

DANSK SELSKAB FOR TIBETANSK KULTUR

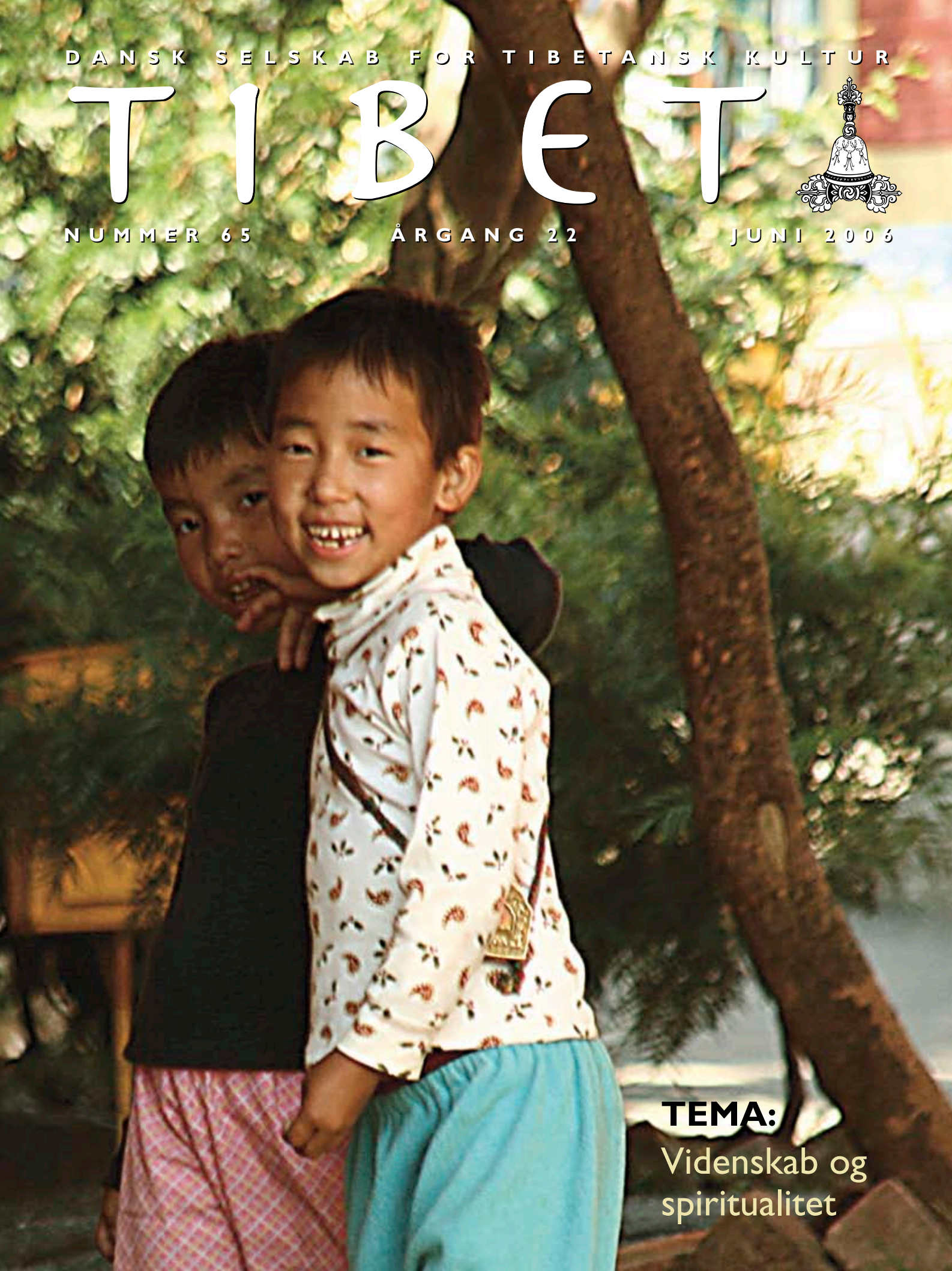
TIBET



NUMMER 65

ÅRGANG 22

JUNI 2006



TEMA:

Videnskab og
spiritualitet

Indhold

TEMA:VIDENSKAB OG SPIRITUATITET

Universet i et enkelt atom – uddrag	3
Videnskab på en skillevej	8
Bøger, film og hjemmesider	13
Generalforsamling – referat	16
NYT FRA TIBET-HJÆLP	
Arya Tara Skolen	22
Mødet med en anden verden	23

NB ! NB ! NB !

Der er brug for dit kontingent – har du husket at betale?

Vi har brug for rigtig mange medlemmer, så vi kan fortsætte med at udsende fire medlemsblade om året. Siden portostøtten faldt bort i 2004, har vi måttet betale 9.000 kroner om året for udsendelse af bladet. Dit medlemskab betaler også for vores mange aktiviteter, som er med til at opfylde vores formål om at udbrede kendskabet til den tibetanske kultur i Danmark.

Tak til de medlemmer som allerede har betalt kontingent for 2006.

Hvis du ikke har betalt, kan det stadig nås: Kontingentet kan indbetales via netbank eller på posthuset ved at indsætte beløbet, se: „Kontingent“ i kolofonen, på reg. nr. 1551 kontonummer 3 32 87 88.

Nye fradragsregler for 2005

Du kan nu trække 6.400 kr. fra på skatteblanketten. Se under „Skattefradrag“ i kolofonen på denne side.

Få hurtig information via din e-mail

Vi sender oplysninger om arrangementer relateret til tibetansk kultur og religion – både afholdt af os selv og andre. Send os en e-mail og skriv „mailingliste“ i rubrikken under „emne“, så vil du blive skrevet på vores mailingliste.

SEKRETARIAT FOR SELSKABET OG TIBET-HJÆLP

Ryesgade 90 A, 2100 København Ø, telefon 35 26 79 26, info@tibethelp.dk
Åbent: Onsdag fra 17.00-19.00 og torsdag fra 10.00-12.00.

WWW.TIBETHELP.DK

Indeholder information om Selskabet og Tibet-Hjælps virke, Selskabets arrangementer, artikler om Tibet og tibetansk kultur og en selvstændig internetside: „Kvinder og tibetansk buddhisme i eksil“.

KONTINGENT

Kr. 200 for enkelt medlemsskab. Kr. 250 for to medlemsskaber fra samme husstand. Kr. 100 for sponsorer, studerende og pensionister. Kontingentet betaler bl.a. for tryk og forsendelse af „Tibet“. Giro nr. 3 42 87 88 – reg. nr. 1551.

SPONSORBIDRAG OG GAVER TIL TIBET-HJÆLP

Kan indsættes på giro: 9 67 08 90 – reg. nr. 1551.

GAVER TIL SELSKABET

Kan indsættes på giro: 3 42 87 88 – reg. nr. 1551.

SKATTEFRADRAG

Ifølge ligningsloven paragraf 8 A kan du fratrække dine sponsorbidrag og andre gaver til Tibet-Hjælp eller til Selskabet, der overstiger 500 kr. pr. år, på din skatteblanket. Dog kan du maksimalt fratrække 6.400 kr. pr. år. Hvis du ønsker at give et fast beløb årligt i 10 år, kan hele beløbet fratrækkes. Du kan da fratrække et beløb, som svarer til 15 % af din årsindtægt, dog maksimalt 15.000 kr. **Testamente:** Der er ingen afgifter på de beløb, som testamenteres til Selskabet og Tibet-Hjælp. Du kan få hjælp af en advokat til at indføre et beløb i dit testamente.

TEKSTBIDRAG TIL BLADET

Modtages gerne. Kontakt redaktionen på a-sb@pc.dk, hvis du vil bidrage med en tekst.

ANNONCERING I „TIBET“

Kontakt redaktionen for mere information om priser og opsætning, eller klik ind på www.tibethelp.dk/annoncepriser.htm. Bestyrelsen lægger vægt på, at annoncens indhold har relation til bladets indhold og ikke er i konflikt med Selskabets virke.

REDAKTION

Ansv. redaktør Anne-Sophie Bernstorff, redaktører Jeannie Andersen & Pernille Fogh Christensen.
Layout: Ellen Margrethe Hjelholt.
Forsidebillede: Teza Farzanga: To tibetanske drenge efter skoletid.

BESTYRELSE

Formand Pernille Fogh Christensen, næstformand Laura Airaksinen, kasserer Jonna Rives, Jeanie Andersen, Kirsten Losang, Wangdi Gyaljen og Ib Hørlyck.

Videnskab og spiritualitet

Universet i et enkelt atom

af Dalai Lama

Oversat fra *The Universe in a Single Atom* af Lone Burmeister

216 sider. Pris: 229 kr.

Forlag: Aschehoug

Kan købes i butikken i Ryesgade 90 A.

Klik ind på Støttekomiteen for Tibets hjemmeside: www.tibetkomite.dk

Aschehoug skriver om bogen:

I „Universet i et enkelt atom“ undersøger og diskuterer Dalai Lama de store paradigmer og viser sammenhængen mellem tilsyneladende uforenelige begreber som evolution og karma ...

... Ofte har tro og videnskab ført til strid og uenighed, men Dalai Lama ser det frugtbare i at kombinere dem og viser, at de både komplementerer hinanden og har samme mål: Søgen efter sandhed.

Dalai Lama har hele livet igennem beskæftiget sig med videnskabelige studier og religiøs praksis. I denne bog viser han fordelene ved at kombinere videnskab og buddhisme og derigennem finde fred, både inden i og uden for sig selv.

Gennem Dalai Lamas personlige fortælling møder vi store videnskabsmænd som kvantefysikeren David Bohm, eksperimentalfysikeren Anton Zeilinger og den amerikanske fysiker Arthur Zajone. Med bl.a. dem som den videnskabelige indgangsvinkel undersøger og diskuterer Dalai Lama sin vision om, at tro og videnskab kan mindske menneskelig lidelse: Viden-

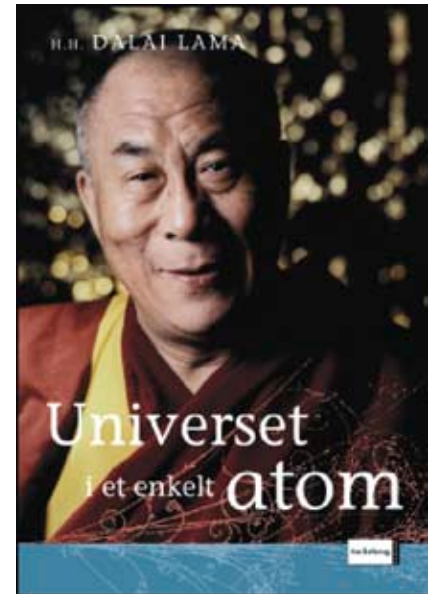
skaben kan bidrage til at mindske den fysiske lidelse, mens troen kan bidrage til at mindske den psykiske.

... I det første tiår af det 21. århundrede har videnskab og spiritualitet mulighed for at komme tættere på hinanden end nogensinde før ... Gid vi alle som medlemmer af den menneskelige familie måtte reagere på den moralske forpligtigelse til at gøre dette samarbejde muligt. Det er min dybtfølte og inderlige bøn ...

Dalai Lama

Uddrag af bogen, kapitel 6, Spørgsmål om bevidsthed, side 138-142

... Trods den enorme succes med observation af koordination mellem de enkelte dele af hjernen og mentale tilstande tror jeg ikke, at vore dages neurovidenskab har en reel forkla-



ring på bevidsthed. Neurovidenskab kan sikkert fortælle os, at når der kan observeres aktivitet i den ene eller anden del af hjernen, oplever den pågældende den og den kognitive tilstand. Men den lader spørgsmålet om, hvorfor det forholder sig sådan, stå åbent. Yderligere forklarer den ikke, og kan sikkert ikke forklare, at når en bestemt hjerneaktivitet opstår, har den pågældende en bestemt oplevelse. Når en person for eksempel opfatter farven blå, vil ingen neurobiologisk forklaring, uanset dens omfang, nå til bunden af oplevelsen. Den vil altid udelade, hvordan det føles at se blå. En neurovidenskabsmand kan ligeledes muligvis være i stand til at fortælle os, om en person drømmer, men kan en neurobiologisk redegørelse forklare indholdet af en drøm?

Der kan dog skelnes mellem dette som en metodologisk forestilling og



Kvantefysiker Anton Zeilinger.

„Hans interesse i dialog med buddhisme ligger i sammenligning af videnskabsteorier – kvantefysik og buddhisme – fordi de begge efter hans mening forkaster alle begreber om en uafhængig objektiv virkelighed.“ Dalai Lama.



Kvantefysikeren David Bohm.

