til en mere subtil krops-bevidsthedsværens-form, som giver en mindre begrænset virkelighedsoplevelse i forhold til tid og sted end normalt, når vores oplevelser er baseret på den fysiske krop. I de østlige meditationsskrifter omtales adskillige mere og mere subtile kropsværens-tilstande som drømmekroppen, illusionskroppen (flere niveauer) og regnbuekroppen.

Samtidig er adskillelsen mellem væren og virkelighed mindsket i forhold til den normale oplevelse heraf. Denne 'værende ikke adskilt', er et udtryk for, at der hersker et tættere forenende forhold mellem *bevidstheden og kroppen* som mellem *subjekt (bevidstheden)* og dets *objekt (oplevelsen og reference objektet)*.

På denne baggrund vil jeg redegøre nærmere for hvad en meditationstilstand i den østlige forståelse står for.

Meditationspraksis derimod er en praksis, som kan hjælpe os til at udvikle os i retning af en meditationstilstand – i retning mod at bringe krop og bevidsthed i forening med den universelle enhedsnatur.

Med baggrund i det overfor skitserede vil jeg hermed forsøge at uddybe, hvad begreberne "meditationstilstand"[4] og "meditationspraksis" refererer til, ved



at diskutere hvilken slags krop og bevidsthed der henholdsvis er tale om.

Kan vi bruge vores Sansebevidstheder til at opnå en meditationstilstand og / eller til meditationspraksis?

Meditationstilstand: I en meditationstilstand kan vi ikke bruge den fysiske krops sanser. Ifølge Tarab Tulku er alle retninger indenfor Buddhismen, såvel som indenfor andre østlige, spirituelle retninger (Hinduismen, Jainisme etc.) enige om, at vi i stedet må bruge sansebevidsthederne, der fremkommer i forbindelse med én af de mere subtile kroppe.

Når vi drømmer bruger vi naturligt en subtil krop, og vi udvikler brugen af en subtil krop, når vi visualiserer. I forbindelse med de "Seks Yogaer"[5] tales om "illusions-kroppen", der er en videreudvikling af drømmekroppen, som yogien udvikler brugen af også i vågentilstanden. Endvidere refereres til "regnbuelegemet" (som fordrer at mestre elementkræfterne[6]). Denne form for krop er en endnu mere forfinet kropsform der korresponderer med det 3. meditationsniveau, som kun de mest avancerede yogier mestrer.

Meditationspraksis: Men da vi i vores moderne samfundskultur, i det meste af vores vågne liv, er i en langt mere dualistisk værens tilstand end den fysisk sansemæssige, er den fysiske krop og tilhørende sansebevidstheder meget vigtige for meditationspraksis, som udgangspunkt for at opøve den direkte oplevelse og tage del i en lidt mere subtil tilstand/ oplevelse og derved mindske afstanden mellem bevidsthed, krop og virkelighed. Så bare det *at komme tilbage til sanserne* er allerede et stort skridt på vejen mod en meditationstilstand og slet ikke så nemt endda, da den sproglige bevidsthed, med sine kommentarer og mentale associationer, hele tiden bryder den direkte sanseoplevelse, og bringer os *ud af direkte kontakt - ud af os selv*.

Vores indsigt i betydningen af at *komme tilbage til sanserne* og den stærkt stigende erfaring om virkningen heraf, er højst sandsynligt forklaringen på den store udbredelse af "*mindfulness*" praksis[7], som en helbredende metode for psykosomatiske og mentale problemer. Det samme gælder for løb, yoga eller de forskellige kampsports – som alle pointerer kropsfølesansen og den dybere kropssansning – se nedenfor.

Kropsfølesansen er specielt velegnet til at bringe os tilbage til os selv. Den er så at sige beholderen for de andre sanser. Når vi er i kropsfølelsen, giver den os en grundlæggende stabil værens følelse, et sted at være, der umiddelbart bevirker at ængstelse og frygt formindskes. Samtidig er der, ifølge Abhidharmakosa[8], to niveauer af kropsfølelse: 1) den almindelige, med hvilken vi føler varme, kulde, sult, irritation, smerte o. lign., og 2) en mere subtil kropsfølelse. Den mere subtile kropsfølelse giver adgang til en langt stærkere værens følelse og derfor mindre angst og frygt, og samtidig er den en forudsætning for enhver meditationspraksis.

Kan vi bruge vores Sprogbevidsthed i en meditations tilstand og / eller til meditationspraksis?

Meditationstilstand: Indenfor alle østlige, spirituelle skoler er der enighed om, at man ikke kan bruge den almindelige sproglige bevidsthed til at meditere med, da den ved sin abstraktion og generalisering samt ydre beskrivende form umiddelbart bringer os i en stærkt dualistisk tilstand (dvs. forårsager størst mulig afstand mellem subjekt – objekt og krop – bevidsthed og derved trækker os i modsat retning af meditationstilstandens formål – enhed med objektet og erkendelse). Sprogbevidstheden kan dog udvikles videre, på et mere forfinet krops/be-

vidstheds grundlag, (Sanskrit) *shamata*[9], til en sprogbevidsthed som benyttes i (Sanskrit) *vipassana*[10] meditation. Foreningen af *shamata* og *vipassana* på første niveau er ifølge alle østlige traditioner grundlaget for at opnå en meditationstilstand. Men om og hvordan sprogbevidsthedens rolle er i en meditationstilstand har løbende været til diskussion – en diskussion, som det bliver for omfattende at komme ind på i denne sammenhæng[11].

Meditationspraksis: I forbindelse med meditationspraksis er det nødvendigt[12], at analysere og forstå hvad en meditationstilstand er; hvad virkeligheden er, og hvordan den udfolder sig i samspil med os selv; og hvilken kropstype og bevidsthedstype vi kan bruge for at opnå en meditationstilstand. Til dette formål er den sproglige bevidsthed et nødvendigt redskab.

Også hvis vi taler om analytisk meditationspraksis, er det nødvendigt at bruge en form for sproglig bevidsthed. Ifølge Tarab Tulku bruger vi her ikke den normale sprogbevidsthed, men en mere subtil og raffineret sprogbevidsthed, som er basis for *shamata* (se nedenfor). For at der er tale om analytisk meditationspraksis, skal man være i direkte forbindelse med det, som begreberne/sproget refererer til. Dvs. at sprogbevidstheden bliver et beskrivende redskab for en direkte oplevet følelses-/intuitiv- og billed-virkelighed, hvilket er en ganske anden måde at bruge sprogbevidstheden på, end den vi normalt benytter. Sidstnævnte er karakteriseret ved, at vi forbliver i et abstraherende og generaliserende distanceret forhold til 'den direkte erfarne virkelighed' og ikke opretholder den direkte oplevelse.

Kan vi bruge vores billedbevidsthed i meditationstilstanden og / eller til meditationspraksis?

Meditationstilstand: Angående brugen af billedbevidstheden til meditation har jeg allerede omtalt, at for at noget bliver virkeligt for os, skal vi normalt kunne 'se' og 'høre' det. Dette gælder også den energimæssige virkelighed, som vi kan erfare med 'energikroppen' (og i vores videnskaber med forskellige udviklede redskaber).

For at vi kan visualisere, skal vi således udvikle evnen til at bruge vores 'energi-krop'/mentale sanser (ikke blot de fysiske). Da de fleste af os ikke har udviklet brugen af disse i vågentilstanden, men kun i drømme, er det ikke så nemt for os at visualisere og dermed virkeliggøre den 'energimæssige' virkelighed.

Vi kan herved forstå, at visualisering er en metode til at etablere vores 'energi-krops-væren' i 'energivirkeligheden'. Den 'energi-krops' basserede billedbevidsthed / virkelighed er meget vigtig for den videre udvikling af de forskellige meditations tilstande. Først i den 3. meditations tilstand gør vi ikke længere brug af hverken sprog- eller billedbevidstheden, her bruger vi kun følebevidstheden til den egentlige forening af *subjekt – objekt, krop – bevidsthed* og *materie/stof – 'energi'*.

Meditationspraksis: Når vi taler om meditationspraksis, dvs. at træne vores meditative færdigheder for at tilnærme os en meditationstilstand, skal vi overveje brugen af alle de fire billedbevidsthedstyper og tilhørende virkeligheder for at se hvilke, der kan være behjælpelige: 1) almindelig mental billeddannelse; 2) hallucination; 3) imagination-/dagdrøm-/fantasi;4) drømme 5) visualisering.

(1) Vores almindelige mentalt betingede billedvirkelighed, som vi normalt antager for sansevirkeligheden, kan i visse tilfælde bruges i for bindelse med transformation[13] af sårbare selv-følelser, hvis vi er kender deres gensidige relation til billedbevidstheden.

(2) Hallucinationen er ikke nem at bru ge. Men

(3) imagination-/dagdrøm-/fantasitilstanden

(4) drømmetilstanden er meget vigtige f or træning af *shamata*, både med henblik på at træne at 'se' virke ligheden og 'føle sin 'energi-krops-væren', som er nødvendig f or at opnå en meditationstilstand.

Samtidig kan man bruge imaginations-/dagdrømme-/fantasitilstanden til at træne sin krop-og bevidsthedsværen i en mere subtil tilstand end den fysiske (på vej mod 'energikroppen'), og samtidig til at transformere sårbare selv-følelser – se nedenfor.

Kan vi bruge vores følebevidsthed i meditationstilstanden og / eller til meditationspraksis?

Meditationstilstand: Foreningen af *shamata* og *vipassana* er ifølge alle østlige meditationstraditioner fundamentet for en meditationstilstand. Ifølge Tarab Tulku, med reference til både Gelug, Kagyu og Sakya traditionerne, er *shamata* basis for at mestre 'energikroppens' sansebevidsthed, samt for at mestre at holde bevidstheden fokuseret, så længe man ønsker, på det visualiserede objekt/virkelighed. Denne bevidsthedskvalitet udgør en forening af den meget forfinede mentale følebevidsthed samt af billedbevidstheden – begge på grundlag af 'energi-krops-væren'. *Vipassana*, som kun kan opnås på grundlag af *shamata* (allerede omtalt ovenfor) kan betegnes som en bevidsthedstilstand, som benytter en forfinet sproglig-analytisk bevidsthed uden at miste *shamatas* 'energi'-kropsværen[14]. Det vil sige, at vi således umiddelbart kan bruge de to mest subtile følebevidsthedstyper (den 3. og 4. følebevidsthedstype omtalt ovenfor) i forbindelse med meditationstilstanden.

Meditationspraksis: Angående meditationspraksis kan vi imidlertid også bruge: 1) de emotionelle følelser, hvis vi formår at formindske dominansen af den sproglige bevidsthed – virkelighed. Det samme gælder for 2) vores selv-følelser, som er grundlæggende også for vore emotionelle følelsestilstande. Men hvordan kan disse bruges? Pga. artikelformen er der desværre kun plads til antydninger:

Generelt for at træne entydighed, dvs. at holde opmærksomheden stabil på et objekt, kan vi bruge enhver form for følelse, blot vi ikke beskriver den. Og da følebevidstheden og følelsen er nært forbundne, nærmest uadskillelige, kan disse bruges til at træne en *semi shamata* tilstand[15].

Tarab Tulku (21. aug. 1993).

Da meditationspraksis grundlæggende drejer sig om at udvikle sig i retning af en mindre dualistisk tilstand, kan den aktuelle selv-følelse også bruges til at træne forening med objektet. Normalt bringer den sårbare jeg-følelse mig "ud af mig selv" i forbindelse med mit forsvar. Men hvis vi bliver i følelsen, kan den bringe os i modsat retning – til en foreningstilstand og samtidig til en transformation af den forstyrrende selv-følelse: vi træner fokusering og entydighed, at være i en foreningstilstand, og begynder at mestre de ellers forstyrrende selv-følelser og samtidig udvikle en *semi shamata* tilstand.

For at mestre os selv og vores virkelighed foreslår Tarab Tulku både dualistiske samt forenende transformationsmåder, som du kan læse mere om under UD (webside: tarab-institute.org).

