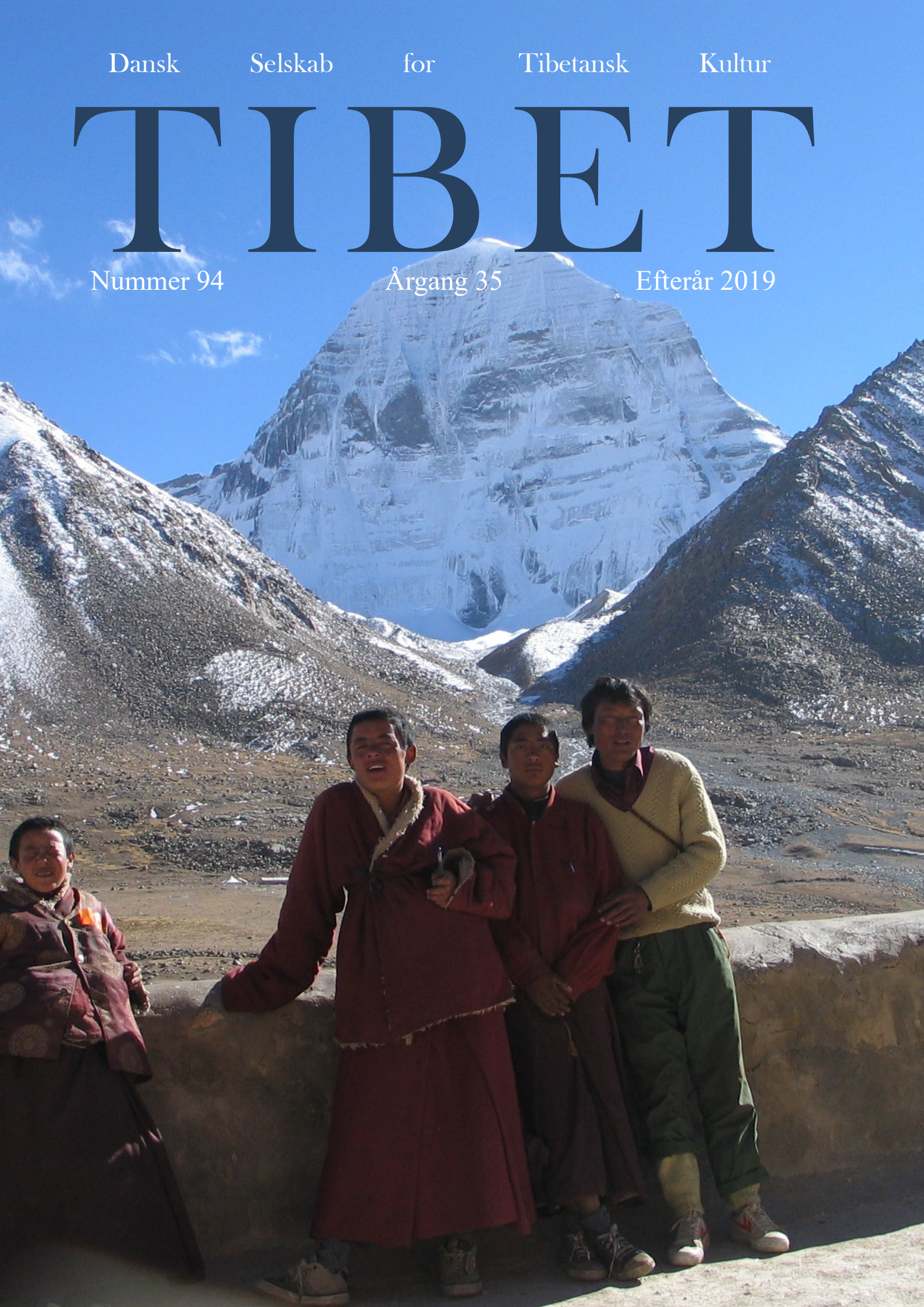
Dansk Selskab for Tibetansk Kultur

TIBET

Nummer 94 Årgang 35 Efterår 2019



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

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

DSTK's bestyrelse:
Grethe Sørvig (formand, redaktør, butik), Lillian Evang (næstformand, medlemsadministration, jurist), Kirsten Sundsvold , Tsewang Lhundup og Lis Gilager. Suppleanter: Wangdi Gyaljen og Anni Qvistgaard. Revisor: FLO Regnskab.

Medlemskontingent:

Enkelt medlemskab	250 kr. pr. år
To på samme adresse	350 kr. pr. år

Kontingent, sponsorbidrag til vores hjælpeprojekter og gaver til Selskabet kan indsættes på **reg. nr. 9570, kontonummer 342 87 88. Swift: DABDKKK, Bic/Eban: DK73 30 00 00 03 42 87 88. Hvis du bor i Danmark kan du også betale med MobilePay til nr. 22170.**

Husk at skrive dit navn på din indbetaling, samt, hvis du betaler til et hjælpeprojekt, projektets kodeord.

Redaktion:
Redaktør/grafisk design: Grethe Sørvig. Bidragydere: Lotte Ladegaard, Ole Ejnar Hansen og Lama Zopa Rinpoche.

Forside: Munke fra en lille gompa ved Mount Kailash (foto: Ole Ejnar Hansen). **Bagside:** Thangka af Medicin Buddha (tibetansk: Sangye Menla).

Trykkeri: Sangill Grafisk APS.

Indhold

Side 3: 'Konfliktløsning opfylder mange formål for tibetanske flygtninge', af Lotte Ladegaard, journalist.

Side 6: 'Chomolungma - Tingri Tang - Vejen til Chölung -', af Ole Ejnar Hansen, forfatter, rejseleder og fotograf.

Side 17: Annonce vedr. foredrag om Tibet i efteråret.

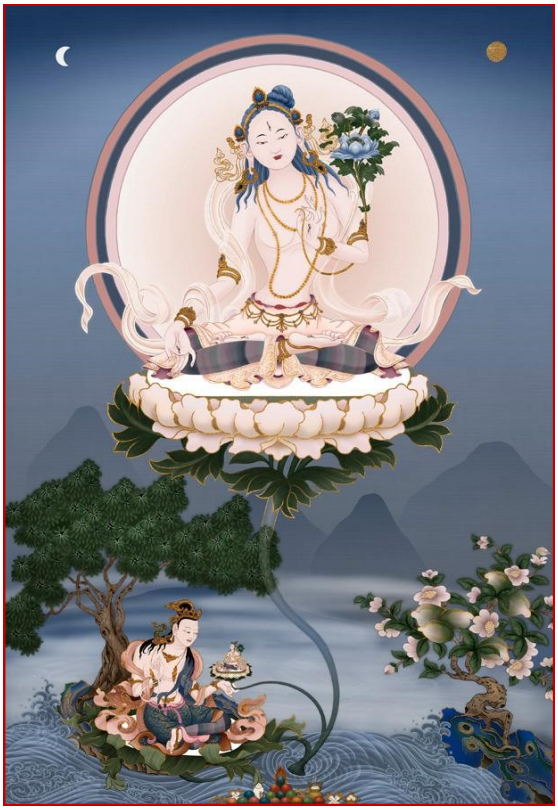
Side 18: 'Fordelen ved at bruge bedemølle i buddhistisk praksis', af Lama Zopa Rinpoche.

Side 22: Aktuelle projekter.

Side 31: Info om kontingentbetaling.