„Under vores samtaler følte jeg tilstedeværelsen af en stor videnskabelig ånd ... Ved adskillige lejligheder udforskede Bohm og jeg de måder, hvorpå objektiv videnskabelig metode kan relatere til meditativ praksis, som set fra et buddhistisk synspunkt er lige så empirisk.“ Dalai Lama.

den metafysiske antagelse, at sindet kun er en funktion eller en pludselig opstået egenskab ved materie. Men at antage, at sindet kan reduceres til materie, efterlader en enorm forklaringsmæssig kløft. Hvordan kan vi forklare fremkomsten af bevidsthed? Hvad markerer overgangen fra ikke-sansende til sansende skabninger? En model med voksende kompleksitet baseret på evolution gennem naturlig udvælgelse er blot en beskrivende hypotese, en form for eufemisme for „mysterium“ og ikke en tilfredsstillende forklaring.

Teorien om årsagssammenhæng er af afgørende betydning for forståelse af buddhismens bevidsthedsbegreb. Spørgsmålet om årsagssammenhæng har været stærkt i fokus for filosofisk og kontemplativ analyse i buddhisme. Buddhisme rummer to hovedkategorier af årsager. Det drejer sig om „materielle årsager“ og „medvirkende eller supplerende“ årsager. Lad os for eksempel bruge et eksempel med en lerpotte. Den materielle årsag refererer til „stoffet“, som forvandles til et specielt resultat, nemlig leret, som bliver til potten. I

modsætning hertil forbliver alle de andre faktorer, som bidrager til pottens skabelse – for eksempel pottemagerens dygtighed, pottemageren selv og den ovn, hvori leret brændtes – supplerende, idet de gør det muligt for leret at blive til potten. Denne sondring mellem materielle og medvirkende årsager til en bestemt begivenhed eller genstand er af allerstørste betydning for at forstå den buddhistiske bevidsthedsteori. Selv om bevidsthed og materie kan og faktisk bidrager til hinandens opståen, kan den ene aldrig blive en materiel årsag til den anden ifølge buddhisme.

Det er faktisk på denne præmis, buddhistiske tænkere som Dharmakirti har argumenteret rationelt for holdbarheden af teorien om genfødsel. Dharmakirtis argument kan formuleres således: Det nyfødte barns bevidsthed opstår fra et foregående kognitivt tilfælde, som er et tilfælde af bevidsthed ligesom det nuværende øjeblik af bevidsthed.

Problemet roterer om det argument, at de forskellige tilfælde af bevidsthed, vi oplever, opstår på grund af tilstede-

værelsen af foregående tilfælde af bevidsthed. Og da materie og bevidsthed har totalt forskellige naturer, må det første øjeblik af bevidsthed hos den nye skabning have en foregående materiel årsag, som må være et øjeblik af bevidsthed. På denne måde bekræftes eksistensen af et tidligere liv.

Nogle buddhistiske tænkere, for eksempel Bhavaviveka fra det 6. århundrede, har prøvet at argumentere for en tidligere eksistens på basis af vanemæssige instinkter, som for eksempel den nyfødte kalvs instinktive viden om, hvor den skal finde sin mors patter, og hvordan den skal sutte mælk. Disse tænkere mener, at uden nogen form for tidligere eksistens kan fænomenet „medfødt viden“ ikke forklares sammenhængende.

Hvor overbevisende disse argumenter end måtte være, er der mange eksempler på meget små børn med klar erindring om „tidligere liv“, for ikke at nævne de talrige minder fra Buddhas egne tidligere liv, som findes i teksterne. Jeg kender til en bemærkelsesværdig sag med en ung pige fra Kanpur i den

indiske stat Uttar Pradesh i begyndelsen af 1970'erne. Skønt pigens forældre i begyndelsen afviste hendes beskrivelse af et andet sæt forældre på et sted, som hun beskrev detaljeret, var pigens beretning så konkret, at de begyndte at tage hende alvorligt. Da de to personer, som hun hævdede var hendes forældre i hendes tidligere liv, kom for at besøge hende, gav hun dem nogle meget specifikke detaljer om deres afdøde barns liv, som kun et nært familiemedlem kunne have kendt til. Da jeg mødte hende, havde det andet forældrepar derfor helt taget hende til sig som et medlem af familien. Dette er blot et anekdotisk bevis, men sådanne fænomener kan ikke afvises uden videre.

Der er skrevet i lange baner om analysen af denne form for buddhistisk ræsonnement, hvis tekniske aspekter ligger uden for denne diskussion. Det, jeg gerne vil slå fast, er, at Dharmakirti helt klart ikke mente, at teorien om genfødsel udelukkende var et spørgsmål om tro. Han følte, at det falder inden for

rammerne af det, han karakteriserede som „lettere upåagtede“ fænomener, som kan verificeres ved hjælp af fornuftsslutning.

Et meget vigtigt punkt vedrørende studiet af bevidsthed i modsætning til studiet af den fysiske verden har forbindelse til det personlige perspektiv i beretninger som denne. Bortset fra det problematiske spørgsmål om kvantemekanik beskæftiger vi os ved undersøgelse af den fysiske verden med fænomener, som villigt lader sig underkaste den dominerende videnskabelige metode i form af den objektive, uvildige undersøgelsesmetode. Vi har stort set en følelse af, at en videnskabelig forklaring på den fysiske verden ikke udelukker nøgleelementerne for det område, der beskrives. I de subjektive oplevelsers verden er historien imidlertid en helt anden. Når vi lytter til en helt igennem uvildig, „objektiv“ forklaring om mentale tilstande, det være sig en kognitiv psykologisk teori, en neurobiologisk redegørelse eller en

evolutionsteori, føler vi, at der udelades en meget vigtig dimension af emnet. Jeg refererer til det fænomenologiske aspekt ved mentale fænomener, nemlig personens subjektive oplevelse.

Selv på basis af denne korte diskussion tror jeg, det er klart, at den uvildige metode – som har tjent videnskaben på så mange områder – ikke egner sig til en forklaring på bevidsthed. Det, der kræves, hvis videnskaben med held skal dykke dybere ned i bevidsthedens natur, er intet mindre end et paradigmeskift. Det vil sige, det uvildige perspektiv, der kan måle fænomener fra en uafhængig iagttagers synspunkt, skal integreres i et subjektivt perspektiv, hvilket vil muliggøre inkorporering af subjektivitet og kvaliteter, som er karakteristiske for oplevelsen af bevidsthed. Jeg mener, at behovet for vores undersøgelsesmetode skal være egnet til det objekt, der undersøges. I betragtning af, at bevidsthedens primære karakteristika er dens subjektive og erfarne natur, skal ethvert systematisk studie



Et vægmaleri fra et tempel i Bhutan. En kosmisk mandala, som er et symbolsk billede på en verdensopfattelse, hvor vores egen verden kun er en meget lille del af universet, og hvor alting er i konstant forandring.

← *Shakyamuni Buddha – en tibetansk bronzestatue fra omkring det 11. årh. Det er en klassisk gengivelse af Buddha i det øjeblik, hvor han blev oplyst under bodhi-træet i Bodhgaya.*



Kort introduktion til meditation

Af Pernille Fogh Christensen

Meditation kan kort beskrives som en proces, hvorved sindet vænner sig til et meditationsobjekt. Ifølge buddhismen har alle mennesker levet uendelig mange gange før, men med de forkerte anskuelser om et evigt og uforgængeligt „jeg“ og med falske forestillinger om virkeligheden som evig. Denne uvidenhed har ført til lidelse og konstant genfødsel.

Vores sind anses for at være forvirret, uroligt og fyldt med disse falske tanker og ideer. Vi har ikke kontrol over vores sind, og begær, had og uvidenhed styrer vores handlinger. Vi er fanget af sindets følelser, hvilket bevirker, at vi handler uhensigtsmæssigt, og på den måde oplever vi konstant lidelse. For at bryde denne cirkel er det nødvendigt at meditere, hvorved sindet kan renses for disse falske forestillinger og ideer. Alle „mentale spor“, som er lejret i sindet, skal renses ud. Det kan beskrives som en kognitiv eller erkendelsesmæssig rekonstruktion af sindet. Ifølge buddhismen findes der nemlig bag vores forvirrede og urene sind et „oprindeligt sind“, som er helt rent og klart – lysende klart, og uden en dualistisk skelnen mellem subjekt og objekt. Det er det sind, som vi skal finde frem til gennem meditation.

Det er et sind, hvor ikke engang begrebet „tomhed“ eksisterer. Det er et sind, som er helt roligt, og som har gennemskuet det forgængelige og utilfredsstillende ved alle livets fænomener; det er et sind som kan være i en tilstand uden begrebslighed – et sind, som ikke „støtter sig til noget“, og som er „lysende klart“. Det er målet. Men selve processen er langvarig, og den begynder i det små.

Helt overordnet kan man tale om to typer af meditationer:

1. Opmærksomhedsmeditation – en type, som har til hensigt at træne personen i at fokusere på ét punkt – et meditationsobjekt, hvorved man opnår en ro i sindet. I princippet kan man meditere på et hvilket som helst objekt, men det antages alligevel, at det er bedre at meditere på et buddhistisk symbol, f.eks. en buddhas krop eller dharmahjulet. Målet med meditationen er at opnå en ro i sindet, så man er i stand til at meditere på et objekt, så lang tid man ønsker det.

I mange sammenhænge består opmærksomhedsmeditationen i at registrere sindets og kroppens processer, uden at man rives med af dem. Man registrerer blot følelsernes kommen og gåen uden at bedømme dem. Man afviser ikke negative følelser eller byder de positive velkomne, man lader dem blot opstå og forgå igen. På den måde skærper man opmærksomheden, man koncentrerer sit sind, og man får en større forståelse af sine tankemønstre.

2. Indsigtsmeditation (vipassana) er funderet på den opfattelse, at uvidenhed om virkeligheden er årsagen til lidelsen i menneskers verden. Derfor mediteres der på begreber som „den sande virkelighed“, „læren om altings tomhed“ og andre centrale begreber inden for buddhismen for at opnå en dybere forståelse af disse. Det drejer sig også her om at trænge ned under fænomenverdenen, som er relativ, til en absolut viden om tingenes beskaffenhed. I lighed med Buddhas erkendelse under bodhi-træet.

anvende en metode, som giver adgang til dimensionerne subjektivitet og erfaring.

Et omfattende videnskabeligt studie af bevidsthed skal derfor omfatte både en objektiv og en subjektiv metode: Det må ikke overse den subjektive erfarings fænomenologiske virkelighed, men skal overholde alle videnskabelige regler til punkt og prikke. Det kritiske spørgsmål er dette: Kan vi forestille os en videnskabelig metodologi til studiet af bevidsthed, hvorved en robust subjektiv metode, der yder erfaringens fænomenologi fuld ret, kan kombineres med det objektivistiske perspektiv fra studiet af hjernen?

Her føler jeg, at et nært samarbejde mellem moderne videnskab og kontemplative traditioner, som for eksempel buddhisme, kunne være gavnligt. Buddhismen har en lang historie med undersøgelse af sindets natur og dets forskellige aspekter – det er reelt, hvad buddhistisk meditation og kritisk analyse heraf går ud på. I modsætning til moderne videnskab har den buddhistiske holdning primært været fra subjektiv erfaring. Således som den kontemplative metode er udviklet i buddhisme, er den en empirisk anvendelse af introspektion båret af streng, teknisk træning og massiv afprøvning af oplevelsens pålidelighed. Alle meditativt valide, subjektive oplevelser skal kunne verificeres både gennem gentagelse udført af samme person og ved, at andre personer er i stand til at opnå samme tilstand ved samme øvelse. Hvis sådanne tilstande verificeres på denne måde, kan de blive regnet for universelle, i hvert fald for mennesker.

Den buddhistiske opfattelse af sindet stammer primært fra empiristiske observationer rodfastet i oplevelsesfænomenologi, som omfatter kontemplative meditationsteknikker. Arbejdsmodeller af sindet og dets forskellige aspekter og funktioner genereres fra denne basis. Derefter bliver de underkastet vedholdende kritisk og filosofisk analyse og afprøves empirisk gennem både meditation og opmærksom observation. Hvis vi ønsker at observere, hvordan vores opfattelse fungerer, kan vi træne vores sind til at være opmærksomt og lære at observere de stigende og faldende processer fra det ene øjeblik til det andet. Det er en empirisk proces, som resulterer i førstehåndsviden om et bestemt aspekt af, hvordan sindet fungerer. Vi kan bruge denne viden til at mindske virkningerne af emotioner som vrede og krænkelse (personer, der mediterer og søger at overvinde mental lidelse, vil faktisk ønske at gøre dette), men min pointe her er, at denne proces indeholder en subjektiv empirisk metode med relation til sindet ...