Som det fremgår af artiklen er meditation ikke så simpel at redegøre for endsige at praktisere. Det har man været meget bevidst om i den østlige tradition, der derfor altid har understreget det essentielle i, at den der ønsker at mestre meditation, må finde en kvalificeret lærer. Jeg har været så usigelig heldig at havde mødt og kendt Tarab Tulku, som selv var en kompromisløst søgende. Han voksede op i en kultur, der var rettet mod spirituel udvikling som det mest essentielle i livet. Tarab Tulku fandt det dog selv i det gamle Tibet svært at få svar på alle sine mange spørgsmål, og de udfordringer han stillede sig selv. Han var derfor i nogen grad overladt til sig selv og sin egen personlige forskning for at komme til de konklusioner, som fremgår af denne artikel. Igennem sine studier, praksis og forskning har Tarab Tulku uddraget de mest essentielle aspekter fra den Buddhistiske filosofiske og meditative tradition og sammensat et uddannelsesforløb i 'Unity in Duality' regi. Selv om Tarab Tulku er gået bort, er det mit håb, at der med denne uddannelse, som nu er etableret i adskillige europæiske lande samt i Indien – og som måske en dag kan blive tilgængelig også i Danmark – kan videregives noget af Tarab Tulkus erkendelse og hjælpe den enkelte til en bedre fremtid – og dermed os alle. ■

Fredag, 12. april 2013, kl: 19-21
holder *Lene Handberg* foredrag om
"Meditationens Kringlede Veje og Afkroge".
Sted: Faber Advisors,
Fredereciagade 10, st,
1310 København K.
Foredraget er arrangeret af Dansk Selskab for Tibetansk Kultur.
Pris: 75 kr for medlemmer og 90 kr for ikke-medlemmer.

Weekend kursus samme sted:

Lørdag 13. april 2013,kl 10-18
Søndag, 14april 2013, kl 10-17
Emne: **"Meditation i den Oprindelige Østlige Tradition (UD)"**
Arrangør: Tarab Institute Denmark
Kursusafgift: 1.300 kr .
1.200 kr for medlemmer af Tarab Institute Denmark.
Der serveres kaffe/the i pauserne.
Måltider er ikke inkluderet i prisen.
Tilmelding hos KJirsten Losang,
Tlf.: 2618 7614 eller email:
kirsten@losang.dk
Bindende tilmelding samt forudbetaling for kurset senest 12 marts 2013.
Indbetaling til Danske Bank
1551 12450133
skriv 'Lene Handberg Kursus april 2013' på indbetalingen

Fodnoter:

(1) Nagarjuna (omkring 150-250), også kaldet den 2. Buddha. Nargajuna er antaget som ophavsmand til Madhyamaka Inner Science of Mind and Phenomena.

(2) Tsongkhapa (1357-1419), grundlægger af Gelug traditionen, den tibetansk buddhistiske tradition, som både Dalai Lama og Tarab Rinpoche er blevet skolet.

(3) Dagme (Phon. Tib.) ofte misvisende oversat til "self-lessness" på engelsk og "negation af et selv" eller "negation af selvet" på dansk.

(4) I denne sammenhæng behandles "meditationstilstandene" under et, selvom Tarab Tulku differentierer i 3 meditationstilstande, og andre traditioner differentierer i endnu flere.

(5) De 6 yogaer refererer til Naropas Six Yogas, Negumas Six Yogare eller Sugghasiddhis six Yogaer.

(6) Elementkræfterne består at den strukturerende kraft (jord-elementet), den forbindende kraft (vand-elementet), den udviklende kraft (ild-elementet), den bevægende kraft (luft -elementet), potentialitet af disse universelle kræfter (rum-elementet).

(7) Her er der hovedsagelig tale om "*mindfulness"* i forhold til den fysiske krop og ens følelser – de første 2 ud af 4 "*mindfulness*" praksis'er, som refereret til i Abhidharmakosa.

(8) Abbidharmaskosa --

(9) Tib. phon. *shine* .

(10) Tib. phon. *lhagtong* .

(11) Denne diskussion blev også ført i Tibet, hvilket kan ses i sammenhæng med Samye debatten. Se Tarab Tulku's bog Tarab Tulku Rinpoche: 'Tendrel' Science of Mind and Phenomena (Tib. *Nang-don rig-pa'i gzhung-las byung-ba'i sems-kyi tshan-rig rten-'drel snang-ba'i gzi-byin*). Norbulinka, India, 2006. Den udkommer snart på Engelsk og kan bestilles gennem Tarab Instituttet Danmark, Hörsholm Kongevej 40, 2970 Hörsholm, DK – Den bliver annonceret på vores webside: www.tarab-institute.org

(12) Indenfor praksis som Mahamudra og Dzogchen er det ikke umiddelbart indlysende, at vi analyserer, men ifølge Tarab Tulku er det mere et spørgsmål om definition. Han siger, at vi altid bruger sprogbevidstheden, som en "opmærksomhed om" . Uden den ville vi ikke kunne guide os selv, ikke vide hvad vi gør, og ikke erkende hvad vi havde oplevet og bruge indsigten. Sprogbevidstheden er i denne forbindelse selvsagt af meget speciel art (vi har mange forskellige mentale funktioner (semjung) også sproglige) og bruges kun på basis af energi-krops-væren.

(13) Det bliver for omfattende at omtale "transformation" i denne sammenhæng. Men du er velkommen til at læse mere herom på vores webside: www.tarab-institute.org fx i forbindelse med det 2. U.D. Newsletter.

(14) Der findes dog forskellige udlægninger – specielt Chan, den senere Zen Buddhisme, har en anden udlægning af *vipassana* end den her fremstillede.

(15) "Semi" refererer her til, at vi er baseret på den værens følelse, som det 2. niveau af den fysiske krops følesans giver, i stedet for at være baseret på 'energikroppen' som i *shamata*).

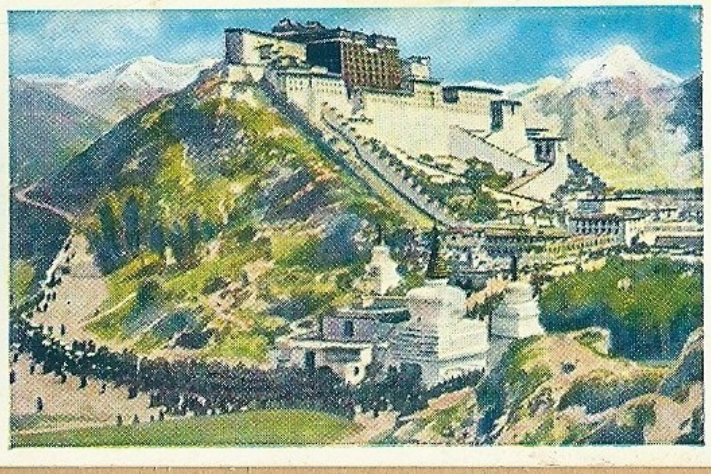
Danskernes syn på tibetanerne i gamle dage (2)

af Kunchok Tenzin

Nr. 103. *Tibetanere ved Lejrbaalet.* Tibetanerne tilhører den mongolske Race og taler et Sprog, der er beslægtet med Burmanernes og længere ude med Kinesernes. De synes oprindelig at stamme fra Grænseegnene mod Mongoliet og Kina, hvorfra de som Nomader har bredt sig over de fattige Højsletter, mens de i de sydlige Dalstrøg dyrker Byg, Træfrugter o. a., ofte ved Hjælp af kunstig Vanding. Nomaderne lever i sorte Telte, hvorimod de fastboende har Huse af Sten. Begge Samfundsklassers Levevis er yderst tarvelig. Et yndet Næringsmiddel er Te blandet med Smør og ristet Bygmel. Dragten er simpel: en Kjortel, der om Sommeren er af Tøj og om Vinteren af Faareskind, samt lange Støvler. Kvinderne plejer at indsmøre deres Ansigt med sort Farve.

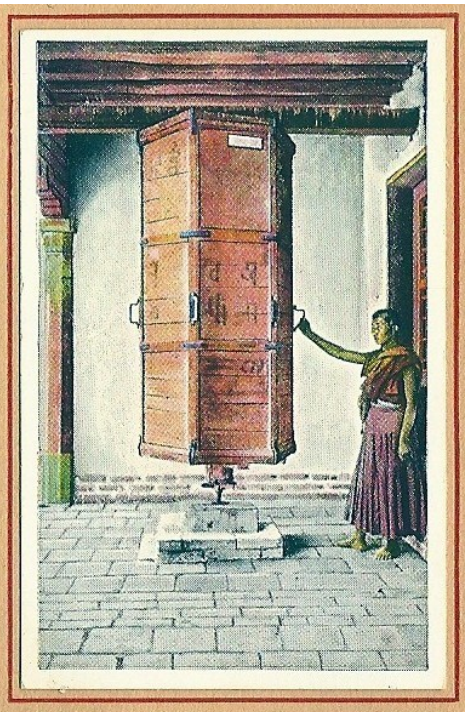
Under slogaet "Det er Richs's, der driks" reklamerede kaffeerstatningen Richs i 1930'erne for deres produkt. Folk blandede denne erstatning (et surrogat af cikorie og ristet rug) i sin dyre kaffe for at få kaffen til at vare længere, eller blot brugte Richs, fordi man slet ikke kunne få kaffe. Den gang var det før fjernsyn og internet, så det var en god måde at fange folks opmærksomhed ved at lægge samlebilleder i sine varer.

Nr. 104. *Fra Tibets Højland.* Intet Bjergland paa Jorden kan sammenlignes med Tibet, hvis barske Højsletter for største Delen ligger i samme Højde som Alpernes Toppe, mens de Bjergkæder, som hæver sig over dem, naar endnu vældigere Maal, i mange Tilfælde 7-8.000 m. I den tørre, tynde Luft trives blot en fattig Plantevækst, og kun faatallige og haardføre Hyrder færdes her med deres Hjorde af Faar og Yakokser. Først længst mod Syd, hvor Nedbøren er rigeligere, har Floderne formaaet at grave sig dybe Dale mellem Fjeldkæderne, og kun paa saadanne Steder er der Mulighed for en bofast og agerdyrkende Befolkning.



Nr. 105. *Potala-Klosteret ved Lhasa.* Paa en Klippe ved Tibets Hovedstad Lhasa knejser det vældige Klosterpalads Potala, hvor Landets aandelige og verdslige Overhoved Dalai-Lama, d. v. s. Præste-Oceanet, fra gammel Tid hersker. Han betragtes som en Legemliggørelse af en af de kommende Buddhaer, og naar han dør, udsøges hans Efterfølger blandt de Børn, der kommer til Verden i den nærmest paafølgende Tid. Næsten lige saa stor aandelig, men mindre verdslig Myndighed besidder Bogdo-Lama i Klosteret Tashilumpo. Kun yderst faa Europæere har gæstet Lhasa, der ligesom hele Tibet holdes afspærret for fremmede, hvorfor ogsaa store Dele af Landet endnu er ukendt trods adskillige, bl. a. af den svenske Forsker Sven Hedin foretagne Ekspeditioner.

I Mongoliet og navnlig i Tibet, der stadig holdes lukket for Omverdenen, spiller det buddhistiske Præsteskab en mægtig Rolle; ca. 15% af Befolkningen lever der i Klostre.