Side 32: Referat fra generalforsamling 2019, inklusive Årsberetning for 2018.

Side 34: Nyheder fra butikken.



Sonam Dechen Chophel. (Foto: Lotte Ladegaard)

Konfliktløsning opfylder mange formål for tibetanske flygtninge

af **Lotte Ladegaard**, journalist

KONFLIKTLØSNING // INTERVIEW – Det er 30 år siden, at studenteroprøret på den Himmelske Freds Plads i Beijing blev slået ned med vold. Det samme gjorde et munkeoprør i Tibet i 2008. I dag styrer Kina utilfredse stemmer og mindretal med jernhånd. Tibetanske Sonam Dechen Chophel er i eksil i Indien, hvor hun med dansk støtte hjælper flygtninge med at løse konflikter fredeligt.

"Vesterlændinge siger altid, at Dalai Lamas folk har ikke brug for konfliktløsning. Det er rigtigt, at vi har en rig, buddhistisk kultur og tradition omkring fredelig konfliktløsning.

Men vi er flygtninge i et fremmed land, og der er mange udfordringer. Med udfordringer kommer konflikter," forklarer Sonam Dechen Chophel.

"En af lærerne har fortalt mig, at hun egentlig ville have sagt op, men nu er hun blevet meget gladere for sit arbejde, fordi hun har fået nye, inddragende måder at undervise på"

Hun er med dansk terminologi anden-generations tibetansk flygtning i Indien, og så har hun stærke bånd til Danmark, hvor hun for nylig deltog i fejringen af Center for Konfliktløsnings 25-års jubilæum.

Sonam forklarer, at "hvis vi ikke forholder os til konflikter, ryger de ud af kontrol, bliver destruktive og voldelige. Alle flygtninge vil opleve, at de har brug for at forholde sig til negative bemærkninger på en værdig og respektfuld måde."

På opfordring af Dalai Lama hjalp politikeren, forfatteren og skaberen af det danske Center for Konfliktløsning Else Hammerich sammen med Lotte Christy og Bjarne Vestergaard derfor med at oprette The Tibetan Centre for Conflict Resolution i Dharamsala i det nordlige Indien.

Centret er fyldt 18 år

16 unge frivillige eksiltibetanere kom på kursus i sammenlagt et år, inden de blev certificerede i konfliktløsning. Derefter lavede de et valgsystem, og tre mennesker blev valgt til at lede The Tibetan Centre for Conflict Resolution.

"Mange organisationer dør, fordi de er afhængige af en enkelt person. Derfor skulle vi være tre. Jeg var den eneste kvinde, og jeg var yngre end de andre. Udover mig er en anden af de oprindelige ledere stadig del af centret," fortæller Sonam.

I mellemtiden er The Tibetan Centre for Conflict Resolution fyldt 18 år. I løbet af de år har centret besøgt samtlige tibetanske bosættelser i Indien. Sonam og hendes kolleger har arbejdet med alt fra små børn til 80-årige.

"Vi er gradvist blevet mere professionelle, og vi har udviklet vores egne metoder. Vi bruger meditation, rollespil, tegninger og reflektionsøvelser – med udgangspunkt i vores egen kultur, og på måder, som alle kan deltage i. Også mennesker, der aldrig har gået i skole," forklarer Sonam.

Konfliktløsning i stedet for bank

Hun oplever, at virkelig mange mennesker er interesserede og begejstrede. For eksempel underviste hun lærere i tibetanske skoler i at undervise uden at slå børnene. Traditionelt får børn i sydasiatiske skoler en masse bank. Men den indiske regering har forbudt lærere at slå børn, og lærerne anede ikke, hvad de skulle gøre.

De følte, at børnene mistede respekten for deres lærere. At bank var en måde at vise børn kærlighed på, fordi traditionen siger, at bank fører til respekt, som gør børn til bedre mennesker.

Lærerne var på kursus i fire dage, og de lærte, hvordan de kan løse konflikter uden vold.
"En af lærerne har fortalt mig, at hun egentlig ville have sagt op, men nu er hun blevet meget gladere for sit arbejde, fordi hun har fået nye, inddragende måder at undervise på," siger Sonam.

Centret afholder også kurser for nye flygtninge fra Tibet. Sonam har bemærket, at mange af dem har problemer med at omgås indere og andre tibetanere. "De kommer op at slås, og nogle ender i fængsel."

Den tibetanske eksilregering i Dharamsala bruger også centret til at undervise de ansatte, og andre organisationer bruger centret til at udvikle deres medarbejderes kompetencer inden for konfliktløsning.

En rolle at spille i Indien

Allermest stolt er Sonam dog over, at det er lykkedes centret at få skabt kontakt med indere.
Centret er kommet på de indiske myndigheders liste over anerkendte kursusholdere. Når myndighederne holder kurser, bliver hun inviteret med og får et lille honorar for at stille op.

"For nylig underviste jeg buschauffører og tilsynsførende ansat i det indiske transport- og motorvejsministerium. Alle var mænd, meget ældre end mig og meget barske. Der var 22 af dem, og de sad med krydsede arme og helt tillukkede ansigter. De stirrede bare på mig.

Vi forsøger aldrig at tvinge nogen til noget. Vi kommer kun med forslag, og vi er meget ydmyge. Vi ved, at vi har gode metoder, men det er deltagerne, der skal se meningen med det hele og forstå, at vi kan hjælpe dem med at ændre på den måde, de løser konflikter på.

Meget gradvist så jeg, at de her mænd begyndte at

åbne lidt op. Pludselig begyndte de at dele deres bekymringer, blandt andet om bestikkelse i transportsektoren", fortæller hun.

"Jeg er selvfølgelig glad for deres fremskridt, men jeg er i særdeleshed glad for, at vi som flygtninge kan bidrage med noget godt til det indiske samfund.
Når inderne forstår, hvad vi kan bidrage med, er det nemmere for dem at acceptere os. Det giver mig en rolle at spille i Indien, og det får mig til at føle mig meget mere velkommen."

Eksiltibetanere søger efter statsborgerskab

Indtil munkeoprøret i 2008 kom der stadig mange flygtninge fra Tibet til Indien. Siden har Kina styrket kontrollen med tibetanerne, og man skal have tilladelse til at rejse ud af landet. Ikke engang inde i Tibet må man bevæge sig frit rundt. Tibetanere er pilgrimme, der normalt rejser fra sted til sted. Det er umuligt nu.

Men livet i Indien er heller ikke ukompliceret for tibetanere. "Vi er under 100.000 tibetanere i Indien nu. Mange er rejst videre til EU, USA og Canada, fordi de håber at få et bedre liv der, og fordi de gerne vil have et statsborgerskab," forklarer hun.

Er man tibetaner uden statsborgerskab, er man så godt som stavnsbunden. Sonam havde for eksempel nok ikke fået lov at rejse til Danmark, hvis hun ikke havde haft indisk pas. "Mange lande ønsker ikke at modtage andre tibetanere end vores åndelige leder Dalai Lama," siger Sonam.

Ifølge Indiens tidligere grundlov, der gjaldt indtil 1987, blev man automatisk indisk statsborger, når man var født i Indien. Det er Sonam. Med den nye grundlov får man ikke længere automatisk statsborgerskab, selvom man er født i Indien. Det er et problem både for andengenerations tibetanske flygtninge i Indien og for nye flygtninge.