Tibet

**En fantastisk eventyrrejse på verdens tag!
Oplev klostrene, munkene, den fantastiske
natur og Himalayas snedækkede tinder!**

**Ture på 14 og 19 dage
med dansk rejseleder fra København.**

**Priser fra kr. 16.980,-.
Fra Kathmandu med int. gruppe kr. 6.500,-.**



**Kontakt Tibet-eksperterne
Lidvin Travel / Grace Tours
20 830 830 / 33 117 117**

www.tibetrejser.dk • lidvin@lidvin.dk

Lidvin Travel

...en rejse ud over det sædvanlige

Videnskaben på en skillevej

Af Tenzin Gyatso, Dalai Lama

En af Dalai Lamas store interesser er, hvad buddhismen kan lære af videnskaben og vice versa. Hans store indsigt i buddhismen og hans åbenhed over for videnskaben har inspireret mange videnskabsmænd til nye forskningsprojekter. Mind and Life Institute er p.t. i gang med et forskningsprojekt: Træning og studie af bevidstheden: Mod en integration af buddhistisk kontemplativ praksis og neurologi. Formålet med dette projekt er at opnå nye indsigter om, hvilken effekt meditation har på hjernens funktioner.

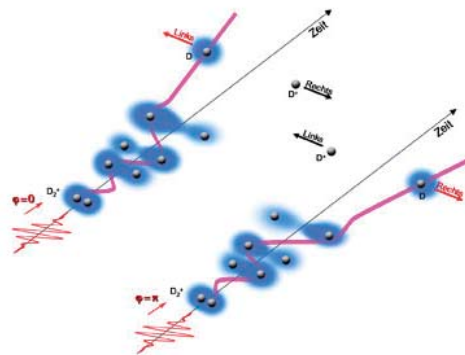
Denne artikel er baseret på en tale af Dalai Lama ved det årlige møde i Selskabet for neurovidenskab den 12. november 2005 i Washington D.C.

Bearbejdet af Thubten Jinpa

Oversat fra engelsk til dansk af Ib Hørlyck

Copyright:

Mind and Life Institute / www.mindandlife.org



I de sidste årtier har vi været vidne til voldsomme fremskridt i den videnskabelige forståelse af den menneskelige hjerne og den menneskelige krop som helhed. Neurovidenskabens kendskab til de biologiske organismers funktion har med fremkomsten af den nyere genetik nået de subtile niveauer. Det har resulteret i hidtil uforudsete muligheder for at manipulere med selve livets koder, som sandsynligvis kan skabe helt nye virkeligheder for menneskeheden som helhed.

I dag er spørgsmålet om videnskabens samspil med menneskeheden som sådan ikke kun et akademisk spørgsmål. Det bør være et påtrængende spørgsmål for alle, som er optaget af menneskehedens skæbne og eksistens. Jeg føler derfor, at en dialog mellem neurovidenskab og samfund vil få stor betydning for vor forståelse af, hvad det vil sige at være menneske, og vort ansvar for den natur, som vi deler med andre sansende væsner. Det er med glæde, at jeg noterer mig, som en del af dette bredere samspil, at der er en stigende interesse blandt neurologer for at engagere sig i dybere samtaler om buddhistiske kontemplative discipliner.



Den franske videnskabsmand og tibetanske munk Matthieu Ricard får sat elektroder på sin hovedskal for at teste, hvad der sker i hjernen under meditation.

Copyright: Mind and Life Institute.

Mind and Life Institute

Skønt min egen interesse for videnskab startede som nysgerrighed hos en ung rastløs dreng, der voksede op i Tibet, er videnskabens og teknikens kolossale betydning for forståelsen af den moderne verden kun gradvist gået op for mig. Ikke blot har jeg forsøgt at forstå specifikke videnskabelige ideer, men jeg har også forsøgt at udforske de videre indvirkninger af videnskaben på nye fremskridt for menneskets kundskab og teknologiske magt. De specifikke områder af videnskaben, jeg har udforsket gennem årene, er subatomar fysik, kosmologi, biologi og psykologi. For min begrænsede forståelse af disse områder står jeg i dyb gæld for de timer, som Carl von Weizacker og afdøde David Bohm generøst har delt med mig, og jeg betragter dem begge som mine lærere i kvantemekanik. Ligeledes står jeg i gæld til de to afdøde videnskabsfolk Robert Livingstone og Francisco Varela, som har givet mig indsigt i biologi, specielt neurovidenskab. Jeg er også taknemmelig over for de talrige eminente videnskabsfolk, med hvem jeg har haft det privilegium at tale med i „Mind and Life Institute“-regi, hvilket blev inspirationen til „Mind and Life“-konferencerne, som startede i 1987 i min residens i Dharamsala, Indien. Disse dialoger har fortsat gennem årene, og faktisk sluttede den seneste „Mind and Life“ dialog her i Washington netop denne uge.

Nogle undrer sig måske: „Hvor interesserer en buddhistisk munk sig i den grad for videnskab? Hvilken forbindelse kan der være mellem buddhisme, en gammel indisk filosofisk og spirituel tradition, og moderne videnskab? Hvilke fordele kan der være i for en videnskabelig disciplin som neurovi-

denskab at indgå i en dialog med en buddhistisk kontemplativ tradition?“

Buddhisme og vestlig videnskab – ligheder og forskelle

Skønt buddhistisk kontemplativ tradition og moderne videnskab har udviklet sig fra forskellige historiske, intellektuelle og kulturelle rødder, tror jeg, at de dybest set deler betydningsfulde fællestræk. Specielt i deres basale filosofiske synsmåde og metode. På det filosofiske plan deler både buddhisme og moderne videnskab en dyb skepsis over for absolutter, hvad enten de forstås som transcendent væren, som et evigt uforanderligt princip, som sjælen eller som et dybere lag af virkeligheden. Både buddhisme og videnskab beskriver evolution og skabelse af kosmos og liv som resultat af et komplekst samspil mellem naturlovene årsag og virkning. Fra det metodiske perspektiv understreger begge traditioner erfarings rolle.

Eks. skelnes der i den buddhistiske undersøgelsestradition mellem tre anerkendte kilder til kundskab – erfaring, ræsonnement og beskrivelse. Det er resultatet af et eksperiment, der har præcedens med ræsonnementet som nummer to og vidnesbyrd, som det sidste. Det betyder, at i den buddhistiske undersøgelse af virkeligheden er det, i hvert fald i princippet, empiriske resultater, der vinder over tekstlig autoritet, uanset hvor højagtet teksten er. Selv i tilfældet af kundskab, der stammer fra ræsonnement eller logisk slutning, må dets værdi betinges af observerede, eksperimentelle kendsgerninger. På grund af dette metodologiske standpunkt har jeg ofte understreget over for buddhistiske kolleger, at den empirisk verificerede indsigt i moderne kosmologi og

astronomi nu må tvinge os til at modificere, og i nogle tilfælde forkaste, mange aspekter af traditionel kosmologi, som den findes i gamle buddhistiske tekster.

Eftersom det primære buddhistiske motiv til at undersøge virkeligheden er den fundamentale søgen efter at overkomme lidelse og forbedre menneskets levevilkår, er den buddhistiske undersøgelsestradition primært rettet mod forståelsen af det menneskelige sind i dets forskellige funktioner. Antagelsen er her, at ved at opnå dybere indsigt i den menneskelige psyke kan vi finde måder til at transformere vore tanker, emotioner og deres underliggende tilbøjeligheder, således at en sundere og mere tilfredstillende måde at eksistere på kan findes. Det er i denne kontekst, at den buddhistiske tradition har frembragt en detaljeret klassifikation af mentale tilstande. På den måde kan en ægte udveksling finde sted mellem den opsamlede viden og erfaring fra buddhismen og moderne videnskab på en bred vifte af områder, der relaterer til det menneskelige sind, fra kognition og emotion til forståelsen af den menneskelige hjernes iboende kapacitet for transformation. Det er dybt interessant og potentielt godt. Jeg har følt mig meget beriget ved at engagere mig i samtaler med neurologer og psykologer i spørgsmål som: positive og negative emotioners natur og rolle, opmærksomhed, visualisering såvel som den menneskelige hjernes formbarhed. De udfordrende resultater fra neurovidenskab og den medicinske videnskab, der viser den afgørende rolle, som simpel fysiske berøring spiller for fysisk udvikling af hjernen hos nyfødte børn, viser overbevisende den intime forbindelse mellem medfølelse og menneskelig lykke.

Tværfaglig dialog

Buddhismen har længe forsøgt at vise det enorme potentiale for transformation, der naturligt findes i det menneskelige sind. Med det formål har traditionen udviklet en bred vifte af kontemplative teknikker og meditativ praksis specifikt rettet mod to hovedopgaver: Udviklingen af et medfølelses hjerte og udvikling af dyb indsigt i virkelighedens natur, der kaldes enheden mellem medfølelse og visdom. I hjertet af disse meditationer ligger to nøgleteknikker: en forfinelse af opmærksomheden og en vedholdende anvendelse af denne på den ene side, og bearbejdning og transformation af emotioner på den anden. I begge tilfælde føler jeg, at der er et stort potentiale for fælles forskning mellem buddhistiske kontemplative traditioner og neurovidenskab. F.eks. har moderne neurovidenskab udviklet en omfattende forståelse af hjernens mekanismer, som har med både opmærksomhed og emotion at gøre. Den buddhistiske kontemplative tradition, der meget længe har interesseret sig for mental træning, tilbyder på den anden side praktiske teknikker til forfinelse af opmærksomhed og transformation af emotioner. Mødet mellem moderne neurovidenskab og buddhistisk kontemplativ træning kunne derfor føre til muligheden for at studere den bevidste mentale aktivitet i hjerne kredsløb, der har vist sig kritiske for specifikke mentale processer.

Et sådant tværfagligt møde kan i det mindste være med at rejse kritiske spørgsmål på mange nøgleområder. Har individer f.eks. en begrænset evne til at kontrollere emotioner og opmærksomhed, eller forholder det sig, som den buddhistiske tradition påstår, at evnen til at kontrollere disse processer i høj grad kan påvirkes, hvilket taler

for, at også adfærds- og hjernesystemer tilknyttet disse funktioner er modtagelige for påvirkning? Et område, hvor buddhistisk kontemplativ tradition kan have noget vigtigt at tilbyde, ligger i de praktiske teknikker, den har udviklet til træning af medfølelse. Med hensyn til mental træning både i opmærksomhed og kontrol af emotioner er det ligeledes vigtigt at rejse spørgsmålet, om nogle specifikke teknikker er tidsfølsomme mht. effektivitet, således at nye metoder kan udvikles for at imødekomme alder, helbred og andre variable faktorer.

Mediationsvidenskab

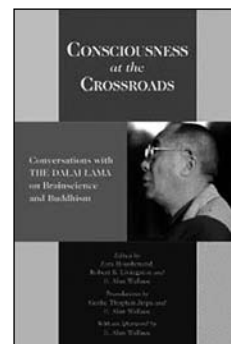
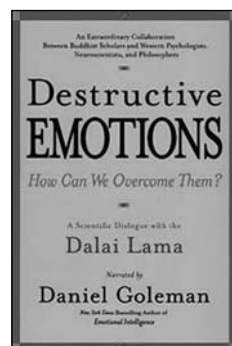
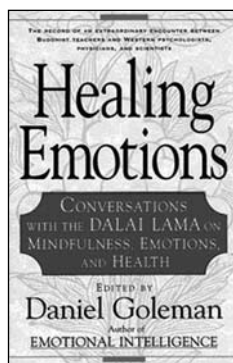
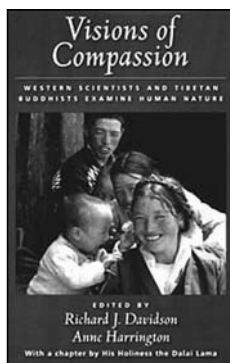
Men man bør være opmærksom på, at når to radikalt forskellige traditioner som buddhisme og neurovidenskab mødes i en tværfaglig dialog, vil det medføre de problemer, som almindeligvis opstår i udveksling hen over kultur- og faggrænser. Når vi f.eks. taler om „meditationsvidenskab“, må vi være opmærksomme på nøjagtig, hvad der menes med et sådant udsagn. For videnskabsmandens vedkommende, føler jeg, er det vigtigt at være lydhør over for de konnotationer, et vigtigt udtryk som meditation har i sin oprindelige kontekst. I sin oprindelige kontekst er udtrykket for meditation, *bhavana* (sanskrit), *gom* (tibetansk). Sanskrit-terminen henviser til ideen om udvikling, såsom at udvikle en bestemt vane eller en måde at være på, mens det tibetanske udtryk, *gom*, henviser til at udvikle fortrolighed med noget. Så kort og godt refererer meditation i traditionel buddhisme til en målrettet mental aktivitet, der indebærer at udvikle fortrolighed (nært kendskab), hvad enten det er til en valgt genstand, en kendsgerning, et tema, en vane, et synspunkt eller en væremåde.