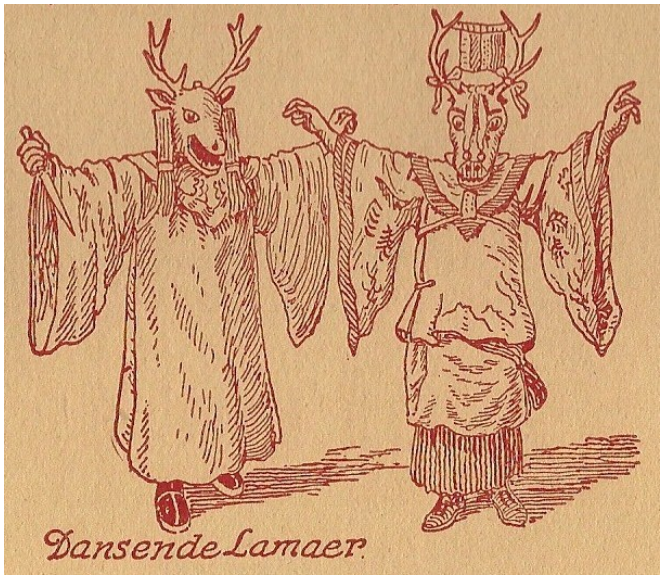


Nr. 106. *Bedemølle i et lamaistisk Kloster.* Den indiske Kulturpaavirkning, der har gjort sig gældende i Højasien samtidig med Buddhismens Indførelse, har utvivlsomt højnet de raa Nomaders Levevis og lagt en Dæmper paa deres krigerske Sind; men med den rene Buddhismes Forfald har et goldt Ceremoniel og tomme Skikke trængt sig i Forgrunden i det religiøse Liv. Et Udslag heraf er bl. a. Bedemøllerne, som ses overalt lige fra smaa, der holdes i Haanden, til store, som den her afbildede, der undertiden drejes med Vandkraft. Indvendig findes lange Papirsstrimler med samme Bønneformular trykt Tusinder af Gange, og hver Omdrejning af Møllen menes at have samme Virkning, som om Bønnen var udtalt lige saa ofte, som den er gentaget paa Papiret.

I 1937 udgav Richs et album - ***Jorden Rundt med Richs*** - til at samle billeder fra hele verden. Man fik kendte forskere til at skrive teksten. 5 af billederne handler om tibetanerne.

De enkelte billeder i serierne blev i starten trykt i op mod 1 mill. eksemplarer, men der blev også drukket meget kaffeerstatning i Danmark.

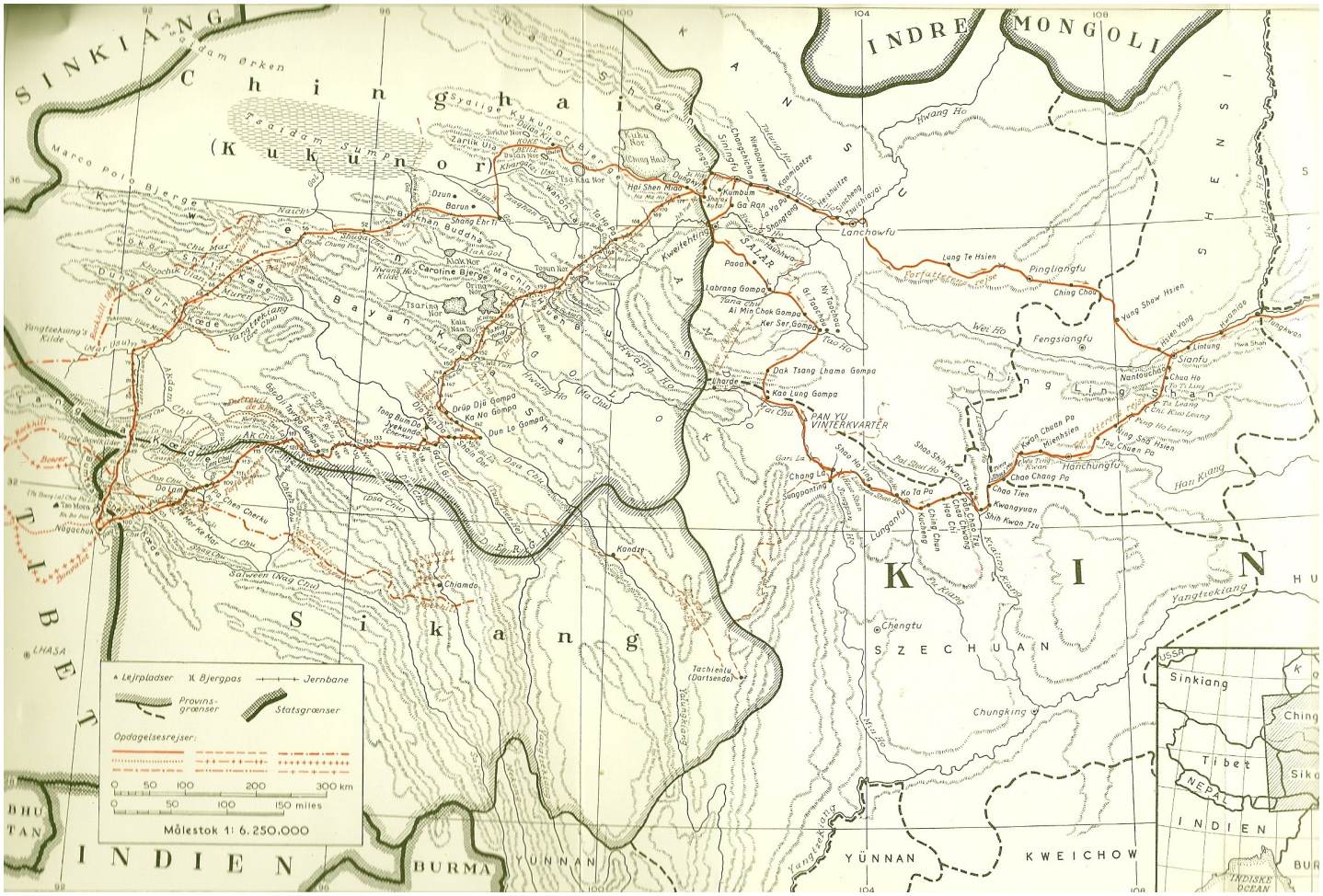
Nr. 107. *Præster i et lamaistisk Tempel.* I Tibet og Mongoliet hersker den særlige Afart af Buddhisme, der betegnes som Lamaisme paa Grund af Præsteskabets eller Lamaernes Talrighed og Indflydelse. Buddhas oprindelige, simple Lære er i Lamaismen stærkt blandet med gammelt Hedenskab; der optræder et Utal af Guder, Dæmoner og Helgener. Man antager, at der før Buddha har levet andre Buddhaer, og i Fremtiden vil opstaa flere, og Gudstjenesten gaar for sig under Udfoldelse af talløse, pragtfulde Kirkeskikke. Lamaerne, der er kendelige paa deres glatragede Hoveder og særlige Dragt, udgør en uforholdsmæssig stor Del af Befolkningen. De lever i Klostre, nogle med Tusinder af Medlemmer, men giver sig ikke af med produktivt Arbejde. De fornemste æres som Halvguder, idet de anses for Legemliggørelser af kommende Buddhaer.



Med danskeren Arthur Bollerup Sørensen ad ukendte veje gennem Centralasien

af Bent Rosenkilde

Foreningen Dansk Samvirke bragte denne artikel i sit medlemsblad "Danmarksposten", november-december 1943 (24. Årg. Nr 11-12:1-8).



Den fuldt optrukne røde streg er Bollerup Sørensens rejserute. Kortet er fra hans bog (se sidst i artiklen).

Tibet, eller som det også kaldes Bedjul, der betyder "stærkt land", har med rette af europæere fået betegnelsen: "Verdens Tag", thi højsletten når ingen steder under 12.000 fod [*red: 3766 meter*] over havfladen. Takket være disse højder, landets hårde og ugæstfrie klima og de ca. 2 millioner indbyggeres religiøse fanatisme, har Tibet igennem tiderne kun været besøgt af meget få europæiske rejsende.

De første, der nåede frem til Tibets centrum, - den hellige by Lhasa, hvor Dalai Lama, tibetanernes konge og gud residerer, - var en britisk ekspedition i august 1904. Af senere bekendte rejsende træffer vi: Svenskeren Sven Hedin, den russiske general Prechevalski, amerikaneren W. W. Rockhill, franskmændene Dutreil og des Rhins, den tyske Filchner ekspedition, englænderen general George Pereira, den berømte franske opdagelsesrejsende madame Alexandra David-Neel, samt danskeren Arthur Bollerup Sørensen. (Henning Haslund-Christensens forskningsrejser haralle været henlagt til Nord Tibet, Ladakh, Turkestan, Mongoliet og Manchuriet). - Da Bollerup Sørensens ekspedition gennem Tibet aldrig tidligere har været offentliggjort, skal vi her - på grundlag af denne ukendte, men dristige, danske forskningsrejsendes dagbøger, - skildre hans rejser over det tibetanske højland for at trænge frem til Lhasa.

Fjernt fra det land, hvoraf hans forfædre var runden, - i Singapore, - fødtes Arthur Bollerup Sørensen den 8de december 1880, som søn af en skibskaptajn Sørensen, der førte pilgrimme fra Singapore til Mekka- og Medinas havneby Hodeida. Længe fik den unge Sørensen imidklertid ikke lov at opholde sig på Malakka-halvøen; han blev sendt til faderens fødeby Sæby [*red: Nordjylland*] og kom her til at gå i skole, til han havde taget sin præliminær-eksamen.

Som livsstilling valgt Bollerup Sørensen telegrafistens, og han blev antaget på prøve i Store Nordiske Telegrafselskabs afdeling i Newcastle i 1897. To år efter er han i Libau, og 1901 kom Bollerup Sørensen for første gang til Østasi

BS: Tibetanske præster med bedekrans.

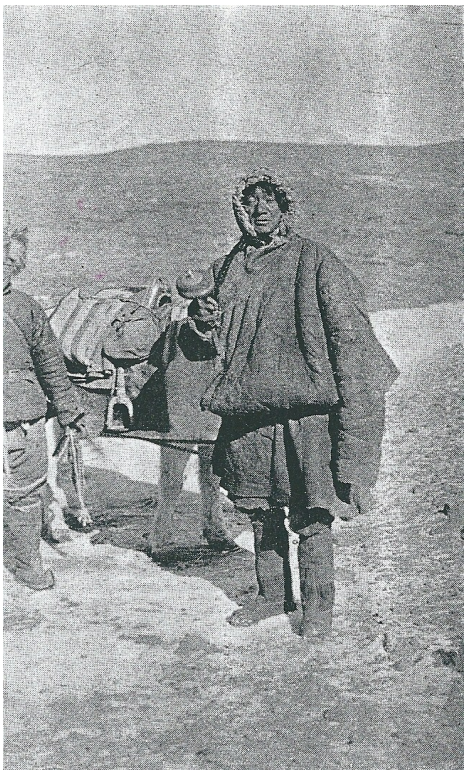
en og fik ansættelse i selskabets afdeling i Shanghai, hvorfra han senere forflyttedes til Hongkong, Amoy, Peking, Chefoo og Tientsin i Kina. I 1912 avancerede han til overtelegrafist.

Allerede i 1909, da Bollerup Sørensen fik orlov med fuld gage, foretog han en længere rejse gennem Centralasien i stedet for at rejse komfortabelt med damper, via Suez, til Europa.

Han drog først gennem det meste af Gobi Ørken, en anstrængende færd, som han foretog alene i selskab med en mongol, som førte en tohjulet kærre, trukket af en kamel, og efter denne ret enestående vandretur gik rejsen videre gennem mongolernes hellige by Urga [*red: Ulaanbaatar*] til Kiachta, der ligger på grænsen af Mongoliet og Sibirien. Fra Kiachta kørte vor landsmand i trojka [*red: russisk køretøj trukket af 3 heste*] til Verkhne Udinsk i Sibirien og videre til Europa med den transsibiriske jernbane.

Efter at have passet sit arbejde som telegrafist i Chefoo, Shanghai, Hongkong og Tientsin modtog Bollerup Sørensen atter permission i 1915 og ville, i denne ferietid på 9måneder, drage gennem Tibet og nå frem til Lhasa.