Mange tibetanere føler også, at det er upatriotisk at få indisk pas. Min far ville aldrig have søgt om det. Jeg gjorde det af hensyn til min søn.
Med ændringerne af grundloven vil min søn aldrig få mulighed for at søge om indisk pas, hvis jeg ikke har det. Han risikerer også, at nogen siger til ham, at han ikke hører hjemme i Indien, og at han bare kan rejse hjem, hvis han ikke har indisk pas.

Det er sket før, og det kan ske igen," konstaterer hun.

Alligevel er hun yderst taknemmelig over at være flygtning i Indien.

"Vi har det bedre, end flygtninge har det i Danmark. Vi bor i helt åbne bosættelser. Der er ingen lukkede flygtningecentre. Vi har vores egne skoler, og vi har lov at have vores egen kultur. -

- Artiklen var først publiceret i net-magasinet POV.International den 10/6 2019. Både artikel og foto er gengivet med tilladelse fra forfatteren.

Om forfatteren

Lotte Ladegaard er researcher, skribent, fotograf, kursusleder og projektrådgiver med eget firma, med særlig fokus på rettigheder, børn og unge samt Asien og Afrika.
Hun er uddannet fra Danmarks Journalisthøjskole i 1993 og selvstændig konsulent og freelancejournalist siden 1999. Ind i mellem dog med længerevarende kontrakter og enkelte fastansættelser:

- Teknisk rådgiver på deltid i Bangladesh for Red Barnet (2005-2009)
- Teknisk rådgiver for Ulandssekretariatet i Bangladesh (2002-2004)
- Freelancejournalist med base i Sri Lanka (1999-2002 samt 2004-2005)
- Journalist hos Red Barnet (1995-1999)
- Journalist på Ritzau (1993-1995)

Töllung La

CHOMOLUNGMA – TINGRI TANG

- VEJEN TIL CHÖLUNG -

Tekst og foto: Ole Ejnar Hansen, forfatter, fotograf og rejseleder

JERN HESTENS ÅR/NOVEMBER 1990

Vi er på vej til Chölung—hvor er det så henne? Men hvis vi ikke tager helt fejl, er det et sted på landevejen lidt nord for markedsbyen Nyalam. Det er sidst på formiddagen, og der er både forsinkelse og ændringer i programmet. Familiens yaks har været svære at finde oppe på de tyndt bevoksede skråninger, men omsider ser vi, at Norbu er på vej op ad bakken med to af slagsen.

Gyaltsens søde gamle mor nikker sigende til os, at nu skulle der ikke være flere problemer med at komme af sted, og som en sidste salut ønsker hun os god rejse ved at række tungen langt ud af munden. I ventetiden er det imidlertid blevet klart, at hverken Gyaltsen eller Jigme, som jeg kender bedst, skal følge os.

Året er 1990, og jeg er i Tibet for anden gang, denne gang med Lone. Det er lykkedes os at finde frem til nogle gæve bjergbønder, der lever lige nord for Mt. Everest, her kaldet Chomolungma og Cho Oyo i landsbyen Nechung langt ude på Tingrisletten.

Folkene hedder Jigme, Gyaltsen, Dawa, Chamba m.fl., og jeg mødte dem for to år siden i Khumbu, Nepal, hvor de var taget til Namche Bazars lørdagsmarked. Disse folk tilbød mig følgeskab tilbage til Tibet over passet Nangpa La og til deres hjem nær Tingri.

Jeg fulgte dem over det 5.700 meter høje pas og ind i tibetansk land i en højtliggende teltplads

Det er tærsketid i Nechung. I baggrunden Cho Oyu 8.201 meter, Tingri

kaldet Dzablum tæt under Cho Oyus basecamp. Dér måtte jeg erkende, at jeg ikke havde ressourcer nok til at fortsætte projektet. Hverken proviant, vilje eller mandsmod.

Lone og jeg har nu sovet to nætter hos Gyaltsen og hans venlige familie. Her har vi arrangeret en fire-seks dages tur ind over slette og bjerg mod en lille by, der hedder Chölung ved vejen til Nepals grænse.

Derimod bliver det Gyaltsens svoger, Norbu, og Chömis gamle far, Dansang, der følger os. Nogen forståelig forklaring har vi ikke, men formoder, at disse to mænd bedre kunne undværes til den forestående tærskning! Vi hilser på Dansang, en lille mand med venlige træk og skindhuen på sned.

Men endelig er vi på vej, vinker farvel til Nechung - "Kaley pey/kaley shu!" farvel, farvel! og mens vi går ud af byen , mumler Norbu et rituelt mantra og smider lidt korn over den ene skulder. Vores rygsække er spændt forsvarligt på den ene yak, og godt for det, for pludseligt tager fanden ved den... idet den laver et bagholdsangreb på den forangående. Begge dyr springer lidt forvirret rundt, og det er påfaldende, så letbenede og graciøst de bevæger sig. Det skulle åbenbart lige sættes på plads, hvem der er førerdyret her. På den anden yak ligger et par store bylter og nogle lange stokke. Jeg spørger med store armbevægelser, om det er teltet? "Yakpo kur", siger Norbu med stort set det samme tegnsprog.

Vi følger grusvejen ned mod landsbyen Sharto, men svinger så op gennem en mindre slugt. Er hurtigt oppe i omkring 4.700 meters højde og har en storslået udsigt over den nordlige del af Tingrisletten. Som en ørken ligger den for vore fødder, og ca. 15 kilometer væk ligger markedsbyen Old Tingri.

Mod sydøst ser vi for sidste gang det dejlige Cho Oyu og langt ude i horisonten Chomolungma, delvist skjult mellem mindre og ukendte toppe. Vi fortsætter en tid heroppe på kammen og krydser endnu et lille pas. Sletten ligger vel 200 meter under os, og i sydvest rager Choksiambjergene op til små 7000 meter.

Lone ælter tsampa til en blød dej i det røgfyldte nomadetelt.

Så går det ned igen og ret stejlt. Dyrene fører an, og vi sjosker ned over den udtørrede græsmark. Passerer på vejen de sørgelige rester af en gompa, sandsynligvis smadret under kulturrevolutionen, men på grund af vind og vejr heroppe i højderne, ligner det et levn fra middelalderen.

Ved en lille bæk gør folkene tegn til, at vi skal holde en pause. "Skal vi blive her?" spørger Dansang med tydeligt kropssprog. "Mindu" - Nej, siger vi, hvilket betyder benægtende. Godt nok er skyggerne ved at blive lange, men det er ikke mange timer siden, vi forlod Nechung.

Måske et sted ovre på den anden siden sletten, siger vi til hinanden. Vi smider støvlerne, skifter til kondisko og vader over bækken. Men det varer ikke længe inden Lone taber pusten, og snart efter gør Dansang og Norbu holdt ved et simpelt vindly midt ude i det åbne landskab.

Dyrene bliver lettet for deres byrder, og det tunge uldtelt er hurtigt oppe. Ind med deres tasker, tæpper og bylter og ind med vores store rygsække. Dansang sætter komfuret midt i teltet - det er en gammel rusten 10 liters oliedunk uden bund. Vi - især Norbu - samler yakmøg. Ja, vi er bogstavelig talt så langt ude, at selv lort har værdi. Ikke blot værdi, men en afgørende forudsætning for, at mennesker kan få ild og noget varmt at spise og drikke. Der findes ikke andet brændsel over 4.500 meters højde.