Generelt findes der to kategorier af

meditativ praksis – en, der fokuserer på at stilne sindet, og en anden på de kognitive forståelsesprocesser. De to beskrives som henholdsvis stabiliserende meditation og diskursiv (logisk ræsonnerende) meditation. I begge tilfælde kan meditationen antage mange forskellige former. F.eks. kan meditationen gøre et emne til genstand for undersøgelse, såsom at meditere på ens egen forgængelighed. Eller den kan søge at udvikle en speciel mental tilstand som medfølelse gennem en fra hjertet kommende altruistisk længsel efter at lette andres lidelse. Eller den kan tage form af visualisering ved at udforske den menneskelige evne til at frembringe mentale billeder, som kan bruges på forskellig vis til at skabe mentalt velbefindende. Således er det vigtigt at være bevidst om, hvilken speciel form for meditation man undersøger, når man engagerer sig i fælles udforskning, således at kompleksiteten i den meditative praksis, man studerer, modsvares af tilsvarende præcis videnskabelig forskning.

Empiri og kontemplativ praksis

Et andet område, hvor et kritisk perspektiv er nødvendigt for videnskabsmandens vedkommende, er evnen til at skelne mellem det empiriske aspekt af buddhistisk tænkning og kontemplativ praksis på den ene side og filosofiske og metafysiske antagelser, der er forbundet med denne praksis, på den anden. Med andre ord, på samme måde som vi inden for en videnskabelig tilnærmelse må skelne mellem teoretiske antagelser, empiriske observationer baseret på eksperimenter og deraf følgende fortolkninger. På samme måde er det nødvendigt at skelne mellem teoretiske antagelser, eksperimentelt

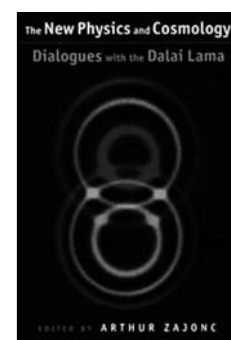
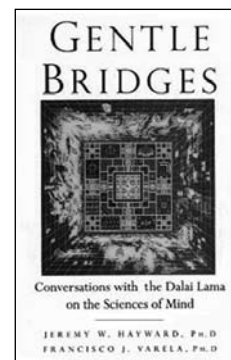
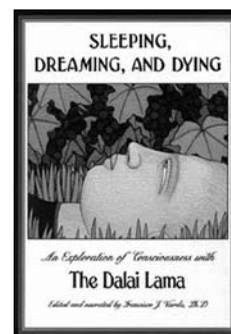


Alle disse bøger er baseret på de mange konferencer, som Mind and Life Institute har afholdt om videnskab og buddhisme.

verificerbare kvaliteter af mentale tilstande og deraf følgende filosofiske fortolkninger i buddhismen. På denne måde kan begge parter i dialogen finde en fælles platform for empirisk observerbare kendsgerninger om det menneskelige sind og ikke samtidig falde for fristelsen til at reducere strukturen i en disciplin ind i en anden. Skønt de filosofiske antagelser og deraf følgende begrebsmæssige fortolkninger kan være forskellige mellem de to traditioner, så må, hvad angår empirien, fakta forblive fakta, uanset hvordan man vælger at beskrive dem. Uanset sandheden om bevidsthedens natur – om den kan reduceres til fysiske processer eller ej – tror jeg, at man kan dele forståelsen af de eksperimentale kendsgerninger af forskellige aspekter af vore perceptioner, tanker og emotioner.

Hvis man iagttager disse forsigtighedsregler, tror jeg på, at et tæt samarbejde mellem de to forsknings-traditioner virkelig kan føre til en øget menneskelig forståelse af den komplekse verden af indre subjektive oplevelser, vi kalder sindet. Udbyttet af sådanne samarbejdsprojekter er allerede begyndt at vise sig. Ifølge foreløbige rapporter er resultatet af mental træning, såsom simpel regelmæssig opmærksomhedspraksis eller bevidst træning af medfølelse, som den er ud-

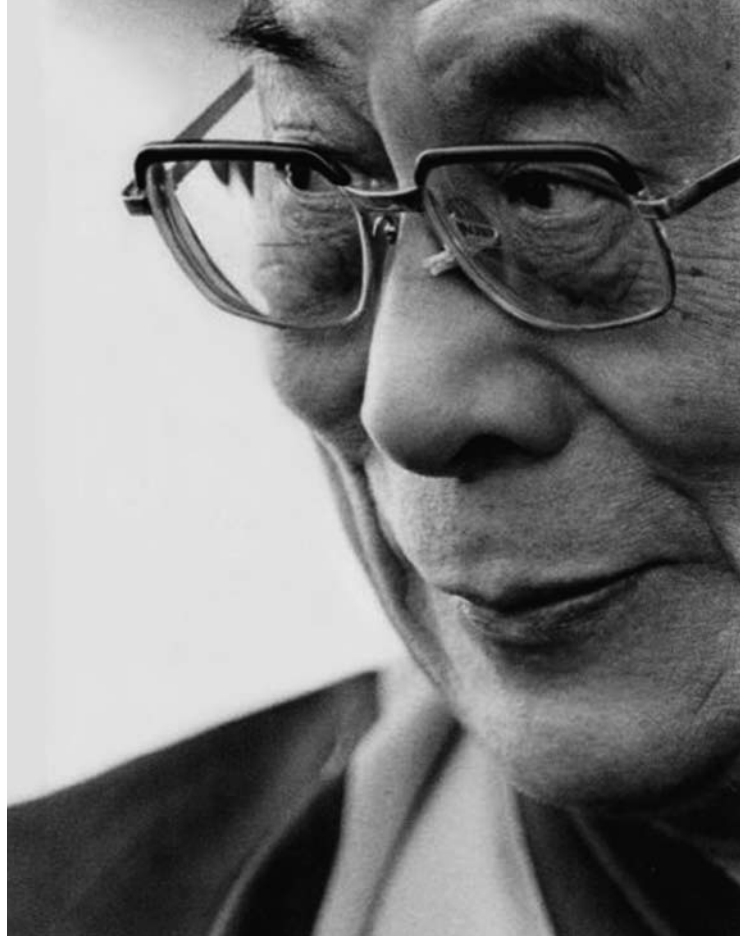
viklet i buddhismen, begyndt at kunne registreres som målbare forandringer i den menneskelige hjerne relateret til positive mentale tilstande. Nye opdagelser inden for neurovidenskaben har demonstreret hjernens medfødte plasticitet, både hvad angår synaptiske forbindelser og skabelsen af nye neuroner som resultat af ydre stimuli, såsom frivillige fysiske øvelser og et beriget ydre miljø. Den buddhistiske kontemplative tradition kan hjælpe med at udvide dette videnskabelige forskningsområde ved at foreslå typer af mental træning, der også kan være relevante for neuroplasticitet. Hvis det viser sig, som den buddhistiske tradition forventer, at mental praksis kan have en observerbar effekt på synaptiske og neurale forandringer i hjernen, kan det få vidtrækkende konsekvenser. Følgevirkningerne af en sådan forskning vil ikke kun være begrænset til øget viden om det menneskelige sind, men måske vigtigere, kunne have stor betydning for vor forståelse af uddannelse og mental sundhed. Tilsvarende, hvis det er, som den buddhistiske tradition hævder, at bevidst træning af medfølelse fører til et radikalt skift i et menneskes verdenssyn, kan det føre til større empati over for andre, som igen kan have vidtrækkende konsekvenser for samfundet som helhed.



Etik og videnskab

Endelig tror jeg, at samarbejdet mellem neurovidenskab og buddhistisk kontemplativ tradition kan kaste nyt lys på det vitalt vigtige spørgsmål om samspillet mellem etik og neurovidenskab. Uanset hvordan man opfatter relationen mellem etik og neurovidenskab i den aktuelle udvikling, har videnskaben primært udviklet sig som en empirisk disciplin med et moralsk, værdifrit ståsted. Det er efterhånden blevet opfattet som en undersøgelsesmåde, der giver detaljeret viden om den empiriske verden og dens underliggende naturlove. Fra et rent videnskabeligt synspunkt er skabelsen af atomvåben en bemærkelsesværdig triumf. Men eftersom dette værk har muligheden for at medføre så megen lidelse, gennem ufattelig død og ødelæggelse, betragter vi det som destruktivt. Det er den etiske vurdering, der skal bestemme, hvad der er positivt og negativt. Det er først for nylig, at det synspunkt ser ud til at have vundet frem, at tilnærmelsen mellem etik og videnskab, sammen med forståelsen af, at den menneskelige kapacitet for moralsk tænkning, udvikler sig parallelt med menneskelig viden.

I dag tror jeg, at menneskeheden står ved en kritisk skillevej. De radikale fremskridt, der er sket i neurovidenskab, særlig inden for genetikken, mod slutningen af det tyvende århundrede har ført til en ny æra i menneskehedens historie. Vort kendskab til den menneskelige hjerne og krop på det cellemæssige og genetiske niveau, sammen med de deraf følgende teknologiske muligheder for genetisk manipulation, har nået et sådant niveau, at de etiske udfordringer fra disse videnskabelige fremskridt er enorme. Det står helt klart, at vor moralske tænkning simpelthen ikke har kunnet holde trit med så hurtige fremskridt i viden og magt. Men konsekvenserne af disse nye opdagelser og deres anvendelse er så vidtrækkende, at de berører selve begrebet om den menneskelige natur og bevarelsen af den menneskelige race. Således er det ikke længere nok at have det synspunkt, at vort ansvar som samfund består i at fremskynde videnskabelig indsigt og styrke teknologisk magt og overlade valget om, hvad der skal ske med denne kundskab og magt til den enkelte. Vi må udvikle måder, så fundamentale humane og etiske overvejelser kan influere retningen af videnskabelig forskning, specielt hvad angår livsvidenskaberne. Ved at påkalde mig fundamentale etiske principper mener jeg ikke dermed, at man skal blande religiøs etik og videnskabelig forskning. Jeg taler mere for, hvad jeg vil kalde „sekulær



Dalai Lama.

„Jeg appellerer til videnskabsfolk om at bruge de fundamentale etiske principper, som vi alle deler som mennesker, i deres professionelle arbejde.“

etik“, som omfatter etiske nøgleprincipper såsom medfølelse, tolerance, omsorg og omtanke for andre og den ansvarlige brug af viden og magt – principper, der transcenderer barriererne mellem religiøs troende, ikke-troende og tilhængere af den ene eller anden religion. Jeg kan personligt godt lide at forestille mig alle menneskelige aktiviteter, inklusive videnskab, som fingre på en hånd. Så længe hver finger er forbundet med en hånd af grundlæggende menneskelig empati og altruisme, vil de vedblive med at tjene menneskeheden. Vi lever i sandhed i én verden. Moderne økonomi, elektroniske medier, international turisme såvel som miljøproblemer minder os dagligt om, hvor tæt verden er blevet forbundet. Videnskabelige samfund spiller i dag en vital vigtig rolle i denne forbundne verden. Uanset af hvilke historiske årsager, så nyder vore dages videnskabsfolk stor respekt og tillid fra samfundet, meget mere end min disciplin inden for filosofi og religion. Jeg appellerer derfor til videnskabsfolk om at bruge de fundamentale etiske principper, som vi alle deler som mennesker, i deres professionelle arbejde.

Bøger Hjemmesider

Film

Om videnskab og spiritualitet

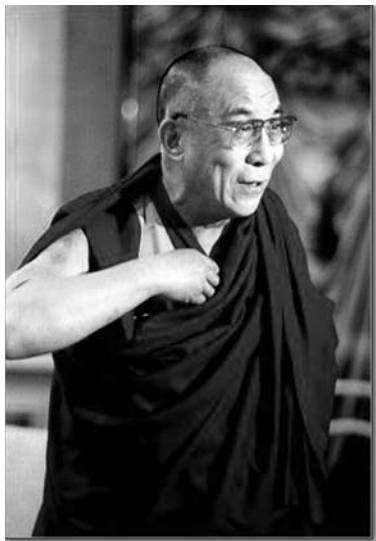
Einheit in Der Vierfalt

Moderne Wissenschaft und östliche Weisheit im Dialog. Mit Beiträgen von S.H. dem Dalai Lama, Tarab Tulku, Hans-Peter Dürr, Robert Sheldrake, Trinh Xuan Thuan u.a.

240 sider. Pris 22,95 Euro

Forlag: Thesus Verlag

<http://www.tarab-institute.org/gb/publication1d.htm>



I forlængelse af den tradition, som Dalai Lama har startet, hvor førende internationale forskere inden for videnskab og humaniora mødes og udveksler erfaringer, tog Tarab Tulku initiativet til The International Congress of Science and the Humanities UNITY IN DUALITY – TENDREL, i München i 2002.