Fra Peking gik rejsen i slutningen af april med jernbane til Taiyuanfu i Shansi provinsen og herfra videre til fods eller på æselryg over Sianfu -[*red: Xian; -fu betyder by*] i Shensi provinsen til Lanchoufu i Kansu provinsen, hvortil man ankom i midten af juni. Her udrustede Bollerup Sørensen en lille ekspedition for at drage fra Tankar til Koko Nor, og derfra mod syd ind i Tibet. Først drog ekspeditionen til Hochou og Hsunhua, der er muhamedanernes [*red: mon ikke der er tale om buddhister*] hovedkvarter i Kansu, og her besøgtes det berømte kloster Labrang, hvor de hellige lamaer gav de besøgende en alt andet end blid modtagelse. De hellige fædre pryglede eskorten og undså sig endda ikke for at smide sten efter Bollerup Sørensen og gøre nar af ham. Til trods for disse fremmedfjendtlige demonstrationer og rygter om, svære opstande og røverbander, fortsatte ekspeditionen sin påbegyndte færd til Hsiningfu (*red: Xining)*, hvor man fik at vide, at der var udbrudt så alvorlige grænsestridigheder mellem tibetanere og kinesere, at det ville være umuligt at trænge ind i Tibet. I stedet for at følge den planlagte rejserute, måtte ekspeditionen nu foretage en langt besværligere rejse mod nord over de mægtige Nanshan bjerge, ad ukendte veje til Kanchou og derfra gennem Turkestans ørkner, på den gamle centralasiatiske karavanevej over byerne Suchou, Ansichou Tunhuang og Hami, og derfra videre af vejen, der løber nord for T'ienshan kæden til Urumchi, Tarbagatai og Semipalatinsk i Sydsibirien, hvortil man nåede i oktober måned. [*red: Derfra med tog gennem Rusland til Danmark*].



BS: En af Bollerup Sørensens karavaneførere med et tibetansk bedehjul, fotograferet i den evige sne's højder.

Den store rejse gennem Tibet

Efter endt ferie i Danmark havde Arthur Bollerup Sørensen genoptaget sin post i Kina, og efter at have været Stationeret i forskellige byer, fik han igen orlov i april 1921, - en ferie på i alt 15 måneder,- som han benyttede helt til at udføre den største og længste rejse i sit liv, en forskningsfærd, som med rette gjorde hans navn og hans land ære.

I det efterladte manuskript: "Midlertidig Beretning over en rejse fra Shanghai til egnene nord for Lhasa og tilbage igen", - der er på 480 maskinskrevne sider - indleder Bollerup Sørensen:

ABS: Wong (tv) og Sung med kronometrene og distancemålerhjulet.

BS: En af Bollerup Sørensens tibetanske karavanemænd forklarer et eller andet med talende håndbevægelser.

- Efter i 1915 at have sat mig ind i forholdene på den kinesisk—tibetanske grænse i Kansu provinsen, besluttede jeg mig i året 1921 til at gøre et forsøg på at krydse og udforske det meget lidet kendte nordøstlige Tibet og derfra fortsætte til Lhasa. Min hensigt var at gå til byen Sungpanting i den nordvestlige del af Szechuen provinsen for om muligt der at komme med en af de årlige handels- og smugler-karavaner, som fra denne by udsendes gennem de mest utilgængelige egne i det nordøstlige Tibet, til egnene syd for Koko Nor, omkring Tsaidan Nor, Oring Nor,Baian Kara kæden og til Tsaidan. Disse karavaner opsøger for en stor del nomadestammer, som grundet på dårlig opførsel, - røveri og plyndring, - officielt ikke tilstedes adgang til de grænsebyer, som kineserne har åbnet for handel med tibetanerne, og som derfor er henvist til at få, hvad de behøver, bragt til sig. I overensstemmelse med denne plan forlod jeg Shanghai i midten af april og gik med en floddamper op ad Yangtzekiang til Hankow og derfra videre med jernbane, via Chingchowfu i Honnan provinsen, til byen Kwangyentang i den nordvestlige del af Honnan. Denne by var på det pågældende tidspunkt det vestligste punkt for banelinjen, og det var der for nødvendigt herfra at arrangere muldyrtransport for videررejsen. Mit første mål var det meget vigtige knudepunkt Tungkwan i provinsen Shensi; - det er en forholdsvis lille by, men af meget stor strategisk betydning, - idet den urgamle karavanevej fra Honan provinsen og dermed fra en stor del af det østlige Kina til Shensi, Kansu og Turkestan fører over denne stad og faktisk er den eneste vej, der kan befærdes med vogne, - hovedsagelig tohjulede kærrer. -

Om befolkningen i de egne, karavanen drager igennem, skrives:

- Jeg har med få undtagelser kun lovord for den kinesiske landbefolkning og for den type kinesere, man møder på landevejene. De er altid høflige og venlige, og behandler man dem på rette måde, er der ingen ende på, hvad man kan få dem til at gøre for sig. Gang på gang har jeg set kinesere rykke ud af et værelse og sove i deres vogne for at give plads for mig, hændelser man næppe ville blive vidne til, hvis det gjaldt en kineser i Europa, der befandt sig i samme situation. Jeg skal dog villigt indrømme, at kineserne, og da navnlig kinesiske børn, kan være meget trættende og sætte ens tålmodighed på en endogså meget hård prøve. Men tænker man sig lidt om, går det snart op for en, at børnene antagelig er langt artigere end f. eks. børn i Danmark ville være, hvis en enlig neger eller kineser pludselig lod sig se i en landsby der. Kinesiske børn kalder endnu den dag i dag ofte hvide mand: "Yang Kwei-Tzu" ("Fremmede Djævle") [*red: Det gælder også i 2012*], men de mener i de fleste tilfælde ikke noget med det, - de har simpelthen ikke noget andet ord for dem.

I Tungkwan, - der er forsynet med en formidabel bymur,- blev jeg unådigt modtaget og endogså i højeste grad uforskammet behandlet, og dette simpelthen fordi militærguvernøren for Shensi provinsen, - en tidligere bandithøvding, - havde sat sig i hovedet, at han ikke ønskede besøg af nysgerrige fremmede i sin provins, hvor der unægtelig også var mere end tilstrækkelig at kritisere. Endelig efter fire dages ventetid blev jeg kendt værdig til at ånde luften i Shensi, og ekspeditionen fortsatte straks ad Sianfu til - hovedstaden i Shensi provinsen.

Jo længere man kommer vest på des talrigere bliver Hwei-Hwei befolkningen, der er, hvad man i daglig tale kalder muhamedanske kinesere, men hvis virkelige herkomst der stadig hersker uenighed om. De er muhamedanere om en hals og bliver mere og mere fanatiske jo længere man kommer mod vest ad Kansu provinsen og Turkestan til.

BS: Tibetanere fra Kweiteh distriktet med morsomme tophatte og gammeldags lange forladere, der sikkert er farligere for dem selv end det vildt, de jager.

ABS: Min karavane passerer den delvis tilfrosne Tsark Chu.

Kineserne hader muhamedanerne af et godt hjerte, og muhamedanerne returnerer komplimenten tifold, således at de distrikter, hvor de to folkeslag i retning af antal er nogenlunde jævnbyrdige, er og antagelig langt ind i fremtiden vil vedblive at være vulkaner, som man til enhver tid kan vente at komme til udbrud.

Vi ankom til Sianfu og blev, til trods for den i Tungkwan indhentede tilladelse til at passere Shensi provinsen, behandlet på den mest udsøgte uforskammede måde, jeg nogensinde har været udsat for i Kina. Tilstrækkeligt for folk, som kender Kina, vil det være at fortælle, at man, da jeg stillede til en forud aftalt audiens i "The Bureau of Foreign Affairs", fik lov til at vente i lang tid, og der derpå blev meddelt, at jeg var kommet for sent, hvilket med et mildt udtryk ikke var sandt; man vidste, at jeg var 'between the devil and the deep sea' ('Mellem djævelen og det dybe hav') og benyttede sig af lejligheden i fuldeste mål. Enden på det hele blev, at jeg fik et pas gældende for hele Shensi provinsen, dog med det forbehold, at jeg holdt mig borte fra Fengsianfu, hvor man på det tidspunkt sloges med nogle oprørere.

Når man rejser i det indre Kina, skal man være endogså meget heldig for at slippe for at blive bebyrdet med en eskorte, som man kun har meget lidt nytte af, men som koster en ikke så lidt i underhold og drikkepenge. Under almindelige omstændigheder plejer eskorten at bestå af et par yamen-folk bevæbnede med et pas, men er man bleven særlig fine venner med myndighederne, ønsker disse af lutter elskværdighed at give en så meget "ansigt" som muligt med det resultat, at man bliver udstyret med en horde på op til en halv snes lazaronsoldater, som i mange tilfælde gør en upopulær blandt befolkningen ved at rekvirere ting uden at betale for dem.

Jeg erindrer specielt en eskorte af nogle soldater, der var bevæbnede med slagsværd fra Harald Blåtands Tid, som de bandt tværs over ryggen ved hjælp at et stykke almindeligt sejlgarn. De var ikke skønne at skue, men gav en masse "ansigt" eller prestige ...

Sianfu er en ældgammel by, omgivet af mægtige bymure med meget høje og imponerende porttårne. Den ligger på en stor højslette, der begrænses af den mægtige Ching Ling klæde, og havde en af sine store glansperioder under Tang-Dynastiet (620-907 efter Chr.). Dette dynastis grave ligger en god dagrejse vest for byen på en skrænt; jeg passerede denne gravplads på vejen til Turkestan i 1915 og igen på tilbagevejen fra Tibet i 1922, og begge gange slog det mig, at hvis skrænten af højene havde været lyngklædte, ville landskabet have haft en slående lighed med visse landskaber i Jylland, hvor kæmpehøjene er anbragt på akkurat samme måde.

Jeg blev i Sianfu nogle dage og havde her en del ulejlighed og ærgrelser i forbindelse med at skaffe transport til videreerejsen til Hanchufu i det sydlige Shensi. Jeg ønskede at leje pakmuldyr, men efter flere dages venten meddelte man mig, at der ingen var at få, eller rettere sagt, at ingen havde mod på den tur med deres dyr. Enden blev så, at jeg måtte hyre nogle og tyve bærekulier.

En glæde var det dog, at jeg i Sianfu blev modtaget med åbne arme af mine gamle venner fra 1915 i "The Scandinavian Alliance Mission", svensk-norsk-dansk-amerikanske missionærer, som jeg skylder tak for venlighed og overstrømmende gæstfrihed. I særdeleshed står jeg i stor gæld til pastorerne Jensen, Andersen og nu afdøde Hagquist.

Ekspeditionen forlod Sianfu den 18de maj og passerede Ching-Ling kæden. Der var masser af små landsbyer, omgivet af træer og herlige hvedemarker, men nægtes kan det ikke, at der også fandtes adskillige marker med opiumsvalmuer. Disse marker tog sig henrivende ud, da blomsterne stod frodigt som i en have og var af flere forskellige farver.

ABS: Min tibetanske eskorte mellem Labrang og Rin An Gompa.

Vandrende til fods

På ekspeditionen målte jeg alle distancer ved hjælp af et cykelhjul med påsat cyklometer, hvilket forøvrigt var et ret anstrengende arbejde, idet jeg aflæste meteret ved selv den mindste "kursforandring", og som følge deraf i vanskelige bjergdistrikter måtte gøre dette flere hundrede gange løbet an en dags march. Da kun jeg kunne aflæse meteret, var resultatet af denne fremgangsmåde, at jeg måtte gå så at sige hvert eneste skridt af den 15 måneder lange rejse på mine egne ben, hvilket ikke altid var lige rart, f.eks. i Tibet, hvor vi flere måneder i træk aldrig kom ned på højder under 14.00 fod [*red: 4394 meter*] over havfladen. -

Fra Sianfu ad ukendte veje til Hanchungfu, hvor myndighederne ville standse ekspeditionens fremtrængen: "Endelig gik man ind på, at jeg underskrev et dokument, der meddelte, at jeg gik mine egne veje imod myndighedernes råd og vilje, og at jeg frasagde mig selv og min familie alle krav på erstatning, hvis det på en eller anden måde skulle gå mig galt." Og ad nye af europæere ukendte og ubetrådte veje nåede man videre frem til Lunganfu, og gik derfra i seks dagsmarcher til Sungpanting.

BS: Søde og snavsede børn af Nagchukastammen, påklkædte til leg i det frie.

Møde med banditter

- Der gik de mest hårrejsende historier om røverne, som vi var blevet advaret imod, og alt blev slugt med begærlighed af mine folk. To af dem kom en aften, som, en slags deputation for de øvrige, for at foreslå mig, at to mand skulle gå i forvejen med mit kinesiske visitkort for at tale med røverne og meddele dem, at jeg var en fredelig rejsende, som ikke gjorde en kat fortræd, og at jeg ikke førte penge med mig. Så naive var de virkelig. Kort tid efter kom vi til en landsby og befandt os dermed midt i en røverrede. Vi standsede for at drikke te på en åben plads midt i landsbyen, hvor der fandtes nogle meget tykke, gamle og skyggefulde træer, og lod som ingenting. Her var i sandhed en skøn forsamling at skue, klædt op i alle mulige og umulige kostumer og bevæbnede med allehånde urgamle riffeltyper.