For Norbu er det ikke noget problem at finde brændsel. På fem minutter har han favnen fuld. Dansang er flittig med blæsebælgen. Med et primitivt fyrtøj, som han løsner fra sit bælte, har han hurtigt skabt ild ved at slå jern mod sten. Efter et par forsøg får han fut i lidt tørt græs, hvorefter det går let med blæsebælgen.

Øjnene er ved at trille ud af hovedet på os, dette er noget, man læser om i gamle bøger; her sker det lige for vore øje og virker så naturligt som at hente vand i bækken.

Teltet er åbent i toppen således at røgen kan slippe ud, og teltstængerne står udenfor. Men en del af dette yakmøg er ikke tørt, og snart er vores lune og hyggelige telt forvandlet til en røgovn. Vi er

Dansang, en ældre og ansvarlig mand, og i modsætning til os ved han præcist hvor langt det er til Clölung

ved at kvæles, og snottet løber ud af næsen på mig. Vi glider længere og længere ned mod jorden for ikke at gå til, og med jævne mellemrum ser vi os nødsaget til at kravle ud.

Væk fra denne fælde af lige dele kuldioxid og ammoniumsdampe. Åh, frisk luft, jeg hiver den dybt ned i lungerne og må konstatere, at den er endog særdeles frisk. Temperaturen er allerede faldet til omkring frysepunktet. Folkene griner lidt af vores krumspring, røgen synes ikke at genere dem.

Det tager ca. tre kvarter at bringe tre liter meget koldt vand til kogepunktet - ved hvilken grad det så end er i denne højde.

Dansang pumper med blæsebælgen, det bedste han har lært. Vi skal have te samt tsampa og yui. Yui er let poppede bygkorn, som Norbu medbringer i en lille skuldertaske, og det er det nærmeste, man kommer snack i det rigtige Tibet. Jeg smagte det første gang i 1988, da jeg rejste med Peter Post, og huggede det så grådigt i mig, især fordi det var godt og uventet, med det resultat, at jeg knækkede en sølvplombe. Denne gang mindes jeg, hvordan tærskefolkene i Nechung fejer pladsen ren ned til det allersidste korn, og jeg undersøger omhyggeligt de poppede korn for sten, inden jeg kommer dem i munden. Men der er serveret, teen er klar, og vi finder vores beskidte krus frem og bæller så meget af en sorte te, som vi orker.

Vi arbejder det bedste, vi har lært med at ælte tsampa til dette særlige dejlignende stof, som tibetanerne spiser hele dagen som erstatning for brød. Norbu haler et stykke umanerligt gammelt kød frem af sin taske. Det er ganske let og ligner til forveksling et stykke lakridsrod. Om det har hængt et eller to år er umuligt at gætte, og spørgsmålet er, om det overhovedet har nogen som helst kalorie– eller proteinværdi! Men gumler man længe nok på det, kommer både fedt og kødsmagen frem. "Yakpo du?" Er det godt? Spørger Norbu og blinker med sit raske øje, hvorefter han pudser næse i jakkeærmet. Dansang sætter vand over til endnu en balje te.

Optræk til konflikt

Det er en krystalklar morgen, og det blændende lys er overvældende. Vi ligger i et tibetansk yakuldstelt midt på en ubeboet slette. Folkene er allerede i gang med at koge mere vand til te og er i øvrigt ualmindeligt længe om at gøre sig klar til afgang.

I nat havde dyrene stået sammenbundet tæt ved teltet, men et eller andet forskrækkede dem, og de rev sig løs. Vi vågnede ved folkenes råb og så netop, at den aldrende Dansangs ædlere legemsdele hoppede ud af teltet mellem et par hjulede ben...

Uheldigvis har en af yaksene i forvirringen trådt ham over foden og vistnok slået ham omkuld. Han har ondt i hovedet. Først hen under middag er Dansang og Norbu klar til at gå, og vi er igen på

vej. Vi følger et meget spinkelt spor ind over den store slette og tager retning mod en åbning i bjergene mod sydvest. Sletten er nærmest gold ørken, og alligevel er her liv. Faktisk en del fugle, fx vipstjert, hærfugl og en fin spurv, med ryg og vinger, der changerer mellem sort og grøn, samt rødbrun på hale og hals. Rødnæbbet krage og ind i mellem snorkende ravn. Små lystige firben vimser rundt, og pibeharer ser vi også en del af.

Vi kravler over en mindre bakke, som udgør et pas mellem højere bjerge. Græsset er pludselig tæt, og selvom det er vissent og tørt, er det lækker spise for vores to yaks. Forude rejser snebjerge sig til vel 6.000 meter, ikke dramatiske, men blødt afrundede som norske fjelde. Vi er på vej op gennem en bred dal, da folkene gør tegn til os om at trække ud til et vandløb, som ifølge vores simple kort kunne være Gya Chu.

Vi skal over denne lille flod, og jeg skal netop til at bede Dansang om at stoppe op et øjeblik således at Lone og jeg kan skifte til kondisko, da yaksene kådt springer ud i det kolde vand for at slukke tørsten. Fandens også, det bliver koldt. Vandløbet er kun seks-otte meter bredt og ca. en halv meter dybt. Vi smider igen støvlerne og går på bare tæer ud, hånd i hånd. Vandet er isnende koldt og strømmen som vanligt stærkere, end den ser ud.

Følelsen er straks lammende, og én tanke suser gennem mit hoved: ikke falde, penge, pas, flybilletter. Men Dansang og Norbu har selvfølgelig tjek på situationen, resolut griber de vores hænder, og vi er hurtigt ovre på den anden side.

Men nu starter en konflikt, som afgørende skal ændre vores lille eventyr, og som skal plage os de næste par dage. Folkene løsner bagagen fra dyrene og lader forstå, at det er her, vi skal sove i nat. ”Mindu - mindu!” siger vi i munden på hinanden, ikke sove her i nat, siger vi tillige med kropssprog. De slår ud med armene og siger en hel masse, vi ikke forstår.

Klokken er kun 14.30, og vi har gået i tre timer. Skal dette være stilen, kan det vare længe, inden vi når Chölung. Det bliver en lang og sej diskussion på flere forskellige sprog, som ingen af os gensidigt forstår! Og det er igen sent på dagen, før de forstår, at vi ikke kan acceptere en dagsmarch

Morgenlys på Jowo Rabsang 6.600 meter, Tingri Sletten

på kun tre timer. I mangel af begribeligt sprog bruger jeg mit ur og en lille lommebog til via små tegninger at illustrere mit standpunkt. Endnu engang gennemgår jeg aftalen, og denne gang mest for os selv: Vi har en aftale om, at Norbu og Dansang viser Lone og Ole vej til Chölung, og betalingen er 25 yuan om dagen til hver... Endelig går Norbu efter dyrene. De pakker hurtigt og finder en lille sti op langs vandløbet.

Men solen står allerede lavt, så det bliver ikke langt. Efter en times tid må vi bøje os og acceptere, at det var hertil, vi nåede i dag.

Men her er smukt, meget smukt. Storslået ødemark og jomfruelige ukendte toppe i Laptse Himal. Teltet står på en lille eng tæt ved bækken. Ret over for os stiger dalen blødt og udramatisk op til snegrænsen for til sidst at dele sig i flere separate toppe. Lidt tilbagetrukket hæver der sig en markant kegleformet top. Det forekommer umiddelbart let at kravle op på disse toppe.