Bogen „Einheit in Der Vierfalt“ består af en redigeret udgave af de forskellige indlæg i denne konference: Af Tarab Tulku, Rupert Sheldrake, Hans Peter Dürr, Trinh Xuan Thuan, Lene Handberg, Jean Shinoda Bolen, Candace B.

Pert, Humberto Maturana Romesin Gerhard Fasching og Marit Rullmann.

„Det er mit store ønske, at Unity in Duality – Tendrel igennem dets samarbejde med moderne videnskabelige forskning, vil udløse dets store potentiale til at skabe indre som ydre harmoni og vil blive implementeret i alle aspekter af menneskelige relationer og i bevarelsen af naturen. Måtte denne kongres blive et skridt i den retning.“

Tarab Tulku Rinpoche, München, oktober 2002

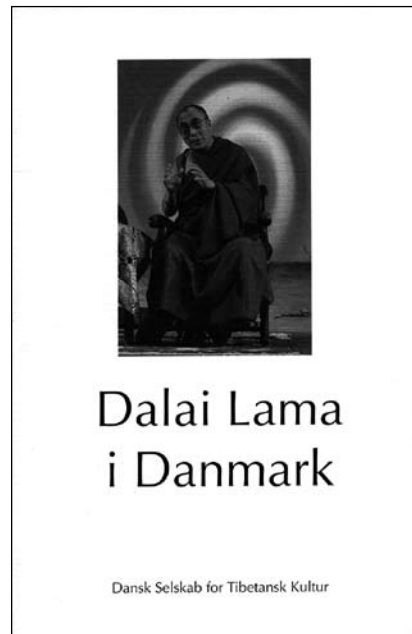
Dalai Lama i Danmark

Udgivet af Dansk Selskab for Tibetansk Kultur, 1991

Pris: 50 kr.

Kan købes i Selskabets butik i Ryesgade

Bogen indeholder et kapitel om Dalai Lamas besøg på Niels Bohr instituttet i 1988: „Rundbordssamtale om



berøringspunkter mellem buddhistisk filosofi og kosmologi, psykologi, atomfysik og biologi.“ Holger Bech Nielsen og Benny Lautrup deltog bl.a. i samtalen omkring bordet.

Internetsider om videnskab og spiritualitet

Mind and Life Institutes hjemmeside:

<http://www.mindandlife.org/>

En hjemmeside om dialogen mellem videnskab og spiritualitet, specielt buddhisme.



**MIND & LIFE
INSTITUTE**

Interfaith dialog with science hjemmeside:

<http://mbb.harvard.edu/scienceandreligion/>

En hjemmeside med gode artikler om videnskab og spiritualitet.



Interfaith Dialogues with Science:

A Retreat

November 7-9, 2005

Sponsored by the
Center for Theology and Natural Sciences
(CTNS)

Bøger Hjemmesider

Film

Om videnskab og spiritualitet

What is life

En dvd om og med Francisco Varela



Den berømte videnskabsmand Francisco Varela, doktor i biologi, som døde i 2001, var en nær ven af Dalai Lama. De udvekslede ideer og viden blandt andet i forbindelse med Mind and Life Institutes dialoger – læs bl.a. „Destruktive følelser. Hvordan kan vi håndtere dem“. En videnskabelig dialog med Dalai Lama og „Sleeping, Dreaming and Dying“, som dækker

den 1. og 4. Mind and Life-dialog.

Dokumentarfilmen „What is life“ indeholder mange interviews med Francisco Varela, som fortæller om sin forskning og sit liv både som videnskabsmand og buddhist.

Francisco Varela har beskæftiget sig med de store spørgsmål i tilværelsen, og dokumentaren fokuserer på, hvordan det er muligt, at krop og bevidsthed kan eksistere som en helhed.

Læs mere om dvd'en:

www.montegrande.ch

og om Varela på:

http://www.franzreichle.ch/images/Francisco_Varela/index.html

Læs artiklen „The Importance of the Encounter with Buddhism for Modern Science“, af Francisco J. Varela på:

<http://www.mindandlife.org/encounter.html>



Francisco Varela er anerkendt over hele verden som ledende inden for det felt, der beskæftiger sig med berøringsfladerne mellem neurologi, psykoneuroimmunologi, fænomenologi og erkendelsesvidenskab.

Støttekomiteen for Tibet

Støttekomiteen for Tibet har nu afsluttet sit udviklingsprojekt. Formålet med projektet var at støtte tibetanske flygtninge i Indien, som har været fængslet i Tibet. Som resultat af projektet er rehabilitering af tibetanske torturoverlevende i Indien og deres pårørende nu indført som en fast serviceydelse i Department of Health (DOH) i den tibetanske regering i eksil. DOH har etableret Tibetan Torture Survivors Program (TTSP), som kører programmet. En gruppe tibetanske sundhedsmedarbejdere har deltaget i træningskurser i løbet af projektperioden. De er nu i stand til at give en mere specifik behandling og støtte, når de møder en traumatiseret patient.

For projektgruppens fire medlemmer har projektarbejdet været både udfordrende og meget givende. Ved hjælp af den støtte, de torturoverlevende modtog og deres egen kamp for at komme igennem fysiske skavanker og smertefulde erindringer, har de fleste af dem fundet en plads i det tibetanske eksilsamfund.

Projektgruppen fortæller om projektet, dens arbejde og oplevelser i forbindelse hermed. Der vil være mulighed for spørgsmål og diskussion.

Se også annonce på side 21.

Ny film

Af Jeannie Andersen

Phun Anu Thanu – To brødre i eksil

Instruktion: Tashi Wangchuk og
Tsultrim Dorjee



En troldmand/shaman fra Tibet rejser rundt i verden og fortæller historien om **Phun Anu Thanu – To brødre i eksil**. I filmen kommer han til det lille tibetanske samfund Dekyling nær Dehradun i Nordindien for at fortælle historien og når til sidst både til New York og Beijing for at sprede historiens budskab om fred og kærlighed.

Fortællingen i fortællingen begynder i Dekyling og handler om de to frække brødre Anu og Thanu og deres kompromisløse kærlighed til Gyakpon las to døtre Yangsom og Dechen. Anu og Thanu er berygtede for deres unoder, mens Yangsom og Dechen er respekterede i lokalsamfundet. Meget imod Gyakpon las vilje forsøger de to brødre at vinde hans døtres hjerter. Filmen begynder den 10. marts 2005, hvor alle tibetanere i området tager til Dehradun for at mindes opstanden i Lhasa i 1959.

Men de to brødre har andre planer, som inkluderer de to søstre i den øde by! Den mennesketomme by er også ideel for to tyveknægte på årets tyvetogt. Helt tom er byen dog ikke – en fuld gammel tibetansk kriger vakler rundt med en flaske i den ene hånd og en kniv i den anden uden at ane, om det er nat eller dag – han vil bare til Tibet og kæmpe mod kommunisterne. Vi møder også den kærlighedshungrende tykke kok, Machen, der holder hyrde-time med Ama Changma, den lokale vinhandler.

Instruktørerne fortæller, at de ønsker at underholde, men samtidig at stille både sociale, politiske og moralske spørgsmål.

Rollen som Anu bliver spillet af den kendte Sonam Wangdue, skuespiller og aktivist, nuværende formand for RTYC, Regional Tibetan Youth Congress, Dharamsala. Han har netop deltaget i en sultestrejke for at få den internationale olympiske komite til at forholde sig til problemerne med at af-

holde olympiade i Kina i år. Se: www.tibetanyouthcongress.org
Thanu spilles af Sonam Tsering.

Filmen har i foråret haft premiere i Dharamsala, hvor den blev særdeles godt modtaget. Bl.a. sagde premierminister Samdhong Rinpoche: „Dette havde jeg ikke ventet. Den er perfekt.“ TIPAs dramalærer, Kalsang Dorjee, kalder den underholdende og godt fortalt. I maj og juni bliver filmen vist rundt omkring i USA. Selskabet forsøger at få filmen her til landet til en særforestilling i efteråret.

Filmen kan endnu ikke fås på dvd.

Distribution:

Tibet Motion Pictures & Arts

Email:

tibetmotionpictures@rediffmail.com



**RESTAURANT
TIBET**

Blågård Plads 10
2200 København N

Åbningstid
Tirsdag-lørdag 12-22
Søndag-mandag 16-22

Bordbestilling er nødvendig
Telf. 35 36 85 05 eller 22 12 00 21

Generalforsamling 2006

Referat af generalforsamling den 23. marts 2006 for Dansk Selskab for Tibetansk Kultur og Tibet-Hjælp

Referent: Signe Fink

Ad 1. Valg af dirigent

Erik blev valg som dirigent. Erik erklærede generalforsamlingen for åben og beslutningsdygtig, idet den var lovligt varslet og indkaldt.

Ad 2. Årsberetning

Årsberetningen blev godkendt.

Årsberetning for 2005

Af formand Pernille Fogh Christensen

Forkortet af Anne-Sophie Bernstorff

Den fulde version kan findes på www.tibethelp.dk/dstk eller rekvireres ved at ringe eller maile til selskabet.

Organisationen og frivillige

Året har været præget af stabilitet og stort engagement fra alle frivillige.

Da vi gennem mere end et år forgæves havde søgt efter en person, der frivilligt kunne passe kontoret i dagtimerne, såvel

for Selskabet som for Tibet-Hjælp, var en direkte ansættelse af en koordinator uundgåelig.

Siden 1. august 2005 har Signe Fink været ansat 7 timer om ugen, samtidig med at hun yder mange frivillige timer på kontoret.

Dansk Selskab for Tibetansk Kultur

Medlemstal

Selskabet havde ved årets afslutning 673 medlemmer (inklusive 100 par-medlemskaber), hvilket er et fald i forhold til 2004, hvor vi havde 712 medlemmer.

Medlemsbladet Tibet

Selskabets flagskib er vores medlemsblad, og 2005 har igen budt på fire medlemsblade med spændende artikler, fotos og anden information. Vi har bl.a. haft et temanummer om tibetansk kunst.

Tak til grafiker Ellen Hjelholt og alle bidragsydere.

Biografi om Tarab Tulku

Anne-Sophie og Jeannie, begge bestyrelsesmedlemmer, har året igennem arbejdet intenst på en biografi om Selskabets grundlægger, den 14. Tarab Tulku, som døde i 2004. Vi regner med en udgivelse i løbet af 2006.

Butikken

Selskabet har en butik i forbindelse med vores kontor i Ryesgade. I år solgte butikken varer i forbindelse med bl.a. Christianias julemarked.

Vi har fået nye spændende varer: Tasker, punge og sko fra firmaet Eternal Creation i Dharamsala. EC drives af en australsk kvinde, men alle produkter syes af tidligere politiske fanger fra Tibet.

Fernisering på udstillingen „Dalai Lamas Tibet i radering og foto“ på Gentofte bibliotek.



Aktiviteter

12. februar	Tibetansk nytår, Losar Et gratis arrangement i Phendeling, Nørregade i København. Grete Sørvig (tibetansk astrolog) fortalte om det nye år, Lobsang og Wangdi udførte nytårspuja, musikeren Kim Mentzer spillede, og dagen blev afsluttet med traditionel tibetansk nytårssuppe fra restaurant Samsara. Ca. 120 gæster til dette arrangement.
31. marts	Generalforsamling og foredrag Foredrag af Jonas Doctor om symboler i bl.a. de tibetanske thangkaer (billedkunst) og statuer.
11. juni	Fernisering på udstillingen <i>Dalai Lamas Tibet i radering og foto</i> Fejring af Hans Hellighed, den 14. Dalai Lamas 70 års-fødselsdag. Traneudstilling på Gentofte Hovedbibliotek, 50 raderinger udført af seks tibetanske kunstnere og 20 sort/hvide fotos af Rune Backs i forbindelse med Gentofte Kommunes Kulturdage. Åbningskoncert med sangerinden Maibritte Ulrikkeholm og musikeren Søren Frieboe. Åbningstale af Gentoftes borgmester, Hans Toft. Medlemsbladet <i>Tibet</i> handlede i den forbindelse om raderingerne og tibetansk kunst.
August	<i>Dalai Lamas Tibet i radering og foto</i> Udstilling på Hvidovre Hovedbiblioteks kunstafdeling.
21. august	Tibetansk sommerpicnic Store Søhøj, Hørsholm Kongevej 40. En sommerdag med puja, bål og tibetansk sang og lege.
September	<i>Dalai Lamas Tibet i radering og foto</i> Udstilling på Helsingør Bibliotek
6. og 27. september	Foredrag <i>Dharamsala – en by ved Himalayabjergenes fod i ord og billeder – en fortælling om de mange skæbner, som sponsorstøtten når ud til, af Jeannie Andersen og Anne-Sophie</i> I MS' lokaler og på Helsingør Bibliotek.
6. oktober	Bhutan – Tordendragens land Diasforedrag om buddhismen i Bhutan af Erik Rafn, som har besøgt landet og især været optaget af de mange religiøse symboler, som findes alle vegne.
November	Weekendtur til Hamburg Besøg på udstillingen „Die Welt des Tibetischen Buddhismus“ og middag på en tibetansk restaurant. 22 personer deltog.
December	Christianias julemarked En bod i seks dage på julemarkedet i Den grå Hal.