BS (tv): En smilende tibetansk Dandy, der i fåreskindspels og varme kamikker er iklædt til nomadefærden over 'Jordens Tag'.
BS (th): Tibetanerinde med en mere besynderlig end smuk frisure. Det kolossale hårspænde benyttes kun ved meget højtidelige lejligheder.

En af røverne varen ganske ung mand, iført en lang, himmelblå silkekaftan med et (næsten) brandgult skærf om livet og en stort turban på hovedet. Under armen bar han en meget fin europæisk portefeuille, som guderne må vide, hvor han havde fået fra. Han blev ved med at promenere op og ned foran mig og var øjensynlig i aller højeste grad glad for sig selv. Den mest skumle af dem alle var en ualmindelig høj og meget korpulent kineser med et særdeles brutalt ansigt; han gik med nøgen overkrop og benklæderne nåede kun nogle tommer under navlen, så han mindede mig om en skarpretter i funktion, som jeg havde set dem andre steder i Kina. Til at begynde med fik vi lov til at sidde i fred, men da der var gået nogen tid, begyndte man at forlange besked om alle mulige ting. Da man imidlertid også begyndte at blive ret nærgående og ville se mine våben, bad jeg om en audiens hos den øverstkommanderende, og audiensen blev mig tilstået. Hans excellence chefen for banditterne boede i et lille rum hos landsbyens skrædder. Rummet var næsten bælgmørkt, da man havde hængt et klæde for dets eneste vindue og der kun brændte en lille opiumslampe på et lavt bord. Alt det lys, der var, kom gennem dørsprækken, som excellencens adjudant lod stå på klem. Selve røverhøvdingen lå på en briks med opiumspiben

stukket ind i lampen, men så snart jeg kom ind, blev han hjulpet op i en siddende stilling. Det viste sig at være en ung mand på næppe mere end 30 år, men så gennemsyret af opium, at han lignede et fuldstændigt vrag. Tien, min boy, forklarede ham, hvem jeg var, og bad ham medgive os en eskorte på et par mand, således at vi kunne slippe for videre besværligheder. Til dette var han uden tvivl straks villig og overlod mig kort efter sit visitkort, som han sagde ville være tilstrækkelig som pas.

Efter at adjudanten havde fået ordre til at sende to mand med os, var audiensen forbi, og glad var jeg: manden havde været fuldstændig korrekt, men påvirket af opium, så han var ude af stand til at følge mig til døren. Eskorten var ganske unge folk, som mine kulier hurtigt blev gode venner med.

Tibetanere

Vi var nu inde i de kinesisk-tibetanske grænsedistrikter, hvor de to folkeslag i århundrede har ligget i strid med hinanden og hvor der, - som følge deraf, - overalt findes spor af gamle mure, småfæstninger og vagttårne, som i sin tid tjente kineserne som forsvar mod tibetanerne, hvis lande de havde røvet.

Ekspeditionen nåede frem til Sungpanting, der ligger i en snæver dal med bjerge til alle sider og på bredderne af en flod. Den er omgivet af mure og er beboet af kinesere og Hwei-Hwei, som levet af agerbrug og handel med de omboende tibetanske stammer. Byen er en typisk grænseby og har gennem tiderne føret en ret bevæget tilværelse. Tibetanerne bringer huder, skind, uld, salt, rabarberrod, moskus, og får til gengæld, hvad de behøver i retning af te, byg metalvarer, rifler, sadler og tøj, som de ikke selv kan fremstille.

Gaderne sværmer af selvsikre tibetanere, som er kommen til bys for at handle. Det er et stolt og overlegent folkefærd, som med dyb foragt ser ned på den kinesiske købmand og kræmmer og på byfolket i det hele taget.

Kineserne ser med endnu dybere foragt ned på tibetanerne, som de regner for en barbar og et dyr, som kun er til stede på denne klode for at kunne handles med og bliv snydt.

Jeg modtog her den ubehagelige efterretning, at der ikke ville afgå nogen

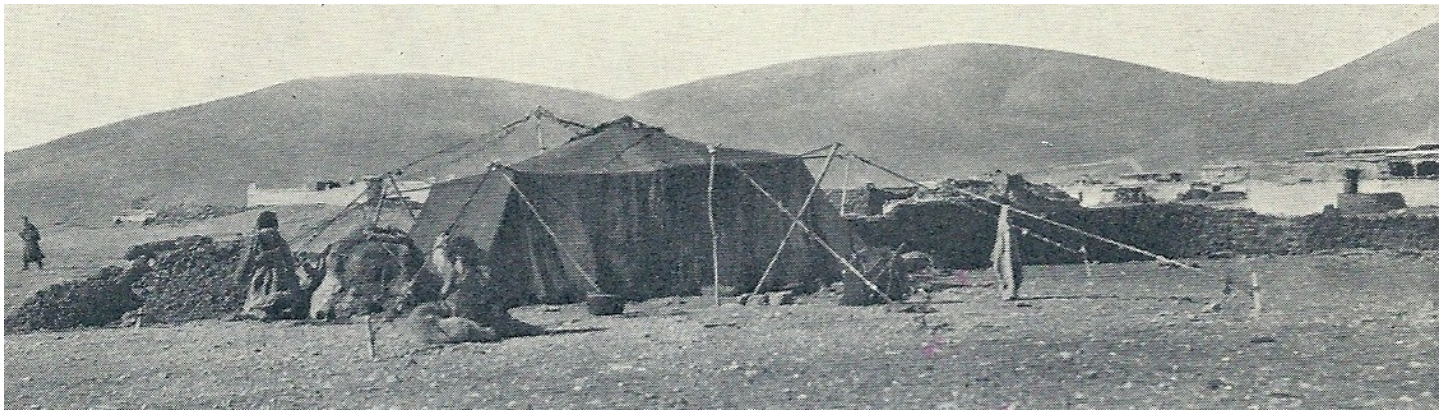
*ASB: Lejrslagning ved lejr nr. XIX (11.045 fod o.h. [*red: 3.500 moh*], hvorfra indmarchen til den tibertanske højslette foretoges. Udsigt mod syd Kuku Nor Bjergene.*

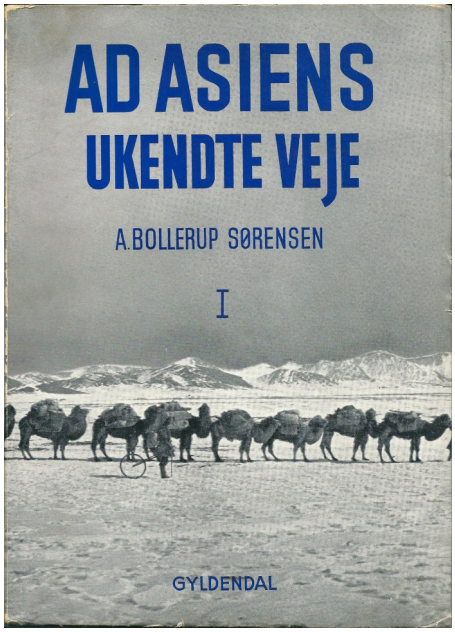
til det nordøstlige Tibet i denne sommer eller i efteråret, da den kinesiske general Ma Chi over Kansu provinsen havde set sig nødsaget til at sende en straffeekspedition mod de halvvilde Golok stammer og forholdene derfor var usikre.

På alle tænkelige og utænkelige måder søgte myndighederne at spærre vejen for Bollerup Sørensen og forhindre ham i at trænge ind i de af banditter usikre egne, hvor de oprørske tibetaner stammer opholdt sig.

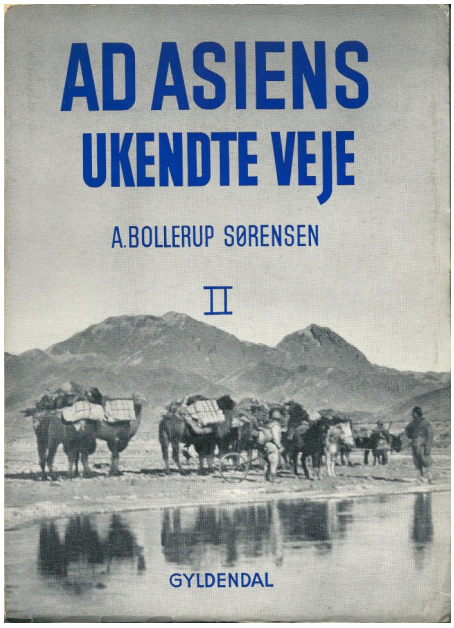
Men vor landsmand ville ikke give op, og endelig lykkedes det for ham at komme i forbindelse med en muhamedaner, hvis næringsvej det var at sælge kedler og andet kram til nomaderne, og efter for tredje gang, - at have underskrevet en erklæring om, at han drog videre på egen regning og risiko og uden nogen

ABS: Tibetansk telt i Nagachuk med læmur af kokaser.





Arthur BollerupSørensen



[*red: Gyldendal udgav bogen i 2 bind i 1951 med titlen "**Ad Asiens ukendte veje. En beretning om en rejse fra Shanghai til egnene nord for Lhasa og tilbage igen**", i 2 bind, i alt 512 sider, og med Arthur Bollerup Sørensen som forfatter 19 år efter hans død.*]

eskorte, - drog ekspeditionen den 16. juli af sted fra Sungpanting.

- Min karavanemand var en ung Hwei-Hwei (muhamedaner) på ca. 30 år. Han levede som sagt, af at rejse rundt blandt nomader stammerne og sælge kedler, og blev i den anledning døbt "tinmanden". Næstkommanderende var også Hwei-Hwei, gammel, rolig og energisk, som havde tilbragt det meste af sit liv blandt nomaderne, og som derfor kendte disses vaner, sæder og skikke ud og ind. Foruden disse to, og mine egne to kinesere, var der yakdriverne, som alle var var bevæbnede på tibetansk vis med store slagsværd - og desuden en Hwei-Hwei, som trak mit distancehjul. Imellem os havde vi 30 lastyaks, et par rideyaks og et halvt dusin rideheste. -

Over "Jordens Tag"

I de næste 3 uger rejste ekspeditionen igennem øde og barske egne, - hen over "Jordens Tag", - som aldrig tidligere havde været besøgt af nogen hvid mand:

- Vi var nu så højt oppe, at selv vore yakokser ikke holdt af alt for store anstrengelser. De pustede og stønnede som blæsebælge under opstigningen, som faktisk også var ret vanskelig, da selve passet, vi passerede, "Ga Ri La", havde en højde af 12.405 fod *[red: 3910 meter*] over havet. Ved lejr 6 havde vi besøg af nogle meget skummelt udseende tibetanere, blandt hvilket fandtes en lama (tibetansk munk), men ellers var landet fuldkommet folketomt. Vildt så vi, - med undtagelse af en stor flok små bjerggeder, - heller ikke noget af. Vejret i disse højtliggende egne skifter hyppigt og som oftest ganske pludseligt. Det ene øjeblik skinner solen, og i det næste farer der en voldsom tordenbyge med storm, hagl og regn og andre ubehageligheder hen over landet. Det kan være herligt selv 11.000 fod [*red: 3500 meter*] oppe i luften, når solen skinner, men når det regner og stormer tillige er tilværelsen mindre behagelig i disse høje regioner.

For sikkerhedens skyld, af selskabelig årsag og for mange andre årsager, har nomaderne fra tidernes morgen sluttet sig sammen i stammer, som står under et overhoved, hvilket overhoved med andre overhoveder, - for tibetanernes vedkommende, - står under en eller anden fyrste eller et eller andet kloster, og disse fyrster og klostre står muligvis i tributforhold til endnu højere stående gejstlige institutioner eller personer. Hver stamme har sine love og skikke og sine bestemte græsgange; og Gud nåde den nomade, som ses mere end en gang på en anden stammes græsgange.