Bjergene er dog et sted mellem 6000 og 7000 meter høje, så det er fraværet af kendte størrelser som fx bygninger eller træer, der får afstanden til at synes lille.

Den hvide kegle! Jeg er næsten sikker på at have set den før, og hvis det er tilfældet, kan det kun være oppe fra Friendship Road i passet Lalung Leh i 1988. Det må betyde, at vi ikke er langt fra vores mål Chölung og vejen til Nyalam, og køremulighed ned til Nepals grænse.

25 yuan om dagen! Pludselig forstår jeg, at det er det, der plager folkene. Jeg har lige fra start skønnet helt forkert af afstanden og dermed givet indtryk af, at det var helt i orden, hvis blot turen kunne klares indenfor fem-seks dage. I virkeligheden tager det måske kun tre-fire dage at nå Chölung. Medmindre Norbu og Dansang kan nedsætte kadencen til tre-fire timer om dagen.

Solen forsvinder bag bjergene i vest og efterlader himmelrummet purpur... Men det store mørke skal ikke sænke sig over os denne nat, for imod øst - derfra hvor lyset uafvendeligt kommer tilbage, er et nyt lys tændt. Den 9. måne i Jern-Hestens år er netop blevet født og medvirker således til, at dette land ikke skal hjemsøges af dæmoner eller andet djævelskab i nat.

Pige i hjemmevævet uldtøj, Tingri.

Men romantikken og magien bliver hurtigt væk inde under teltdugen, hvor Dansang søger at holde ild i det halvtørre yakmøg.

Endnu en aften må vi springe ud med jævne mellemrum for ikke at blive kvalt. Vi finder en pakke nudler frem og lader dem koge lidt i teen. En udmærket aftensmad til afveksling for tsampa. Desuden drikker vi adskillige kopper te - det er ganske enkelt vores væske, og i øvrigt er det uhøfligt at afvise. Vand drikker vi næsten ikke, da det er iskoldt, og jeg ikke medbringer jodpiller.

Vi medbringer et antal dåser med oksekød og fisk, 10 pakker instant nudler og en masse små poser med hønsekødsuppe. Vi har også en stor pose tørrede abrikoser, så vi behøver ikke at sulte

de næste tre-fire dage. Aftalen med folkene er desuden, at vi kan spise af deres tsampa og drikke så meget te, vi orker. Men det sære er, at vi ikke har megen appetit. Et ofte beskrevet problem for bjergbestigere og højlandsvandrere.

Vi lægger os tidligt. Jeg nærmest ildstedet, for - skal vi sige - at beskytte min kvinde. Jeg har lånt en sæk for at skærme min sovepose fra komfur og gløder. Dansang og Norbu ligger så på den anden side af ilden i deres tykke fåreskindsposer. De afklæder sig meget mere end os og kravler halvnøgne i posen.

Det bliver en kold nat, og til morgen er bækken frossen. Men stemningen mellem vores vejvisere og os skal snart vise sig at blive endnu koldere. Folkene er ikke til at jage ud af stedet, og den ene balje te afløser den anden.

Jeg skælder ud, peger op på grønningen, hvor dyrene endnu går og hygger sig med at æde. Signalerer med store armbevægelser, at de skal se at få dyrene hentet og pakket, så vi kan komme afsted. Vi forstår, at de piber over manglende æde til dyrene videre frem. Men den køber vi ikke, de kender udmærket området og har selv lagt ruten. Desuden kan dyrene fodres med tsampa, hvis det skulle knibe - de forhaler tiden.

Vi har sovet to nætter, men kun gået én rigtig dagsmarch. Jeg har en fornemmelse af, at der højst er to dage til Chölung, og prøver en ny taktik: 50 yuan til hver, når vi er i Chölung! Men intet sker, og Norbu viser seks fingre for seks dage og nævner samtidigt Jigme og Gyaltsen. Er det i virkeligheden Jigme og Gyaltse, der har planlagt at trække tiden ud, men ikke deltager, fordi de ikke ville tage problemerne undervejs?

Klokken 11.00 tager vi en rask beslutning. Siger til dem, at de kan pakke sammen og gå hjem til Nechung. Vi klarer os alene og har ikke længere brug for deres hjælp. Uden flere ord pakker vi vores ting sammen og går .... dog ikke ret langt. Dansang kommer løbende efter os, og efter endnu en forhandlingsrunde - here in the middle of nowhere, accepterer de endelig at gå tre timer inden frokost og to timer senere, inden vi slår lejr.

Stemningen er dog ødelagt, og vi er vrede og skuffede. Har gjort nogle klare fejl, som vi burde være erfarne nok til at undgå. Men manglen på sprog har skabt de største problemer. Måske skulle vi blot have stukket dem den resterende betaling op til seks dage, da vi blev opmærksomme på denne side af sagen. Men havde det ændret noget?

Vi var trods alt afhængige af deres hjælp, og de kunne stadig have valgt at sidde med korslagte arme og koge te. Men dårlig samvittighed synes nu også at nage folkene, ikke mindst Dansang, som er en moden og ansvarlig mand og i modsætning til os ved præcist, hvor langt det er til Chölung. Han kan trods alt ikke bære, at vi skal gå resten af vejen alene og måske overnatte to gange uden teltet og den livgivende varme te.

Med udsigt til Shishapangma

Det skal vise sig at blive en noget vanskeligere dag, end jeg troede. Det går op og ned, ikke særlig stejlt, men lange seje bakker her tæt under 5.000 meter. Landskabet stadig mere goldt, og snetinderne rykker tættere på. Sporet frem et dog ikke til at tage fejl af, og på lange stræk ligner det en regulær studevej.

Og for første gang på denne lille tur passerer vi i dag tegn på civilisation i form af to mindre manimure. Måske er denne simple vej engang i tidernes morgen blevet trådt af fromme pilgrimme på vej til Milarepas hule samt af handelsfolk på vej til Nyalam, der er kendt som stedet, hvor man får en god pris for sine geder og får.

Jeg har hæmorider! Hyggeligt ikke? Og i dag er det for alvor ved at blive et problem. Det generer selvfølgelig at gå, og med jævne mellemrum må jeg forsøge at presse det op, der hænger ud! Tror at det skyldes længere tids hård mave og vanskelig afføring, der igen skyldes den

Enlig kvinde samler yakkasser nær Zamphu.

ensartede mad, der er næsten uden fedtstoffer. Hvem fanden tænker også på at medbringe midler mod hård mave? I lommen har jeg dog hver dag tørrede abrikoser, de burde vel hjælpe på forstoppelsen. Men ikke nok med det, jeg slæber også rundt med en halvgammel bihulebetændelse. Lone, derimod, er frisk som en lammegrib.

Vi går ret imod en højtliggende gryde omkranset af imponerende tinder. Af vores kort fremgår det, at vandløbet Gya Chu kommer fra en lille gletschersø her på nordsiden af Choksiam. Det må være oppe i denne gryde. Vi runder endnu en bjergkam, og stien fører nærmest vestpå, op i en højdal og op mod en ridge et par hundrede meter over os. Er det passet Lahlung Leh? Passet ude på hovedvejen? Vi går så lavt, at det er umuligt at se eventuel trafik. Dansang kalder passet Chölung La.