Wangdi og Lobsang udførte nytårspuja til årets tibetanske nytårsfest i Phendeling.

Tibet-Hjælp

Tibet-Hjælps arbejde består af to overordnede opgaver:

1. Sponsorarbejde
2. Projektarbejde i Indien, Nepal og Tibet

Hvert år betaler Tibet-Hjælp fly og forsikring for en repræsentant for Tibet-Hjælps besøg i Indien eller Nepal. For i årene 2004 og 2005 var Jeannie Andersen og Jane Wendel i Dharamsala for at besøge projekter og skoler.

Charlotte Mathiassen fra vores projektgruppe besøgte Ani Choyings kloster/skole i Nepal og har også deltaget i en international donorkonference i Thailand afholdt af Den tibetanske eksilregerings centraladministration. Anne-Sophie var i Dharamsala sammen med Jeannie – alle rejser for egen regning.

Sponsorafdelingen

Antallet af sponsorer var ved årets afslutning 297, og derudover havde vi 26 gavebidragsydere. En lille nedgang på i alt 15 sponsorer i forhold til 2004.

Projekter

Det primære fokus for projektgruppen er tibetanske kvinder og uddannelse.

Status for igangværende projekter

Tibet-Times

Løn til en nyhedsrapporter. Jeannie og Anne-Sophie besøgte Tibet-Times i marts 2005. Se mere: www.tibettimes.net

Udgift: 6.777 kr.

Gomang-klosteret

Løn til tre lærere på munkeskolen i Gomang-klosteret i Mundgod (Syndindien). De underviser i matematik og engelsk. Se mere: www.gomang.org

Udgift: 14.744 kr.

Jangchub Choeling nonnekloster

Undervisning til en gruppe nonner på nonneklosteret i Mundgod. Se mere: jangchubchoelingnunnery.org

Udgift: 1398 kr.

Arya Tara Skolen, Nuns Welfare Foundation, Nepal

Støtte til fem pigers uddannelse. Det særlige ved dette kloster er, at nonnerne ikke blot får religiøs undervisning, men også undervises i engelsk, matematik og andre almindelige skolefag, så de bedre kan klare sig i samfundet efter endt uddannelse. Mange af nonnerne kommer fra afsidesliggende landsbyer, hvor familierne kan have det svært både økonomisk og socialt. Tibet-Hjælp påtænker at fortsætte støtten til klosteret. Charlotte var på besøg i 2005. Se mere: www.choying.com

Udgift: 0 kr. i 2005 – udgiften på US dollars 2.500 blev betalt i begyndelsen af 2006.

United World College

Tibet-Hjælp har igennem en årrække givet projekt og lomme penge til to studerende på the Mahindra United World College i Indien – en international skole, hvor man afslutter med en studentereksamen. United World College tilbyder hvert år en friplads til to tibetanere på henholdsvis 1. og 2. år. Se mere: <http://www.muwci.net>

Udgift: 9.027 kr.

Den tibetanske sommerpicnic blev afholdt som sædvanlig på Store Søhøj i Hørsholm.



Keld Tejnbos uddannelsesfond

10 unge studerende. For andet år i træk har vi støttet 10 unge tibetanere på en videregående uddannelse: En sygeplejeelev, en tandlægestuderende (støttes også af en sponsor) syv studerende på Sarah Institute, en slags læreruddannelse inden for tibetanske fag, og en universitetsstuderende.

Udgift: 33.877 kr.

TIPA-elever

Ligeledes har vi for andet år i træk støttet fem unge kunstnere på TIPA, hvor de uddannes inden for tibetansk opera, musik og teater.

Udgift: 18.603 kr.

Årsberetningen blev godkendt.

Ad 3. Regnskabsaflæggelse

Pernille gennemgik årsrapporten for 2005, da Selskabets kasserer, Jonna, desværre var blevet forhindret pga. sygdom. Generalforsamlingen pålagde bestyrelsen at undersøge, hvorfor Selskabet og Tibet-Hjælp er slået sammen i årets samlede resultat, når de to afdelinger i øvrigt har hver sit regnskab. Svar: Tibet-Hjælp er en underafdeling af DSTK. DSTK har valgt at lave et selvstændigt driftsregnskab for Tibet-Hjælp, så man nøje kan se, hvordan de indsamlede midler til de humanitære aktiviteter bliver forvaltet. Ligeledes kan man se, hvordan medlemskontingentet og overskud af diverse aktiviteter bliver forvaltet. Der blev desuden udtrykt utilfredshed med Tibet-Hjælps underskud, men formandens forklaring, (en øget udgift til rejseudgifter i 2005, hvorimod der ingen udgift var til den post i 2004, samt et lille fald i sponsorer og gavebidrag) blev taget til efterretning. Desuden har Tibet-Hjælp en selvstændig egenkapital, som skal bruges til humanitære aktiviteter og dette bidrager også til driftsunderskuddet for det pågældende år. Regnskabet blev godkendt.

Ad 4. Fastlæggelse af kontingent

Bestyrelsen fremlagde forslag om at fastholde kontingentet indtil næste generalforsamling, hvor man vil komme med et forslag til kontingentforhøjelse pr. 1. januar 2008. Der blev imidlertid fremsat forslag om, at bestyrelsen afholder en ekstraordinær generalforsamling senest november 2006 med henblik på at forhøje kontingentet for år 2007, da det

nuværende kontingent synes for lavt og giver for lille en indtægt til Selskabet. Forslaget blev godkendt.

Ad. 5. Valg af bestyrelse

Bestyrelsen består af fem ordinære medlemmer og to suppleanter, som alle vælges for to år ad gangen.

Bestyrelsen for 2005 så således ud:

Pernille Fogh Christensen, formand

Anne-Sophie Bernstorff, næstformand

Jonna Rives, kasserer

Jeannie Andersen

Laura Airaksinen

Wangdi Gyaljen, suppleant

En post som suppleant var i 2005 ubesat.

Anne-Sophie valgte efter mange, mange år i bestyrelsen at trække sig tilbage, men hun fortsætter stadig som frivillig. Hun vil bl.a. fortsat stå for medlemsbladet, hvilket alle er meget glade for.

Jeannie, Laura, Pernille og Wangdi var til genvalg. Alle fire blev genindvalgt.

Jonna Rives var ikke på valg.

Kirsten Losang (som ordinært medlem) og Ib Hørlyck (som suppleant) stillede op til valg og blev begge valgt ind i bestyrelsen.

Ad 6. Valg af revisorer

Vores revisorer, Birgit Nielsen og Elsebeth Vienberg, blev genvalgt.

Ad 7. Indkomne forslag

Der var ingen indkomne forslag.

Ad 8. Eventuelt

Der var ingen yderligere emner til diskussion.

Den nye bestyrelse

Pernille Fogh Christensen – formand

Laura Airaksinen – næstformand

Jonna Rives – kasserer

Jeannie Andersen

Kirsten Losang

Wangdi Gyaljen – suppleant

Ib Hørlyck – suppleant



Pernille Fogh Christensen



Laura Airaksinen



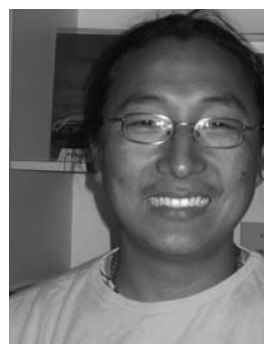
Jonna Rives



Jeannie Andersen



Kirsten Losang



Wangdi Gyaljen



Ib Hørlyck

Seminar om projektet Psykosocial støtte til tibetanske flygtninge

Ved projektgruppen

Stella Lützer, Stephen Mathiasen, Ulrik Jørgensen og Anne Viveke

**Den 7. juni 2006 kl. 19.30
I det buddhistiske centrum
PHENDELING**

Nørregade 7B (i gården), 2. th. 1465 København K

**Transport: Bus nr. 5 eller fem minutter til fods fra Nørreport station
eller Rådhuspladsen**

Entré: 40 kr. inkl. kaffe og te i pausen

Arrangør: Støttekomiteen for Tibet – se også tekst på side 14



Nyt fra Tibet-Hjælp

Maria Gammeltoft fortæller om et besøg på nonneskolen Arya Tara i Nepal

I marts 2004 besøgte nonnen Ani Choying Danmark i forbindelse med sin turne, hvor hun sang Mantra-sang i Christians Kirken til fordel for Arya Tara Skolen for nonner i Nepal.

Tibet-Hjælp støtter dette projekt, og da min søster, Kirsten Tarab Losang (lige indvalgt i Selskabets bestyrelse), og jeg skulle til Nepal i februar i år, blev vi bedt om på selskabets vegne at overbringe en check på US dollars 2500.00, indsamlet til hendes skole, beliggende i Phar-ping lige uden for Kathmandu. Vi var meget glade for at have fået dette hverv, da vi igen kunne træffe denne karismatiske og utroligt charmerende nonne. Vi fik truffet en aftale den 21. februar med Ani Choying. Hun kom og hentede os om morgenen og kørte os op til skolen, der er ca. 1 times kørsel fra vores opholdssted. Skolen ligger helt vidunderligt på en bjergskråning med en skøn udsigt over dalen. Ani Choying fortalte, at

man i klart vejr kan se bjergtinderne i det fjerne. Hun viste os rundt på skolen, og vi så, hvordan der var fuld aktivitet med undervisning af store som små. Der er 40 nonner i alt, og alle får gratis kost og logi. De mindste ligger i sovesale med køjesenge, og de ældre ligger i almindelige senge med ca. 10 senge i hvert rum, så der er ikke meget privatliv. Vort indtryk af stedet var meget positivt, og det er en glæde at se, at computerne, som Tibet-Hjælp har skænket, er til stor gavn for nonnerne.



Ani Choyings igangværende projekter

- at indfange herreløse hunde, vaccinere og sterilisere dem er et af Ani Choyings mange projekter. Dette bliver gjort både af hensyn til dyrenes velfærd, men også for at undgå, at dyrene spreder sygdomme til mennesker.
- at sørge for vandforsyning til den lokale landsby er et andet projekt.

Ani Choyings kommende projekter

- at få opført en bygning neden for skolen med undervisning i Thangka-maling for de dygtigste elever.
- at købe et tilstødende stykke land for at have mulighed for at dyrke egne afgrøder, både fordi det vil være billigere, men også for at sikre, at eleverne får rene ukemiske grøntsager. De er alle vegetarer, og derfor er det vigtigt med økologiske grøntsager.
- at få styrket administrationen. Helst ville Ani Choying have en skoleinspektør, så hun selv kan få tid til at tage sig af andre opgaver.

Ani Choying har stor succes med at synge mantraer, dels på turneer og dels på cd'er. Hun har lige fået udgivet en cd på nepali, der er meget populær i Nepal.

Puja

Efter en spændende rundvisning kørte vi sammen til Kham-Nying Sherab Ling (Orgyen Rinpoches kloster) og deltog i en puja, hvor Thjokji Nyima Rinpoche og Thjokling Rinpoche tog imod vores ofringer og khata. En rigtig dejlig dag! Vores generelle indtryk af Ani Choying og hendes skoleprojekt er meget positivt, og vi mener bestemt, at det fortsat bør støttes.

Det er vidunderligt at se, når sådanne positive ideer bliver realiseret takket være en ildsjæls utrættelige indsats.

Mødet med en anden verden

Jane Wendel fra sponsorsafdelingen har været i Dharamsala for at aflægge et besøg på nogle af de mange skoler, som sponsorerne er med til at støtte igennem Tibet-Hjælp. Da hun selv er skolelærer, har hun kigget på skolerne med professionelle øjne.

Tekst: Jane Wendel

Fotos: Reza Farzangi og Jane Wendel

I oktober 2005 fik jeg den store oplevelse at rejse til Dharamsala i Indien, udsendt på vegne af Tibet-Hjælp. Formålet med rejsen er at få et indtryk af, hvordan kostskolerne og skoleuddannelsen fungerer for de tibetanske flygtningebørn.

Ud over mit frivillige arbejde i sponsorsafdelingen i Tibet-Hjælp arbejder jeg til daglig som folkeskolelærer på en skole i Nordsjælland. Det er derfor med stor nysgerrighed, at jeg rejser ud for at opleve, hvordan tibetanerne driver skole og undervisning under indiske forhold.