Disse græsgange er i tætbefolkede egne imidlertid ofte så små, så at nomaderne kun får luft under vingerne, når de går på røvertogt; men det gør de fleste, der bor i det nordvestlige Tibet og langs den Gule Flod [*red: mon det skal være nordøst?*]. Hvor der findes nomader, vil der også før eller senere vise sig tyve og røvere.

Tibetanerne er et urenligt folkefærd, som kun ved meget højtidelige lejligheder kommer i berøring med vand til vask, og i disse sjældne tilfælde vasker de kun ansigtet og hænderne. Men i det barske klima med kulde og stærke storme forbyder vasken sig selv, Jeg var i den retning et fæ og måtte dyrt betale for min dårskab. Jeg insisterede på at vaske mig hver morgen, selv midt i højtibets vinter, men resultatet var også, at jeg fik blodige sår i ansigtet, medens mine følgesvende, - som ikke gav sig af med den slags dårskab, - beholdt deres hud uden sår. [*red: I et barsk og koldt klima skal man ikke bort vaske det beskyttende fedtlag, huden laver, så udsættes den for solstråler eller sandkorn i vinden*].

I to dage opholdt vi os hos Tsa Re stammen, de var nogle vilde herrer, og for dem gælder det samme, - som for andre stammer i det nordvestlige Tibet, - at man, så længe man lever iblandt dem, lever som på en vulkan. Det ene øjeblik synes alt rosenrødt, men i det næste er man indviklet i alle slags ubehageligheder.

Overalt til Kweitheting, som vi nåede den 20de august, var det overalt det samme. Den ene stamme lå i strid

med den anden, det ene kloster med det andet og alle i større og mindre stridigheder med kineserne.-

Bollerup Sørensen nåede med "Tinmanden"s karavane frem til det berømte kloster i Labrang, hvor de hellige lamaer beredte ham en al anden end hellig modtagelse:

- At de højtstående og virkelig tænkende lamaer ikke havde noget til overs for europæerne kan man ikke fortænke dem i, thi den sandhed, at den hvide mand er en fare, ikke alene for deres religion, men også for deres over alt elskede sæder og skikke, er for mange, mange år siden gået op for dem, hvilket er et faktum, man ikke må glemme, men må fremføre som en undskyldning for dem, når de også til tider går over stregen.

Både Labrang og Kumbum, - som er de to største og vigtigste klostre i Tibet udenfor Lhasa, - er berømte over hele den lamaistiske verden og besøges stærkt ikke alene af de omboende nomadestammer og af de agerdyrkende tibetanere, men også af pilgrimme fra indre Tibet, fra Mongoliet, fra Sibirien, fra Volgas bredder, fra Turkestan og Dzungariet. I Labrang findes der vigtige teologiske og medicinske fakulteter, hvilke sidste dog ikke må give det indtryk, at tibetanerne står højt på lægevidenskabens område, eller at et sådan fakultet i det hele taget kan sammenlignes med lignende institutioner hos os. På den anden side må man dog heller ikke, - når man hører, at en lama, når han ingen medicin har, skriver et eller andet navn på et stykke papir og lader patienten sluge papiret som et erstatningsmiddel, - tro, at alt, hvad de har af lægevidenskab er fuldstændig hen i vejret. Sandheden er, at man i århundreders løb har lært at kende nytten af mange planter, og har adopteret en stor del af kinesernes mere eller mindre gode pharmacopia, og til dette tillagt allehånde overtro og hokuspokus. -

Fra Labrang gik ekspeditionen videre gennem vildt og meget lidt kendt nomadeland til Kueiting, og den 22de august forsattes til Siningfu [*red: Xining*]:

- Den engelske missionær Mr. Ridley, - der havde tilbragt 30 år i Siningfu, - fortalte mig, at jeg var den første europæer, man havde set i byen, siden jeg var der sidste gang i 1915, så megen variation er der ikke i denne egn. -

ABS: Tibetanske kvinder i Nagachuk.

I Siningfu og senere i Tankar gjorde Bollerup Sørensen de sidste forberedelser til det endelige, men besværlige fremstød mod Lhasa. Vejen kom til at gå syd om søen Koko Nor, tværs over Syd Koko Nor bjergene, langs søen Tsa Cha Nor, øst om Syrche Nor og derfra videre til Baron, hvor han ombyttede sine yakokser med kameler og hvervede nogle flere kulier til færden over det ubeboede tibetanske plateau.

Så snart ekspeditionen havde forladt Baron den 28de oktober, lod han samtidig alle menneskelige boliger bag sig, og ikke førend et par dagsrejser nord for Tangla kæden, - den 4. December, - traf han atter på mennesker.

Det blev en ualmindelig anstrengende rejse i de høje regioner, hvor man bestandig måtte forcere høje, stejle bjergkæder eller møjsommeligt bane sig vej gennem ørkener med sandstorme, hvor dyrene sank i til knæene. Desuden bed kulden navnlig under de stærke storme.

- Længe varede det ikke før blækket frøs på pennen i løbet af det øjeblik det tog at føre den fra den opvarmede blækflaske til papiret.

Den 10. november var vi nået op i en højde af 15.315 fod [*red: 4824 meter*] over havoverfladen og var nu på det virkelige, tibetanske højplateau, og under den følgende march nåede vi kun på fem steder ned under en højde af 15.000 fod [*red: 4725 meter*], dog aldrig under 14.400 fod [*red: 4536 meter*]. To dage efter stak to af vore mongolførere af i nattens mulm og mørke, medbringende 5 heste samt forråd af smør. Jeg sendte straks to mand efter flygtningene, men det var håbløst, da deres heste var friskere end vore. Det var en meget kedelig historie, men en trøst var det, at det kunne have været meget værre.

Den 17. november nåede vi toppen af Koko Shili kæden (16.470 fod [*red: 5188 meter*], over hvilken der førte en snæver sti, der ikke syntes at have været benyttet i mange herrens tider. Termometeret viste minus 18 grader. Landskabet var i begyndelsen fladt, øde og uhyre trist, men da det var let at befærde, ville alt have været idel glæde, hvis der ikke pludselig var kommet en brandstorm, som satte himmel og jord i ét fygende sandhav, hvor sandet piskede os i ansigterne så det smertede.-

Afvist af Tibets hersker, Dalai Lama

Endelig den 22de december nåede Bollerup Sørensen med sin ekspedition frem til den tibetanske landsby Nagchukha:

- Alene det at se huse var så fremmedartet, at det forekom os, at vi stod på nippet til at gå ind i en helt ny verden. Det var første gang vi var i hus siden 14. september. Ponboen (den tibetanske myndighed), meddelte mig, at han allerede havde afsendt en kurer til Lhasa, der nu kun lå seks dagsrejser borte, men at jeg dog måtte forblive i Nagchukha, til svaret indløb. Da svaret endelig kom og brevet højtideligt blev åbnet, meddelte det, at Hans Hellighed i Lhasa, Dalai Lama, ikke ønskede min nærværelse. - Jeg havde desværre ingen tid til overs til

ABS: Mine 3 adoptivdøtre fra lejr nr. CXXII. De fulgte os i en halv snes dage.

Overs til at forsøge på at blødgøre Helligheden i Lhasa, så der var nu ikke andet for mig at, end at forhandle med myndighederne om en så interessant retur-rute som muligt og derpå pakke sammen og komme af sted. Jeg var på det tidspunkt dybt skuffet, men derved var der intet at gøre. Instruktionerne fra Lhasa lød i øvrigt på, at jeg skulle behandles høfligt og venligt, og jeg endvidere skulle forsynes med alt, hvad jeg behøvede af proviant. Vi tilbragte julen og nytår i Nagchukha og forlod byen den 9de januar 1922. -

Ad nye og ukendte veje på tilbagerejsen

Af alle de europæiske rejsende, der er trængt ind i Tibet, er det kun lykkedes meget få, - som Sven Hedin og Madame Alexandra David-Neel, - at komme ind i den forbudte og hellige by Lhasa. Sven Hedin havde Bollerup Sørensen truffet i Kina, og den store svenske forsker udtalte sig overordentlig anerkendende om danskerens store Tibet-rejse. David-Neel mødte Bollerup Sørensen på tilbagerejsen; hun var da netop på vej til Lhasa, som hun også nåede.

Forbudet mod fremmedes indtrængen i Tibet var, - på den tid Bollerup Sørensen rejste, - gjort strengere end det tidligere havde været, idet det nu foruden europæere også gjaldt pilgrimme fra Mongoliet, med hvilket sidste mentes pilgrimme fra alle de lande, som var kommet i berøring med Sovjetrusland.

Tilbagerejsen var mindst lige så vanskelig og utilgængelig som udrejsen havde været, og Bollerup Sørensen kom atter, som den første europæer, ad veje, ingen tidligere hvid mand havde passeret.

- Vi passerede flere bjergkæder, og den 20. januar et pas "Pa La" (16.199 fod [*red: 5100 meter*]). Nedturen fra dette til dalen nord for denne kæde var noget af det ubehageligste, jeg har været udsat for i Tibet. Først 750 fod [*red: 240 meter*] ned ad meget stejle skrænter og så igen lidt op og ned. Efter dette 300 fod [*red: 95 meter]* op og 725 fod [*red: 228 meter*] ned. Jeg troede at nu var vi nede, men fandt, at vi igen skulle 250 fod [*red: 79 meter*] op igen og derpå nedad en næsten lodret klippevæg. Yakokserne havde ingen vanskeligheder, men med kamelerne var det noget andet, de var trætte og udslidte og havde megen besvær med at styre deres ben. For menneskene var det også en stroppetur af rang, idet man må erindre, at al denne gåen op og ned blev foretaget i højder mellem, 15 og 16 tusind fod [*red: 4725 og 5040 meter*].

"Pa Chin Churku" forlod vi den 23. januar, og det blev os fortalt, at vi ikke ville få fast tag over hovedet, før vi om en månedstid nåede Juekundu. Dette slog til, og i tilgift fik vi på denne del af turen det koldeste vejr, vi endnu havde haft. Den 20de stod termometeret på under 35 grader.-

Tibetanske rejsefæller

På et stykke af tilbagerejsen fik ekspeditionen følgeskab:

- Vi havde fået tre, søde tibetanerinder som rejsefæller, men da de nu en dag under en rest benyttede lejligheden til at gøre toilette og smykke sig lidt, lyskede plejedøtrene hinanden efter tur; et syn som for mit vedkommende tog lidt af forgyldningen af Sankt Gertrud, men som ikke afficerede hverken mine tibetanske eller kinesiske rejsefæller, som sikkert alle var fulde af disse små, modbydelige dyr. De var i øvrigt kun tre små, snavsede og forpjuskede evadøtre, da de stødte til os, men før der var gået mange timer, havde disse tre væsener udviklet sig til at blive tre små dronninger, som kunne vikle store, stærke mænd rundt om deres små, snavsede lillefingre. -

Og efter at have sagt farvel til tibetanerinderne kom Bollerup Sørensen efter 16 dagsmarcher til Juekundu, hvor han traf Alexandra David-Neel. Røveropstande herskede i de distrikter, man nu skulle passere, så ekspeditionen måtte forandre sin rute og gik nordpå til det tibetanske kloster "Drüp Djü Gomba" og derfra over "Bayan Kara bjergkæden" til "Ma Chu" (tibetanernes navn for Den Gule Flod), langs dennes kildesøer, Tsaring og Orling Nor og videre gennem øde landskaber, kun sparsomt beboet af tibetanske nomader, til Tankar, hvor Bollerup Sørensen traf den allerede omtalte engelske opdagelsesrejsende, general George Pereira. Fra Tankar tog ekspeditionen vejen til Siningfu, hvor den opløstes, og Bollerup Sørensen rejste videre, passerede grænsen mellem Tibet og Kina og kom over Lanchoufu, Sianfu og Chengchou tilbage til Shanghaiu den 21. juni 1922.

Rejsens resultater og hjemkomst til Danmark

Resultaterne af denne lange rejse, - der faktisk er den eneste, danske ekspedition ind i Tibet, - nedskrev Bollerup Sørensen i syv tykke bind, som nu opbevares i det kongelige, danske geografiske selskabs arkiv. Af dagbogsbladene findes det allerede omtalte manuskript, på hvilke denne artikel er bygget, og desuden medbragte Bollerup Sørernsen ca. 1400 fotografier, af hvilke de, - der illustrerer denne arti-

kel, - aldrig tidligere har været offentliggjorte.