Sejt går det op, og vi må se yaksene overhale os. I passet står som vanligt en stor latse med de klassiske bedeflag, khata og enkelte beskyttende horn. Det er koldt og blæsende, så vi er hurtigt på vej ned igen. Der ligger sne på denne side, og et gigantisk udsyn møder os. Vi er vel oppe i 5.200 meters højde, og det kan ses... under os og 30-50 kilometer frem bølger lavere bjerge gennem landskabet - ja, som et hav med store dønninger.

Men over disse endeløse tibetanske folder rejser der sig et stort snebjerg, som jeg ret sikkert identificerer som Shishapangma 8.013 meter højt, beliggende i Langtanggruppen, men lige indenfor Tibets grænse og dermed Tibets højeste bjerg.

Sporet fører os stejlt ned mod en langstrakt og mere snæver dal. Solen står nu lavt, og klipperne bag os lyser i varme okkerfarver. Yaksene viser vej tæt fulgt af Dansang og Norbu i deres karakteristiske gang med hænderne på ryggen. Snart efter passerer vi små græsgange, og vi beslutter at slå lejr for dagen heroppe, hvor vi har det store udsyn.

Skulle der mon være en lille landsby nede i dalen under os? Lone og jeg går lidt videre for bedre at kunne overskue den langstrakte dal, men nej! Stadig ingen beboelse i syne, så langt øjet rækker. Ikke et menneske har vi mødt på denne tur, men mennesker har sat spor:

Ensomme står de på deres post
knejser mod den blå himmel.
Tyste og ranke
overvåger de tidens foranderlighed.

I regn og frost
i brændende sol
end ikke en bidende vinterstorm
får dem til at fortrække.

Bjergenes stumme tjenere
der fortæller alt
og viser os rejsende vej:
Varde - cain - latse.

Solens sidste stråler står os i øjnene, mens mørket kommer snigende. Som et tæppe bliver det langsomt trukket over det ene bjerg efter det andet, men endnu står klipperne bag vores lejr i strålende sol. Lige nu, lyser de op som gyldent rav, i de mørklagte omgivelser. Men herligheder er flygtige, snart efter slukkes lyset. Eventyrklippen visner hen og bliver ét med den dunkle nat. Nothing is permanent, except change!

Teltet står og ryger på den lille græsgang. Dansang arbejder som vanligt med blæsebælgen. Det groftvævede sækkelærred er spundet af yak, vævet i smalle baner og syet sammen af mange stykker. Bardunerne er reb på tykkelse med slæbetov, igen er materialet yakuld, spundet på håndten og knyttet i et dekorativt mønster af lyst og mørkt garn.

Man bruger ikke pløkke, men finder nogle solide sten som anker. Det er rummeligt og må veje 20 - 30 kilo. Røgen er forfærdelig og naturligvis ødelæggende for slimhinder og lunger, men tjener også et formål. I husene sætter røgen sig som sod på tagkonstruktioner og bliver derfor imprægnering imod råd. Ligeså med teltet, det bliver tættere, og kulde og regn har svært ved at trænge ind.

Klokken er kun 18.30, da dagen takker af, og det absolut sidste lys dør ud på Shishapangma. Vi tager en dyb indåndning og kravler ind til Dansang og Norbu. Vi skal have kartofler til aften, og stemningen er god. Lone finder et par dåser frem med oksekød og fisk. Resten af vores forråd, nudler og et kilo tørrede abrikoser, giver vi til folkene, da vi er ganske sikre på at nå Chölung og landevejen i morgen.

God nat, sovet lunt i posen og friskt om næsen, her i små 5.000 meters højde, 20. november 1990. Men vågner alligevel med hovedpine, da små vanddråber drypper ned i mit ansigt - er teltet alligevel utæt? Nej, der er tale om optøede iskrystaller fra teltsiden, nu da der er gang i komfuret.

Endnu en smuk og frostklar morgen. Frost indtil solen når ned til os for dermed straks at bringe soltemperaturen 20 grader op.

Zamphu dreng

Chomolungma - Mount Everest

Islaget på de små bække smelter, og som om nogen havde åbnet for en hane, får bækken livet tilbage og begynder at risle ned mod dalen. (Nothing is permanent...).

Yaksene er ikke til at se denne morgen, så Norbu er gået op ad bjerget for at finde dem. Shishapangma fremviser al sin pragt. Som et ensomt beliggende eventyrslot dominerer det landskabet. Hovedtinden er jævnt stigende fra begge sider og bevogtet af fire stejle tårne. Det er stort—meget stort. Fortrængt er frustrationer, ærgrelse og vrede. Verden lige her er storslået i al sin magiske stilhed. Eneste lyd er bækkens stille risle... men jeg fornemmer også basuner. Om det er Mahlers eller buddhistiske dakiniers er lige nu underordnet. For denne fredfyldte morgen er som en skabelse. Ren og skær - en åbenbaring.

Klokken 10.00 er vi omsider på vej., stadig meget sent, men vi skal nyde den sidste dag. Ved bækken finder vi små fine asters, blåklokker og edelweiss. Murmeldyr tumler op og ned af deres huller og sender skingre signaler om fare til hinanden. Langt ude i vest ligger en markant tinde, jeg tror det er Kang Benchen 7.299 m. ved Paiku Søen.

Passerer endnu en lav manimur, men stadig ingen bebyggelse. Vi er kommet noget foran Norbu og Dansang, men ved en krumning af vandløbet ser vi, at Norbu kommer halsende efter os, vildt fægtende med arme og ben. "Dansang har ondt i hovedet, vi må ha' en pause og noget te...," siger han med tydeligt kropssprog. Vi har været på farten i tre timer og kunne selv trænge til lidt at drikke. Men jeg slår fast, at jeg forventer, at vi når Chölung i dag.

Komfuret buldrer igen, og i mellemtiden er jeg på opdagelse i ruinerne af en gompa. På en lille høj over vandløbet står de sørgelige rester af et mindre tempel. Tømmeret er for længst ført væk og brugt til andre byggerier, tilbage står kun de rå mure.

Kommer forbi tre små vandmøller, som dog ikke ser ud til at blive brugt mere, men de er det mest konkrete tegn på menneskeligt liv de seneste fire dage. Dalen grønnes mere og mere, men mere afgørende er, at en lang række telegraf-

master viser, at vi er ude ved hovedvejen. Friendship Road, vejen til Nepal. Vi ser en støvsky rejse sig nede i dalen. En jeep! måske er det ikke for sent med et lift.

Afskeden bliver kort. Chölung ligger lige inde i en slugt, på den anden siden landevejen. Vi vælger at stoppe her, måske kan vi nå Nyalam inden aften. Dansang og Norbu får deres penge, og vi tager pænt afsked.