Min mand er med på rejsen – som rejsekammerat og still- og videofotograf. Det er en stor hjælp, at han står for den fotografiske dokumentation; så jeg kan koncentrere mig om de mennesker, jeg møder på skolerne.

Det er min første tur til Indien og til Dharamsala; et sted, jeg forbinder med Dalai Lama og eksil-tibetanere som følge af mit arbejde i sponsorsafdelingen.

Dharamsala ligger op ad en bjergskråning i bjergkæden Dhauladhar, der ligger i den sydlige del af Himalaya-bjergene. Byen er delt mellem Lower Dharamsala, hvor inderne og deres

butikker kendetegner byen, og så McLeod Ganj (Upper Dharamsala), som ligger omkring 10 km længere oppe ad bjergskråningen, hvor eksiltibetanerne har etableret et samfund.

Det er i McLeod Ganj, at vores base er de næste 10 dage – omkranset af høje fyrretræer og indiske cedertræer med Kangradalen i forgrunden og Det hvide Bjerg, der rejser sig i baggrunden. McLeod Ganj er en meget smuk naturoplevelse, da byen har en fantastisk beliggenhed.

Dharamsala

Vi har taget toget fra Delhi til Potankot og skal køre derfra med taxa til Dharamsala. Vi finder en chauffør, der har en noget udrangeret taxa, men han er også billig – 600 rp., de andre, vi spurgte, ville have 1600 rp.

Det bliver en anderledes taxatur, end vi kender det fra Danmark. Der er mange stop undervejs, hvor chaufføren lige skal fylde benzin på, stoppe og besøge en ven, tage en anden ven med noget af vejen. Der er også et stop, hvor vi får en kop kaffe og noget at spise. Vi skal også lige vende os til deres noget specielle kørekultur her i Indien – her



tænker jeg på, at man åbenbart bruger hele kørebanen, overhaler, hvor udsynet er dårligt, og så den konstante brug af hornet.

Vejen op ad bjerget til McLeod Ganj er i meget dårlig stand efter monsunregnen. Den er hullet, nogle steder mangler der en bid af vejen, men det forhindrer ikke en lind strøm af tuktuk'ere (små taxaer), jeeps, lastbiler, turistbusser – for ikke at nævne mennesker, køer, hunde og aber i at køre og gå op og ned ad den smalle og snoede vej.

Det giver mig en del nervøse trækninger at køre med den indiske taxa-chauffør i en lille udrangeret tuktuk, da bilen på vej op mod McLeod Ganj pludselig sætter ud og lige skal have rensset benzintilførslen, før vi igen kører videre op ad bjergsiden. Med en konstant dytten i hornet foretager



vores taxichauffør skarpe hårnålesving og overhalinger, for ikke at nævne undvigelsesmanøvrer mellem motorcykler, mennesker, køer og hunde. Turen til Dharamsala er foregået i hæsblæsende tempo, men vi er nået helskindet frem til vores hotel og et velfortjent hvil.

Fra vores hotelværelse har vi en fantastisk udsigt over Kangradalen og til templet, hvor Dalai Lama residerer. Overalt hænger der tibetanske bedeflag i guirlander mellem træer eller bygnin-
ger. Deres grønne, røde, gule og hvide farver vejrer i vinden rundtomkring på bjergskrånningen. Bedeflagene er tibetanernes varemærke her i McLeod Ganj – og på de skoler, vi besøger de kommende dage. Jeg synes, det er et smukt syn med disse flag og deres symbolik: De buddhistiske mantraer, som

står skrevet på dem, bliver spredt med vinden eller siver ned i jorden med regnen og ned i grundvandet ud i floder, søer og verdenshave for at sprede de gode budskaber til alt levende på jorden.

Kulturaften – en lille „treat“

Jeg har et tætpakket program, de ti dage jeg er i McLeod Ganj. Tenzin Bhuti fra eksilregeringens sponsorafdeling har lavet en plan for mine skolebesøg.

Som en lille treat og en kickstart på min „tour-de-skolebesøg“ er vi den første aften i Dharamsala inviteret til Tibetan Institute of Performing Arts (TIPA), instituttet for traditionel tibetansk musik, dans og opera. De har forpremiere på en forestilling, som de skal på turne med dagen efter.

Det er en fantastisk start på vores møde med tibetanerne i eksil og et

spændende indblik i den tibetanske kultur. Vi sidder i skolens teatersal sammen med 150-200 publikummer. Det er en intens og fascinerende oplevelse at se de unge kunstnere udfolde deres kunst og den tibetanske kultur på scenen gennem forskellige sange og danse. Den karakteristiske lyd af strengeinstrumenter og de flotte farvestrålende dragter er betagende, og de unge mennesker er dybt engagerede og seriøse – showet virker meget professionelt.

Efter forestillingen går vi ned ad bjerget – tilbage til hotellet. Det er mørkt, vejen er smattet, og der er ingen belysning på den smalle vej. Vi går i små grupper. Der er nogle iblandt os, som har lommelygter med, der kaster lidt lys, så vi kan ane, hvor vi går. Vi går blandt de øvrige publikummer, og der er en hyggelig mumlen – ligesom os



Frikvarter på Gangkyi Day School. Den ene pige er meget optaget af fotografen, mens den anden nyder sin lille formiddagssnack, som børnene i den yngste klasse fik af deres lærer.



TIPA-studerende giver gennem sang og dans og i fantastiske farver et indblik i tibetanernes liv og traditioner i hjemlandet. De studerende er utrolig dygtige og meget engagerede.

taler de sikkert også om forestillingen.

Jeg er glad for, at vi fik mulighed for at opleve den – indtrykkene sidder i os i dagene efter.

Nysgerrige og opmærksomme

Jeg besøger fem skoler – en dagskole og fire kostskoler, hvoraf den ene er for de unge nyankomne flygtninge mellem 14 og 17 år.

Mine indtryk fra alle fem skoler går lige i hjertet på mig. Det er især de yngste elever, der gør mit lærerhjerter blødt som smør, men de større børn og de unge gør også stort indtryk på mig.

På Gangkyi Day School, hvor eleverne er i alderen 4-6 år, går jeg rundt og smiler hele tiden. De ser så søde ud i deres små skoleuniformer, og alle børnene er glade og nysgerrige. Der er en pige, som er meget optaget af fotografen. Hun stiller sig op foran kameraet og laver sjove ansigter.

Det er et positivt indtryk, jeg får af

eleverne og undervisningen, mens jeg er der. Eleverne er nysgerrige og virker ivrige og interesserede i at lære. De er dygtige til at skrive – både når de skriver på tibetansk og på engelsk. Jeg er forundret over deres håndskrift; den er utrolig pæn i forhold til, hvad jeg har set danske børn skrive i den alder. Som skolesystemet er her, er der meget vægt på udenadslære og prøver, så at sammenligne med Danmark giver klart nogle modsætninger, da vi er meget forskellige i vores syn på læring.

Også på skolen i Chauntra oplever jeg de yngste elever på samme måde som på Gangkyi. Eleverne er optaget af deres arbejde i timerne, og de er ivrige for at vise, hvad de kan. På opfordring fra læreren kaster de sig ud i at synge børnesange for mig på både engelsk og tibetansk. De er rigtig søde, som de står foran mig og synger for fuld hals.

Det er noget andet med de større elever og de unge. I de undervisnings-

situationer, jeg overværer på skolen i Chauntra, Upper School i Dharamsala og Tibetan Children's Villiage (TCV) i Suja i BIR, er de mere alvorlige og afdæmpede, men jeg oplever også eleverne som meget koncentrerede og opmærksomme på det, der foregår i undervisningen.

Skolesystemet er selvfølgelig en del af årsagen til, at eleverne arbejder flittigt og koncentreret og yder det bedste, de kan. Eleverne bliver testet, fra de er 6 år. Der er årlige prøver i alle fag i juli og december. Decemberprøven er den endelige prøve, og man skal score 35 point for at bestå faget.

Mr. Sultrim, lederen på TCV i Suja, fortæller, at der til stadighed kommer mange unge flygtninge fra Tibet. Af disse er det de 14-17 årige flygtninge fra Tibet, der kommer til TCV Suja. Mange af de unge tibetanere er sendt af sted af deres forældre eller har selv besluttet at forlade Tibet – de rejser til



De to drenge fra 1. klasse på Gangkye Day School er optaget af at læse højt for hinanden.

Indien for at få en bedre uddannelse. Hvilken beslutning det må være at tage for et ung menneske!

Der er en del af de unge, som har svært ved studierne og savner deres forældre – og ofte ender de med at tage tilbage til Tibet. Men de fleste er succesfulde med deres studier og fortsætter med en videregående uddannelse. Nogle vælger at læse tibetansk sprog, som de læser på Sarah Instituttet, andre vælger en matematisk retning eller handel.

Også på skolen i Chauntra finder jeg ud af, hvor vigtigt uddannelse er for tibetanerne. Mr. Tsering, rektor på skolen, fortæller, at de fleste elever på skolen kommer fra små samfund, der ligger i områder, hvor den nærmeste by ligger 7 dages vandring til fods. Eksilregeringen har personale udstationeret i de større byer i disse områder. Personalet tager ud til familierne og opfordrer forældrene til at sende deres

børn i skole. Undervisningsministeriets repræsentanter opsamler børnene og placerer dem på skolen i Chauntra.

På grund af afstanden ser eleverne på Chauntra ikke deres forældre i flere år. Rejsen er for besværlig og krævende – for alle parter.

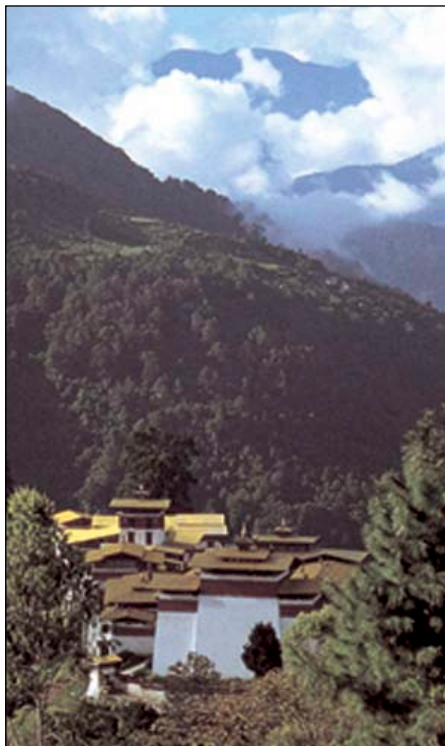
For mig er det trist og ubegribeligt at høre, at eleverne og især de yngste børn

ikke ser deres forældre i flere år. Men at gå i skole på disse vilkår er netop det, mange tibetanske børn og unge lever med – de forlader deres familier for at få bedre muligheder end deres forældre.

Når jeg oplever børnene på Chauntra og ser de rammer, der er skabt for dem, spørger jeg mig selv, om det mon



Tre drenge på TCV Upper School har spispause. De nyder deres frokost uden for i solen.



BHUTAN

6. - 22. oktober 2006

14 dage i Bhutan.

Turen går helt ud til Bumthang-dalene i det centrale Bhutan med besøg i byer, templer og klostre undervejs, bl.a. det berømte Taktsang kloster i Paro-dalen.

Den bedste og mest omfattende Bhutan rejse.

Rejseleder: Kulturgeograf Trine Dich, formand for Venskabsforeningen Danmark - Bhutan.

Pris kr. 36.945,-

Rejs inden prisstigninger.

Der er i Bhutan forslag om at forhøje prisen pr. dag fra de aktuelle 200 USD til 250 USD eller 300 USD pr. dag

**Program og tilmelding :
Tlf. 86 10 86 05 www.cultours.dk**

CULTOURS

rejser@cultours.dk

kompeniserer for det, de har forladt – det samme gælder også for eleverne på TCV i Suja. Selvom de voksne på skolerne er omsorgsfulde, og eleverne kan betro sig til dem, hvis de har behov for trøst eller en at tale med, så er det vel ikke det samme som at være hos sin familie. Jeg ved fra Tenzin Bhuti, spon-sorsekretær i undervisningsmini-steriet, at det er helt almindeligt for forældrene at sende deres børn på kostskole. På kostskolerne lærer børnene at være en del af fællesskabet og får mulighed for at udvikle sig mere alsidigt og selvstændigt, end hvis de er hjemme hos forældrene.

Det er da også mit indtryk, at børnene på Chauntra har det godt. De virker glade og trygge – trods det, at de ikke ser deres familie i flere år.

Rutiner, pligter og selvdisciplin

Tibetanske elever, der bor på kostskole, har en hverdag, der er præget af faste

rutiner, pligter og studier. Det er en del af elevernes pligter at sørge for, at der er rent og pænt på sovesalen.