At vor landsmand selv forstod den betydning hans forskningsrejse havde for geografien, forstår man, når man hører, at han, - da hans moder rådede ham til at blive britisk statsborger, - med en egen stolthed og glæde kunne svare: "Jeg vil forblive dansk, for at Danmark kan høste æren af min rejse og mine opmålinger i Tibet."

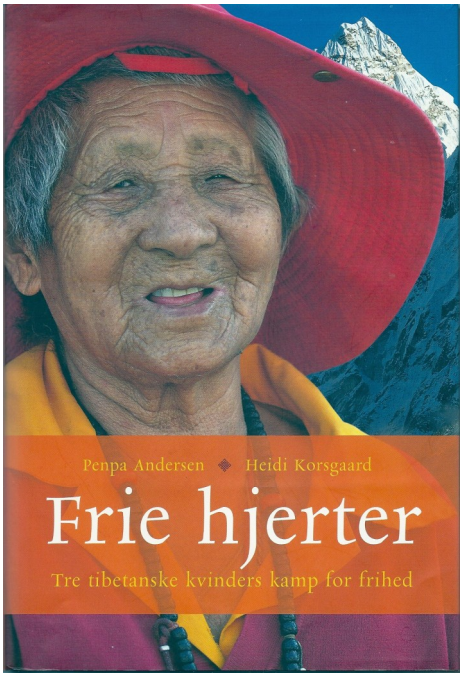
Efter hjemkommen til Shanghai passede Arthur Bollerup Sørensen sin dont i Store Nordiske til han i oktober 1931 måtte søge sin afsked [*red: i en alder af 51 år*]. Med sin russiskfødte hustru rejste han til Danmark og bosatte sig i Lyngby, hvor en alt for tidlig død indhentede ham den 5te maj 1932, - inden han havde fået udgivet sit manuskript og høstet anerkendelse for sin indsats, - kendskabet til en af de mindst kendte og udforskede egne på jorden - Tibet eller Bedjul.

ABS: Min værts datterdatter, min specielle yndling i Nagachuk.

Nederst:
ABS: Lhasa-familie bosat i Nagachuk.

Boganmeldelse

af Birgitte Kolby Jensen



Penpa Andersen & Heidi Korsgaard (2012): **Frie Hjerter**. Tre tibetanske kvinders kamp for frihed. 304 sider. (København: Lindhardt og Ringhof). Pris 299,95 kr. ISBN: 978-87-11-40239-9.

”Frie hjerter” er historien om Penpas familie med fokus på tre generationer af ukuelige og modige kvinder: moderen Pema, datteren Penpa og barnebarnet Pema. Det er spændende læsning, nærmest et eventyr, hvor heltinderne overvinder utrolige forhindringer og farer og til sidst opnår at få deres drømme opfyldt.

Fortællingen begynder i en nomadefamilie i Østtibet og slutter med at Penpa er havnet i Danmark med et meget dansk efternavn. Nu hedder hun fru Andersen og bor på Frederiksberg. Hun taler flydende dansk og arbejder i en børnehave.

Drivkraften i historien er moderen Pemas brændende ønske om at lære at læse og skrive, men det kan hun ikke få lov til, og hun bliver straffet, da hun gør forsøg på det. Det var vilkårene for en pige i den nomadefamilie i Kham i det østlige Tibet, hvor hun vokser op. Og det er drivkraften og kræfterne til at holde ud da familien må flygte fra deres hjemegn i årene omkring den kinesiske besættelse af Tibet i 1959.

De var velstillede nomader, og de var meget religiøse. I1950’erne oplever de en stigende kinesisk indflydelse, der gør livet vanskeligt for dem. Fordi de er velstillede og religiøse, er de i farezonen, så da nyheden om Dalai Lamas flugt når frem til dem, beslutter de at bryde op og flygte i hemmelighed.

Flugten gennem Tibet varer omkring to år og den slutter, da familien krydser grænsen til Nepal, hvor Røde Kors hjælper med videre transport af flygtningene til Delhi. Her bliver der sørget for, at børnene bliver sendt af sted til forskellige kostskoler i Nordindien. Penpa opfylder sin mors brændende ønske om at lære at læse og skrive, men hun bliver skilt fra både fra sin mor og de andre børn fra hendes familie, som kommer af sted til en anden skole sammen, mens Penpa bliver sendt til en skole i Kalimpong under et andet navn, så hendes familie kan ikke finde hende.

Først fire år senere tager Penpas mor af sted med toget tværs over Nordindien til Kalimpong, fordi hun er overbevist om, at Penpa stadig lever, og at hun opholder sig der. Hun har ingen penge og taler ikke sproget, men hun får hjælp af venlige mennesker, og hun får lov til at rejse med toget uden at betale, fordi hun som tibetaner bliver omfattet af den velvilje, som Dalai Lama nyder i Indien. Og hun finder på mirakuløs vis datteren på kostskolen i Kalimpong. Penpa har et ar i panden, som overbeviser moderen om, at det er den rigtige pige, selvom hun har et andet navn. ”Penpas ar” er også titlen på en fjernsynsudsendelse, som blev lavet om Penpas liv for nogle år siden. Penpa tilbringer resten af sin barndom og ungdom i flygtningelejre i Nordindien plaget af konstant sult og fattigdom.

Penpa bliver gift med en tibetansk mand, som hendes familie har valgt. Hun møder en dansk mand, der arbejder som frivillig blandt de tibetanske flygtninge. Hun bliver skilt, de bliver gift, og hun flytter med ham til Danmark. Hun har ialt fire børn: 3 sønner og en datter, Pema. De har alle har gennemført lange uddannelser i Danmark..

Det er Penpa og hendes mor, der fortæller historien hele vejen igennem. Den er nem at læse med masser af dialog og mange præcise og konkrete iagttagelser fra dagliglivet i en tibetansk familie. Det gør den meget levende, og den er også fyldt af Penpas livslyst, selv når hun har det svært, et typisk udtryk er ”Jeg slubrede livet i mig”.

Bogen er Penpas hyldest til moderen Pema for den opofrelse, ukuelighed og det mod hun har haft, når hun kæmpede for at hendes børn og børnebørn især, Pema, skulle have mulighed for at få en uddannelse, der kan sætte dem i stand til at hjælpe andre mennesker.

Nekrolog

Af Grethe Sørvig

Ib Hørlyck

Det er med stor sorg, at vi må meddele, at Selskabets web-master og tidligere medlem af Selskabets bestyrelse, Ib Hørlyck, pludseligt og uventet faldt om og døde under en løbetur på stranden den 31.august 2012.

Vi havde, kun 14 dag for inden, aftalt med Ib, at han skulle blive medlem af bestyrelsen igen ved næste generalforsamling, og var begyndt at glæde os til det fremtidige samarbejde, og til at bruge hans ekspertise, bl.a. indenfor IT og layout.

Vi savner ham, og er meget taknemmelige for hans store arbejde for Selskabet!

Æret være hans minde.

Har du husket at betale din kontingent?

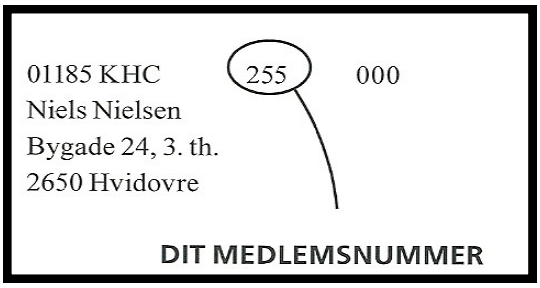
187 medlemmer har ikke betalt kontingent for 2012

Er du en af dem? - Vær venlig at bringe din gæld i orden!

2	3	4	6	20	22	23	34	37	40	41	47
48	51	52	56	58	59	63	65	78	87	90	100
103	104	106	107	111	112	114	117	118	124	129	131
142	145	150	164	177	183	185	201	234	259	261	262
270	282	298	300	310	316	327	338	341	345	348	353
377	379	391	393	410	413	415	423	427	438	451	452
460	471	477	496	498	499	512	517	518	534	537	540
546	562	600	616	625	634	636	642	652	655	662	673
684	694	705	716	724	734	758	768	778	795	797	808
812	813	818	840	842	844	849	853	854	877	879	885
903	928	957	966	985	1003	1017	1035	1036	1039	1057	1064
1074	1091	1100	1101	1107	1114	1115	1121	1122	1128	1133	1156
1176	1177	1190	1192	1193	1215	1217	1221	1228	1231	1239	1240
1253	1256	1268	1271	1280	1281	1290	1296	1299	1301	1302	1303
1309	1310	1316	1331	1339	1342	1352	1356	1361	1362	1363	1364
1365	1366	1367	1368	1369	1370	1377					

Se her om du har betalt dit kontingent for året 2011 og 2012. Din kontingent-indbetaling er en vigtig forudsætning for Selskabets eksistens. Uden det kan medlemmer ikke få det interessante medlemsblad eller deltage i Selskabets aktiviteter. Hvis dit medlemsnummer figurerer på listen her ved siden af, har du ikke betalt dit medlemskontingent for 2012. Tjek også listen for 2011.

Dit medlemsnummer står på bagsiden af dit medlemsblad.



Du kan betale din kontingent til reg.nr.: 1551, kontio.nr: 342 8788.

Ønsker du ikke længere at være medlem, er det ikke nok at undlade at betale kontingent, du skal udmelde dig skriftlig. Det kan ske på dstk.info@gmail.dk eller med brev til Dansk Selskab fore Tibetansk Kultur

Tsomos historie — en typisk historie fra Children of Shambala

Af Jan Terje Voilaas, stifter af Children of Shambala

Tsomo er en 8 år gammel tibetansk nomade-pige fra Tibets højland. Hun bor i et lille lerhus i 3600 meter højde, sammen med sin 13 år gamle bror, Gengtar Jie, hendes 88-årige mormor, og hendes psykisk syge mor på 42 år.

Tsomos familie ejer to yak, og deres årlige indkomst var i 2009 på 800 RMB (120 USD eller 697,00 d.kr. Red.), som de fik i kontanthjælp fra staten. Den maksimale årlige indkomst for denne familie bør dog egentlig være på minimum 7200 RMB (1150 USD eller 6676 d.kr. Red.) pr. år. Rektor på Tsomos folkeskole fortalte os om denne fattige familie, og vi tog derfor ud og besøgte dem i begyndelsen af februar 2010.

Det syn der mødte os var meget forfærdende. Der var minus 22 grader udenfor da vi ankom, og Tsomo, der var holdt op på skolen nogle måneder for inden, var tynd og svag og alvorligt syg. Familien havde ingen penge, og næsten ingen mad. Det var mildt sagt en meget trist oplevelse.

Vi gik til handling med det samme: vi hentede mad til familien, og overtalte Tsomo til at rejse med os til Xining (en provins-hovedstad), hvor hun kunne komme under medicinsk behandling. Tsomo havde aldrig kørt i bil før, havde aldrig set to- og tre-etages bygninger, aldrig gået i en trappe eller benyttet et dørhåndtag eller et wc før, og havde aldrig været i bad. Hun var en vandrende luserede, hvilket hun generøst delte med os andre. Tsomo var rede til at tage ud på sit livs rejse!

For at gøre en lang historie kort, så får familien nu nok mad, børnene har varmt tøj, og skolen (hos Children of Shamabala. Red.) giver dem alt de ellers har behov for. Tsomo er stadigvæk tynd, men går nu langsomt op i vægt. Hun er tilbage på skolen, noget hun er meget glad for, og Gengtar Jie arbejder nu hårdt på at overholde sin del af vores "aftale" med ham: han vil begynde på sit sidste år på mellemstadiet i august 2011, og et år senere har han mulighed for at blive optaget på højstadiet. Han er meget motiveret, og har mange talenter, men uden hjælp vil højstadiet kun forblive en drøm for ham.