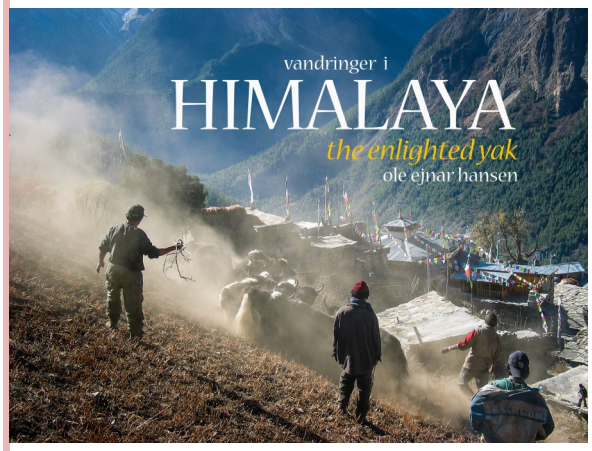
Vi hanker op i de tunge rygsække samt den mindre til brystet, og så er det blot ud ad den støvede landevej. Dejlig følelse at være i mål samt at kunne kontrollere situationen igen. Kommer til en lille gård, og bonden dér siger, jo! I kan stadig nå grænsen med et lift. Et par biler drøner forbi og efterlader os i en støvsky. Men kort efter lykkes det. En jeep stopper, to mænd er på vej til Nepal, og inden vi ser os om, er også vi på vej til grænsebyen Zhangmu.

Om forfatteren

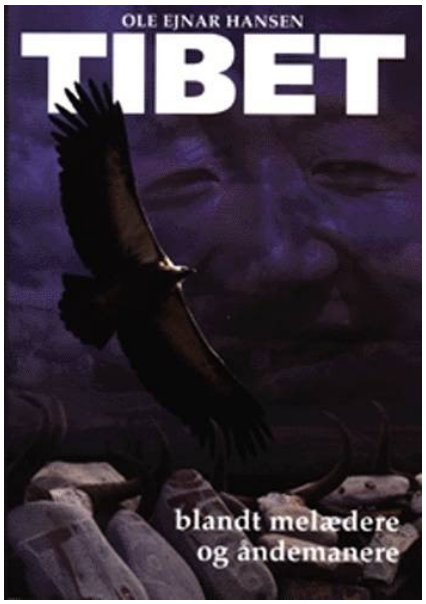
Forfatter og fotograf Ole Ejnar Hansen (f. 1943) er oprindeligt uddannet litograf og socialpædagog, og har i mange år været rejseleder i Tibet, Nepal, Bhutan og Nord Indien. Hans mange rejser, i sær til Tibet, og især til det hellige bjerg, Mount Kailash i Vest Tibet, har resulteret i 2 anmelderroste bøger: "Tibet - Blandt Åndemanere og Melædere" (1998) og "Vandringer i Himalaya" (2013). Han er også en kendt og meget populær foredragsholder. (Foto fra TV2 Lorry, hvor forfatteren blev interviewet i 2014 i forbindelse med udgivelsen af hans seneste bog, "Vandringer i Himalaya".

Bøger af Ole Ejnar Hansen

Til salg i Selskabets butik



Rejse- og fotobog med fantastiske billeder og fascinerende historiefortælling fra rejser og møder med lokalbefolkningen i Tibet og Himalaya-regionen. En bog man elsker at læse i, og med smukke billeder man drømmer sig helt væk i. 237 sider. Sprog: dansk. Pris Kr. 250,00.



Fascinerende og sjove rejse-beretninger fra to rejser i Tibet, hvor forfatteren rejser illegalt til fods, hest og med lastbil, primært i Vest Tibet, til forfatterens elskede Mount Kailash, hvor han har været 5 gange, både alene og som rejseleder. 271 sider. Sprog: dansk. Pris kr. 180,00.

Foredrag og billedshow om Tibet

Med forfatter, fotograf og rejseleder Ole Ejnar Hansen

Den 18. november 2019 kl. 18:30
Hjørnestuen, Vartov Konferencecenter, Farvergade 27, 1463 Kbh. K.
Entré: 60 kr. - 30 kr. for medlemmer af Selskabet.

Billetter fra kl. 18:00 ved indgangen efter "først til mølle-princippet" .
Vi tager kontanter og MobilePay

Gratis te, kaffe og vegetarisk snack

"Tibet - blandt melædere og åndemanere", del 2

Fra Kailas til Manasarovar og ind over Himalaya

Magiske Kailas – Snejuvelen i Vest Tibet

Vi lever af smør-te og tsampa – Tibets hverdagsmad – deraf "Melæderne".

Alle Søers Sø – Manasarovar. Ensomme klostre, naturens store rum, magien i stilheden.

På randen af sult møder vi fire gutter fra Dolpo Nepal, der viser os vej til nomaderne ved Angsi Dong Dong, og grænsepasset Chang La.

Langs floden Tage Tsangpo, til dens kilde i Himalaya.

Angsi Dong Dong, en nomadelejr under Himalaya.

Vi vælger at krydse grænsen til Nepal – illegalt.
...Kan man ustraffet gøre dette?

Lama Zopa Rinpoche. (Foto: Lenny Foster, 1999)

Fordelen ved at bruge bedemølle i buddhistisk praksis

Af Lama Zopa Rinpoche

Lama Zopa Rinpoche gav på buddhist centret "Medicin Buddhas Land" i Californien i juni 1994, nedenstående belæring om fordelen ved at benytte bedemølle i sin buddhistiske praksis.

I Solukhumbu (hvor Rinpoche kommer fra, red.) benytter alle ældre mænd og kvinder bedemøller hver dag. Når de er hjemme om morgenen, og om aftenen, inden de går i seng, holder de en mala i deres venstre hånd og en bedemølle i deres højre, mens de fremsiger mantraet Om Mani Padme Hung. Også når de går en tur drejer de konstant bedemøllen og reciterer mantraet Om Mani Padme Hung.

Som yngre praktiserende buddhist tænkte jeg ofte, "hvordan kan det at dreje en bedemølle være Dharmapraksis?" Jeg satte spørgsmålstegn ved dette ganske enkelt fordi jeg var uvidende om de gavnlige virkninger ved denne praksis.

Jeg var ikke klar over, hvor vigtig en praksis det er, og hvor gavnlig den er. Blot det at røre ved og dreje en bedemølle er i sig selv en fortjenestefuld og rensende praksis.

I Lawudo fandt jeg mange gamle håndskrevne tekster skrevet af Lawudo-lamaen. Den forrige Lawudo-lama hed Lama (Kunsang) Yeshe, og nogler mener, at han har noget med mig at gøre (Zopa Rinpoche er genkendt som inkarnationen af den forrige Lawudo-lama, red.).

Lawudo-lamaen havde ikke et kloster, men levede i tilbagetrækning i en hule. Han brugte megen energi på at kopiere tekster, der omhandlede praksisser på forskellige Vajrayana-guddomme. På den tid var den slags tekster meget sjældne, fordi man både skrev og kopierede dem for hånd.

Fordi de havde ligget i hulen, der var meget fugtig, var teksterne også blevet fugtige, og jeg plejede derfor at lægge dem udendørs i solen for at tørre dem. Hvis man ikke tørrer dem, vil der gå svamp i dem, hvorefter de bliver spist og gennemhullet af orme.

En dag, mens jeg lagde teksterne ud i solen, fik jeg pludselig øje på en gammel tekst imellem de andre, med titlen, "Mani Kabum". Den indeholder hele menneskehedens historie, evolutionen på denne planet, inklusiv hvordan Dharmaen kom til denne verden, og hvordan bevidste væsener i Tibet, Sneens Land, blev udvalgt til at blive besejret af Medfølelsens Buddha Avalokiteshvara.

Amitabha og Medfølelsens Buddha er essentielt et og det samme, og i mere end tyve år har Medfølelsens Buddha og Amitabha vejledt, ikke kun Tibet og Kina, men også de vestlige lande, især igennem at sprede Dharmaen.