På Chauntra har eleverne forskellige arbejdsopgaver som går på skift, f.eks. skal de rydde op og feje på sovesalen, redde senge, pudse sko, vaske deres eget tøj, vaske tallerkener og krus efter brug osv.

Det er helt utroligt at se den orden, der er på både drengenes og pigernes sovesale; det leder mine tanker hen på en kaserne. Gulvet er fejlet helt rent. På hver køjeseng er dyne, tæppe og pude pænt og sirligt stablet i den ene ende af køjesengen.

Hvert barn har sit eget lille skab med private ejendele. Jeg kigger ind i nogle af skabene; der ligger ikke meget i dem – få stykker tøj og måske en dukke eller et andet stykke legetøj. Alt i skabet ligger pænt og sirligt. Det hele står i skærende kontrast til de børneværelser, jeg kender til i Danmark – og alt det,

mange danske børn har af tøj og andre materielle ting.

På Chauntra lærer alle elever fra de er helt små at være selvhjulpne. De store elever har ansvar for at hjælpe og oplære de små i de forskellige rutiner og pligter. Jeg tror dette er generelt for alle kostskolerne.

Jeg er overrasket over at opleve den selvdisciplin, eleverne udviser – uden at de virker kuede. Dette er generelt for de fire kostskoler, jeg besøger. Alt foregår i en rolig, harmonisk og afslappet atmosfære, og pligter og rutiner er åbenbart indarbejdet grundigt, for børnene udfører gøremål med sådan en selvfølgelighed. Igen står jeg over for en stor kontrast i forhold til det, jeg oplever blandt elever på min skole – hvor det ofte er en kamp at få dem til at udføre duksearbejdet ordentligt og at føle ansvar for tingene.

Et eksempel på elevernes selvstændighed og selvdisciplin oplever jeg ved



Der er samling omkring lærerens bord til en gennemgang af lektionen om metangas.



*Efter skoletid skifter de fleste elever skoleuniformen ud med almindeligt tøj.
Jane Wendel får en lille snak med to elever på TCV Suja.*

morgenbønnen på Chauntra. En lille klokke ringer, og eleverne løber til templet, hvor de træder ud af deres sko og sætter sig indenfor. De store sætter sig indenfor i templet på rækker og begynder at recitere fra deres bønnebog. Der er ingen voksne, der organiserer, at eleverne kommer på plads og starter

bønnen; det er eleverne selv, der sørger for det hele. De yngste børn, 1.- 3. klasse, sidder udenfor på svalegangen foran deres klasseværelse. Det er to drenge fra 6. klasse, der sørger for, at de små har måtter at sidde på, og at de reciterer bønnen.

Atmosfære og respekt

På alle skoler bliver jeg budt på den traditionelle søde mælketet og småkager. Det foregår som regel ved et lille sofaarrangement på lederens kontor. Omgivelserne er meget spartanske – enten er det et lokale med få møbler og næsten ingenting på væggene, eller også er der

*Morgenbøn på CTA Chauntra.
Et kig ind til eleverne, der er i færd med
at recitere fra deres bønnebøger.*

stabler af materialer, undervisningsbøger og papirer i stakkevis. Alle steder hænger et billede af Dalai Lama. Alle – både børn og voksne er venlige, smilende, og især de små er ivrige med den traditionelle hilsen, tashi delek.

Atmosfæren på alle skolerne er god. Det er noget, vi begge mærker, at der er en grundlæggende ro og harmoni på området og blandt alle, vi ser og møder.

På TCV i Suja kommer vi straks i god stemning. Vi dumper lige ned i skolens forberedelse til et stort atletikstævne mellem andre TCV-skoler. Vejret er skønt – det er varmt, solen skinner fra en skyfri himmel, og der er en livlig aktivitet nede på idrætspladsen – en stor støvet plads på størrelse med to foldboldbaner. Annonceringer og navne lyder over højtaleren. Grupper af unge og voksne sidder eller står afslappet og kigger på aktiviteterne nede på idrætspladsen, hvor elever fra 8. klasse enten i rødt, blå, hvidt eller gult idrætstøj er i færd med at træne de forskellige atletikaktiviteter. Folk klapper og snakker.

Jeg finder ud af, at eleverne er inddelt i huse, der er repræsenteret ved hver sin farve. Deltagerne på atletikholdene har atletik-tøj i den farve, der repræsenterer deres hus. Her ved træningen til atletikstævnet konkurrerer husene indbyrdes mod hinanden.

Vi overnatter på TCV i Suja. Skolen har et antal værelser, som sponsorer kan bo i, når de kommer på besøg. De får ofte besøg, da skolen kun bliver finansieret af midler fra sponsorer. Vi har fået et af disse værelser stillet til rådighed. Værelset ligger oven over administrationskontorerne og vender ud mod den store idrætsplads, hvilket vi får fornøjelsen af meget tidligt næste morgen.

Den efterfølgende morgen vågner jeg



kl. 5. Udenfor kan jeg høre elever, der læser højt for sig selv – de er i gang med deres selvstudier. Lidt efter begynder atletikfolkene at øve sig på indmarchen til weekendens store stævne. De næste 3 timer bliver der spillet på fløjter og trommer som akkompagnement til en stemme, der råber i megafon.

Det er ikke usædvanligt, at eleverne står så tidligt op. Denne dag øver en del elever sig på indmarchen, men en almindelig morgen ville eleverne også stå op kl. 5 og bruge tiden på selvstudie og bøn.

Generelt oplever jeg, at de tibetanske kostskoleelever er glade og trives. Uanset alder er eleverne hjælpsomme, udviser ansvarlighed og respekt for hinanden og for fællesskabet.

Det er meget tankevækkende at opleve, hvordan eleverne optræder over for hinanden, og hvordan de med stor grad af selvstændighed udfører deres pligter m.v. På intet tidspunkt oplever jeg højtrystede kontroverser eller konflikter mellem voksne og børn eller børn og børn imellem. Det er tydeligt for mig, at skolerne har succes med at opdrage eleverne til fællesskabet.

Jeg oplever også lederne og mange lærere som meget dedikerede. Mange føler en pligt til at uddanne de kommende generationer af tibetanere og til

at viderebringe og bevare kendskabet til tibetansk sprog og kultur.

Mit sponsorbarn i Dalhousie

Som det sidste på vores rejse og vores skolebesøg tager jeg til Dalhousie. Dalhousie ligger 4 timers kørsel fra Dharamsala; hovedsageligt gennem et bjergområde ad smalle snoede veje. Tenzin Bhuti fra undervisningsministeriets sponsorafdeling tager med.

Dette besøg bliver mere personligt. Jeg skal hilse på mit sponsorbarn Tenzin, der er 14 år og går i 9. klasse. Hun bor og går på Central School for Tibetans i Dalhousie.

Jeg har skrevet til hende og fortalt, at jeg vil komme og besøge hende. Jeg er meget spændt på at møde hende, og jeg har gjort mig en del tanker om, hvordan det vil være at se hende.

Det er hyggeligt at møde hende, selvom det også er lidt kejtet. Hun står pludselig på kontoret, hvor jeg sidder og taler med rektor Chosang Phunrab over en kop sød mælketé. Hun er blevet hentet ud midt i matematiktimen, og nu står hun der over for mig. Vi hilser på hinanden, og jeg giver hende de små gaver, jeg har taget med til hende. Hun ved ikke helt, hvor hun skal gøre af sig selv, men vi sætter os



Jane Wendel sammen med Tenzin, som hun er sponsor for.

ned og taler lidt sammen. Vi har kun lidt tid sammen, inden hun skal tilbage til sin time, men vi taler om, hvordan hun har det her på skolen, og hvad hun gerne vil bagefter.

Jeg synes, det er en dejlig oplevelse at møde hende. Jeg tænker også, at det må være mærkeligt for Tenzin pludselig at skulle forholde sig til mig midt i en matematiktime, men jeg synes, hun taklede det godt. Da vi skal forlade skolen for at køre tilbage til Dharamsala, kommer hun ned på gårdspladsen og siger farvel.

Det er tankevækkende at møde denne 14-årige pige og sammenligne mit indtryk af hende og hendes klassekammerater med de 14-årige elever, jeg kender fra den 8. klasse, jeg underviser i Danmark.

Det, som helt klart er anderledes, er selvfølgelig, at alle her bærer skoleuniform, og at de må være meget arbejdsomme og koncentrerede i undervisningen, fordi der konstant ligger en prøve forude – i juli og december. Modsat de 14-årige elever, jeg kender til i Danmark, som kommer i deres egen personlige tøjstil, og hvor de halvårige

karaktergivninger og evalueringer ikke indgyder den samme tilskyndelse til at yde sit bedste. Det er snarere venner og fritid, der har deres fulde opmærksomhed – ambitionerne er umiddelbart sekundære på dette tidspunkt i deres liv.

Vores støtte gør en forskel

Tibetanerne er umiddelbare, venlige og beskedne mennesker. Jeg har mødt lærere og ledere, som vier deres liv til at den næste generation af unge tibetanere får bedre muligheder, en bedre uddannelse end den, de kan få i Tibet, og en større og bredere viden om deres sprog og kultur.

Det har været meget opmuntrende, lærerigt og tankevækkende for mig at møde de tibetanske skolebørn og personalet. Det er mit indtryk, at mange børn og unge føler sig privilegeret over at gå i skole og derfor også tager deres uddannelse alvorligt. Jeg har nævnt tidligere, at nogle har svært ved studierne eller savner deres forældre, men som Lobsang Choedon på TCV i Suja siger, så er der mange, som er succesfulde og, som fortsætter deres studier med en videregående uddannelse. Fra nogle af

de unge, jeg har talt med, ved jeg, at en del har et stort ønske om at tage tilbage til Tibet og gøre noget dér, f.eks. som underviser.

Et andet indtryk, jeg tager med mig tilbage til Danmark, er den positive og harmoniske atmosfære, der præger hverdagslivet på skolerne. Det virker, som om at rammerne på skolerne og de voksnes omsorg skaber harmoniske børn. Der er respekt for individet, og børnene bliver opdraget til at hjælpe hinanden, vise hensyn og tage ansvar.

Den buddhistiske filosofi løber som en rød tråd gennem alle aspekter af den måde, børn, unge og voksne omgås hinanden på. Et eksempel på dette er de tavler, der hænger rundtomkring på skolerne med vise ord fra Dalai Lama til inspiration til elever og lærere. F.eks.: „Success is the key to happiness. Happiness is the key to success. If you love what you’re doing you will be successful.“ Eller også er det enkle udtryk som: „Others before self.“

Mine oplevelser i Dharamsala og på skolerne bekræfter mig gentagne gange i, at sponsorerens støtte er væsentlig og meningsfuld.

"a room with a view please"



www.jysk-rejsebureau.dk

Jysk Rejsebureau har over 20 års erfaring i at lave rejser til Nepal og Tibet, og har eget servicekontor med dansk personale i Nepal, så du altid er i trygge hænder! Nyd de overvældende udsigter over Himalayas bjerge på en af vores mange varierede ture!

Priseksempler: Kathmandu kr. 6.095,-
Fuldt arrangeret telttrek 10 dage fra kr. 2.310,- alt inkl. Trekking ekspedition ekskl. fly til Mera Peak 6.461 m 21 dage fra kr. 11.550,- 8 dages tur til Tibet fra kr. 4.260,- 10 dages klosterophold i Kopan kr. 825,-

**jysk
rejsebureau**
FOR DIG SOM VIL UD I VERDEN
Travel Agency



Eleverne i 2. klasse på CTA Chauntra var meget nysgerrige og ivrige for at komme med på billedet.

Returneres ved varig adresseændring

Nonnebørn og videnskab

Nonner skal også have viden om verden uden for klosteret. Dette er ikke alle steder en selvfølge. Dalai Lama opfordrer til at, de tibetanske buddhister lærer af de nye videnskabelige forskningsresultater, også hvis de er i modstrid med de kanoniske tekster.

Ani Choyings skole Arya Tara lægger vægt på, at hendes nonner får en almindelig skolegang, så mulighederne står åbne for dem. Tibet-Hjælp har givet nonnerne to computere, så der er nem adgang til alle informationer.

Du kan give et bidrag ved at indsætte et beløb på giro:
Reg. nr. 1551 – kontonummer 9 67 08 90
– skriv Ani Choying under meddelelse.



Dansk Selskab for Tibetansk Kultur
Tibet-Hjælp
Ryesgade 90 A
2100 København Ø
Tlf. 35 26 79 26
info@tibethelp.dk
www.tibethelp.dk
Giro 9 67 08 90

Læs mere på www.choying.com
og på side 22 under
Nyt om Tibet-Hjælp