Children of Shambala har så langt (frem til slutningen af 2011, hvor ovenstående blev skrevet. Red.)) brugt 5000 RMB (ca. 4650,00 dkr.) på familien, hvilket ikke er så meget, fordelt over 24 måneder, men det har været nok til at få familien op igen, hvilket forhåbentlig vil resultere i, at familien kommer helt ud af deres fattigdom. Gengtar Jie og Tsomo kan lykkes hvis de får hjælp, motiveres og får en chance. ■

I november 2012 skriver Jan TerjeVoilaas, at Tsomo nu er en rask og aktiv skolepige. Hun bor i et etværelses mur-hus sammen med sin mormor, storebror og mor. Tsomos storebror, Gengtar Jie, har nu gennemført grundskolen, og må nu betale værdien af næsten en hel yak for at gå på erhvervs-skolen. BUV betaler skolen for ham, så han kan fortsætte sin uddannelse, og familien får beholde sine 6 yak, for således at komme sig igennem vinteren.

Denne historie endte godt, som alle andre historier om børnene på Children of Shamabala.

At give børn mulighed for uddannelse og et værdigt liv er essentielt hvad Children of Shamabala drejer sig om.

Hvis du ønsker at støtte Children of Shamabala kan du indbetale dit bidrag på reg. nr.: 1551, kontonummer: 3 42 87 88. Husk at angive dit navn og kodeordet CoS på din indbetaling. Hvis du ønsker at trække beløbet fra i skat, skal du også opgive dit cpr.nr.

NYT OM PROJEKTER

af Grethe Sørvig

Dansk Selskab for Tibetansk Kultur formidler humanitær støtte til udvalgte projekter eller etablerede institutioner blandt tibetanere bosat på det tibetanske plateau og eksiltibetanere i Indien og Nepal. Vores overordnede formål med at yde humanitær støtte til tibetanere er at bidrage til:
* at tibetanerne kan bibeholde og udvikle deres særegne kultur.
* at tibetanerne som befolkningsgruppe kan opnå de ressourcer og kompetencer, som gør, at de kan opretholde et værdigt liv, uden sult og fattigdom.

Vores strategi er at yde finansiel støtte indenfor de følgende områder:
* Uddannelse, generelt.
* Uddannelse med fokus på kvinder.
* Sundhedsfremmende projekter.
* Kulturbevarelse.

Dansk Selskab for Tibetansk Kultur har besluttet at støtte følgende projekter i 2012:

* **Children of Sambala** (kodeord: COS): Children of Shambala er en upolitisk og ikkereligiøs humanitær organisation der blev grundlagt af nordmanden Jan Terje Voilaas i 2006. Det er en paraplyorganisation med mere end 115 udviklingsprojekter i Qinghai-provinsen i det nord vestlige Tibet.

Organisationens vigtigste og største projekt er 'Børnehjem Uden Vægge', der er et langsigtet projekt, der inkluderer plejefamilier, uddannelse og sundhedsfremmende projekter, hvor man søger at støtte og hjælpe de fattigste og mest sårbare forældreløse børn, så de kan vokse op i en stabil familiesituation, mens de får en uddannelse.

Børnehjem Uden Vægge giver både den lokale plejefamilie og barnet direkte finansiel og menneskelig støtte, samtidigt som barnet går i skole på en af Children of Shambalas skoler i området. Barnet og plejefamilien er hele tiden i kontakt med en lokal NGO eller medarbejder, der er uddannet til dette arbejde på Children of Shambala.

Plejefamilierne får 1000 kinesiske yuan – ca. 1000 d.kr. - pr. måned for at have børnene boende, og de får også hjælp med at starte egen forretning, hvis de ønsker og har overskud til dette. Dette for også at hjælpe plejefamilierne ud af fattigdom.

I slutningen af 2011 fik således 600 forældreløse børn og 2500 plejefamiliemedlemmer hjælp fra Children of Shambala. Du kan læse mere om Children of Shambala på deres hjemmeside, www.childrenofshambala.org og i deres norske blad, BUV-posten, på vor hjemmeside: http://www.dstk.dk/BUV-Posten%201-1.pdf -- Hvis du har lyst til at støtte Children of Shambala, skriver du kodeordet COS på indbetalingsblanketten.

* **Tibet Times** (kodeord: TT): er en tibetansk sproget avis, der udkommer i Dharamsala, Indien. Den formidler relevante artikler og indlæg om tibetansk kultur, og om aktuel samfundsproblematik i eksilsamfundet og i Tibet. Dansk Selskab for Tibetansk Kultur giver hvert år Tibet Times et beløb tilsvarende en årsløn for en journalist i Indien, dvs. 11.950,00 kr. Vi ønsker at fortsætte med at støtte avisen, og bidrag er velkomne. Hvis du ønsker at støtte dette projekt, skriver du kodeordet TT på indbetalingsblanketten.

* **Mahindra United World College** (kodeord: MUWC): er en international gymnasieskole beliggende i Indien. Hvert år tilbydes en eksiltibetaner en friplads til et toårigt skoleforløb, med en afsluttende eksamen som er adgangsgivende til en videregående uddannelse. Vores bidrag dækker udgifter til lommepenge og projekter. I 2011 sendte vi 9000 kr. til dette projekt, hvilket er nok til at dække udgifter til en studerende i to år. Vi vil således først sende støttebidrag til dette projekt i 2013. Du kan læse mere om Mahindra United World College på: http://www.uwcmahindracollege.org

Hvis du ønsker at støtte dette projekt, skriver du kodeordet MUWC på indbetalingsblanketten. Department of Education (kodeord: DOE): er uddannelsesministeriet i den tibetanske eksilregering. De distribuerer sponsorbidrag videre til skoler for tibetanske børn og voksne flygtninge i eksilsamfundet i Indien. Du kan læse mere om Department of Education på: http://tibet,net/education. Hvis du ønsker at støtte dette projekt, skriver du kodeordet DOE på indbetalingsblanketten.

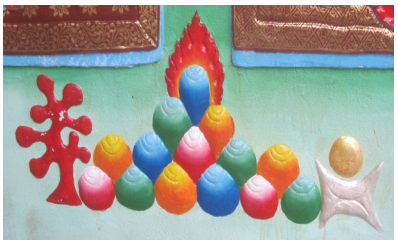
* **Department of Religion and Culture** (kodeord: DRC): er den tibetanske eksilregerings kulturministerium. De distribuerer sponsorbidrag videre til tibetanske nonne- og munkeklostre, samt til organisationer, der arbejder for at bevare og udvikle den tibetanske religion og kultur. Du kan læse mere om Department of Religion and Culture på: http://tibet.net/religion.

Hvis du ønsker at støtte dette projekt, skriver du kodeordet DRC på indbetalingsblanketten.

Vedrørende betaling til projekterne, se næste side.

Betaling til projekter:
Bidrag til vores projekter kan indbetales til DSTKs konto: Reg. nr.: 1551 – Kontonummer: 3 42 87 88. Du kan betale via netbank, i din bank eller på postkontoret. Vi gør opmærksom på, at det bliver billigere for dig, hvis du betaler via netbank. Hvis du alligevel vil betale via postgiro, kan du benytte postkontorets giroindbetalingskort, og betale til giro nummer: +01< 3428788.

Ved indbetaling skal du huske:
* at tydeligt angive projektets kodeord eller fulde navn, samt dit navn og adresse.
* at oplyse dit CPR-nummer hvis du ønsker at trække beløbet fra i skat. DSTK er forpligtet til at oplyse alle indbetalinger til skattevæsenet, men det kræver, at vi modtager dit CPR-nummer.
* det vil være en god hjælp for os hvis du giver os om dit telefonnummer og eventuelle e-mail-adresse, og hvis du informerer os ved eventuel adresse-ændring.



Selskabet søger en ny redaktør

Da vor layouter, Rolf Gilberg, desværre holder op, søger vi nu en person, der kan lave layout på vores medlemsblad, Tibet, og som har godt kendskab til InDesign, Photoshop eller Publisher. Hvis dette beskriver dig, og du kunne tænke dig at arbejde som frivillig redaktør for os, vil vi være meget glade for at høre fra dig! Kontakt venligst Grethe Sørvig, telefon: 20 30 38 18, eller skriv til os på dstk.info@gmail.com

Aktivitets-kalender

Christianias Julemarked

Igen i år har vi en bod på Christianias Julemarked i Den Grå Hal, fra den 7/12 – 13/12 2012 (begge dage inkl.).

Åbningstider: hverdage kl. 14:00 til 20:00,

weekend: 12:00 – 20:00

Vi har fået mange nye varer fra Nepal og Indien, inkl. ringe og armbånd med mantraer , koraller og turkiser, og ditto halskæder og øreringe, og m.m. Vi har også mange bøger og videoer om tibetansk kultur og religion, cd'er med tibetansk kloster-chant, pujas og folkemusik, tibetansk røgelse, punger, tasker, skrivebøger, stickers, bedeflag, tibetanske syngeskåle, postkort, batiksjal i silke, pasmina-sjal og meget andet.

VI GLÆDER OS TIL AT SE DIG!

Vi søger frivillige til Christianias Julemarked

Vi søger medlemmer, der kan tage korte og lange vagter i vores bod på Christianias Julemarked fra den 7/12 – 13/12 2012. Arbejdstider: hverdage fra kl. 14:00 – 20:00, weekend: kl. 12:00 – 20:00.

Hvis du har lyst til at hjælpe os, kontakt venligst Grethe Sørvig, telefon: 20 30 38 18 eller send os en mail for nærmere information på dstk.info@gmail.com .

Aktivitets-kalender

Losar

Fredag, 15. februar 2013

Kl. 18:00

Dansk Selskab for Tibetansk kultur inviterer til Losar – tibetansk Nytårsfest – på Restaurant Himalaya. Pris kr. 195, -. Prisen inkluderer en velkomstdrink, en seksretters menu med både kød og vegetariske retter, samt kaffe og te. Sodavand, øl og vin kan købes i baren. Hver af os vil desuden få serveret en tibetansk Nytårssuppe, med et symbol i en dejbolle. Det symbol man får indikerer hvordan det kommende år vil blive for den enkelte.

Program:

Tibetanske lamaer vil lave en nytårspuja, for at velsigne os i det nye år, den berømte tibetanske multi-instrumentalist, sanger og danser, Tenzin Gønpo, vil underholde med tibetansk sang og dans og Grethe Sørvig vil fortælle om det nye år i Vand Slangens tegn. Der er plads til maksimum 40 personer, så jo før du forhåndstilmelder dig, desto mere sikker er du og din familie på at få en plads. Det er først-til-mølle-princippet, der gælder.

Du tilmelder dig ved at indbetale 195,- kr. på: Reg.nr. 1551, konto-nr.: 967 87 88. Tilmelding er nødvendig.

Husk at skrive dit navn og "Losar" på indbetalingsblanketten. Kvitteringen fra indbetalingen er din indgangsbillet til festen, så husk at tage den med.

Alle er velkommen!

Indhold

Medlemsbladet 2

Pilgrimsrejse i Østtibet 3
af Anne Burchardi og Bjørn B. Henriksen

"Meditation" 8
En kort introduktion med reference til: "Unity in Duality"
af Lene Handberg

Danskernes syd på tibetanerne 14
I gamledage (2)
Ved Kunchok Tenzin

Med Danskeren 16
Arthur BollerupSørensen
Ad ukendte veje gennem Centralasien.
af Bent Rosenkilde

Boganmeldelse 26
Vaf Birgitte Kolby Jensen

Nekrolog: Ib Hørlyck 26
af Grethe Sørvig

Dansk Selskab for Tibetansk Kultur
Kontingent 27
Tsomos historie 28
Children of Shambala
af Jan Terje Voilaas

Nyt om projekter 29
af Grethe Sørvig

DSTKs aktiviteter
Christianias Julemarked 30
annoncer 30
Losar 31

Aktiviteter

Flere oplysninger inde i bladet side 30-31.

7-13 December 2012, kl 14-20
Christianias Julemarked

15. Februar 2013, kl. 18
Losar—Tibetansk Nytår

Dansk Selskab for Tibetansk Kultur
'Store Søhøj', Hørsholm Kongevej 40
2970 Hørsholm
Dstk.info@gmail.dk - www.dstk.dk

ISSN 1397-9248