I Mani Kabum så jeg en kort belæring om bedemøllens historie, og nogle få linjer om hvordan man visualiserer og mediterer, mens man drejer bedemøllen.

Bedemølle-praksissen er især udbredt i Tibet, og over alt hvor Mahayanas Vajrayana-belæringer bliver praktiseret. Nagarjuna gav praksissen til Dakinien med Løvehovedet (Sanskrit: Shri Singhamukha, red.), der gav den til Padmasambhava, som igen gav den til tibetanerne.

Efter, at jeg havde læst dette forstod jeg, at denne praksis ikke var ren nonsens, men at den havde troværdige referencer, og var både værdifuld og betydningsfuld. Fra denne tekst fik jeg forståelse for, hvor kraftfuld bedemøllepraksis er, som en metode til at rense sindet og opsamle fortjeneste.

I 1987, mens jeg befandt mig på Chenerezig Instituttet i Australien, lagde jeg mærke til, at stedet var blevet meget fredeligt. Det føltes så rent, at man gerne ville blive boende der. Chenerezig Instituttet havde ikke været sådan før, og jeg undrede meget over hvorfor energien havde ændret sig.

I den periode boede Geshe Lama Konchog i centret. Geshe La har lavet meget Dharma-praksis. Efter, at han flygtede fra Tibet opholdt han sig i mange år i tilbagetrækning i Milarepas huler i Himalaya-bjergene. Han lavede Nyungne-praksissen 2000 gange, dvs. den intense todages tilbagetrænings-praksis på Medfølelsens Buddha, og som også inkluderer, at man tager otte Mahayanaløfter og laver mange glidefald og mantraer.

Geshe Lama Konchog har trænet sit sind, og har stor indsigt i Dharmaen, så jeg troede, at Chenerezig Instituttets renhed og ro kunne være på grund af hans bodhichitta.

En dag, i slutningen af mit ophold der, gik det imidlertid pludseligt op for mig, at ændringen af stedets energi skyldtes bedemøllen. Den var ny, den havde ikke været der før. Bedemøllen på det sted, er meget mindre end den, der er her på "Medicin Buddhas Land", men den indeholder også mange mantraer på mikrofilm, og er desuden meget smukt lavet.

Senere, da jeg var i Brasilien, gav en elev mig en bog skrevet af én af Tarthang Tulkus nære disciple, om hans erfaringer fra da han havde ansvar for bygning af stupaer og bedemøller på Tarthang Tulkus centre. I det ene kapitel nævner han, at efter at bedemøllen var blevet bygget blev hele området omkring totalt transformeret, og blev meget mere fredelig og behagelig. Dette bekræftede min tro på, at Chenerezig Instituttet var blevet så fredfyldt på grund af sin nye bedemølle. Så, en andens oplevelse af den samme effekt af at bygge en ny bedemølle bekræftede min opfattelse.

Der findes både Jord-, Vand-, Ild– og Luft-bedemøller. Et af de gavnlige sider ved bedemøller er, at de legemliggør alle de ti retningers buddhaer og bodhisattvaers aktiviteter. For at gavne bevidste væsener manifesterer buddhaer og bodhisattvaer sig i bedemøllerne, for at rense al vor negative karma og uvidenhed, så vi kan praktisere og nå Oplysningstilstanden.

Alle levende væsener - ikke kun mennesker, men også insekter - der befinder sig på steder hvor der er placeret bedemøller, bliver reddet fra genfødsel i de lavere verdener, de opnår en guddommelig form eller en menneskelig genfødsel, eller de bliver genfødt i Buddhas Rene Lande.

Hvis du har en Mani-bedemølle i dit hjem kan din bolig sammenlignes med Potala, Medfølelsens Buddhas Rene Land. Hvis du har en bedemølle ved siden af dig når du dør har du ikke behov for po-wa. Blot det at eje en bedemølle bliver en metode til at transformere sindet til et Rent Land.

Blot det at tænke på en bedemølle hjælper en døende person med at skyde bevidstheden op gennem den Centrale Kanal og ud i gennem Kronechakraet, og blive genfødt i Amitabhas og Medfølelsens Buddhas Rene Lande. Blot det at røre ved en bedemølle vil rense negativ karma og uvidenhed.

Det at dreje en bedemølle, der indeholder 100 millioner Om Mani Padme Hung-mantraer giver den samme fortjeneste som at recitere 100 millioner Om Mani Padme Hung.

Bedemøllen her i "Medicin Buddhas Land" indeholder 11,8 milliarder mantraer, så det at dreje den én gang er det samme som at have reciteret det samme antal mantraer. I løbet af de få sekunder laver du således rigtigt meget renselsespraksis, og opsamler rigtig meget fortjeneste. Dette er en af bedemøllens mange gavnlige virkninger.

Mantraruller med millioner af mantraer til små og store bedemøller, lavet af munkene på Drepung Gomang Kloster. (Foto: Drepung Gomang)

Når det gælder vand-bedemøller bliver det vand, der kommer i kontakt med møllen velsignet, og når dette vand løber ud i havet, eller i en sø, bærer det med sig kraft til at rense alle de mange millioner af dyr og insekter, der lever der.

Jeg har længe haft et stadig stigende ønske om at bygge en bedemølle i havet, men fordi jeg har været bedt om at hjælpe til med så mange andre Dharma-projekter, er ideen om at lave en vand-bedemølle blevet udsat igen og igen.

Da jeg imidlertid besøgte centret i Taiwan for nylig, nævnte jeg ideen i en samtale vi havde om bedemøller. En af centrets finansielle støtter, der har været leder i et stort familiefirma i nogle år, var meget glad for at få lov til at lave en vand-bedemølle, fordi hans firma var baseret på opkøb af fisk.

Fordi familiens velstand således var baseret på fiskeri, følte han, at familien skyldte fiskene noget, og han havde allerede tænkt på at gøre noget for at give tilbage og gavne fiskene.

Da jeg nævnte ideen om vand-bedemøllen, begyndte han næsten at græde, og spurgte, "Hvorfor beder du lige mig om at bygge en vand-bedemølle?" Efter, at jeg havde forklaret årsagen blev han meget lykkelig over at få opdraget.

Jeg nævnte også ideen om at placere den i havet, udenfor Taiwan, men han ville bygge den på Hawai, hvor vandet fra Stillehavet ville berøre bedemøllen, og gavne uendeligt mange levende væsener.

En Ild-bedemølle aktiveres af varmen fra enten et stearinlys eller elektrisk lys. Det lys, der kommer fra bedemøllen renser den negative karma til de levende væsener, som får lyset på sig. Det samme med en bedemølle, der aktiveres af vinden. Den luft som berører bedemøllen bliver velsignet af kraften i bedemøllen, og denne vil derefter rense negativ karma og forhindringer for de levende væsener vinden kommer i kontakt med.

Fordi bedemøller har så stor kraft til at rense negativ karma, er det en meget god idé at bruge dem. Efter, at jeg gav belæringer om bedemøllens gavnlige virkning på Kopan (Zopa Rinpoches hovedkloster i Boudha, Nepal. Red.) tilbød Lorna og Terry sig at gøre bedemøller tilgængelige for andre elever, der havde lyst til at lave

praksissen. De lavede, så generøst, rigtigt mange små bedemøller, og gav dem til rigtig mange elever, inklusiv til mig selv.

Jeg gav derefter min til Nepals konge. Da jeg nævnte for ham, at en bedemølle hjælper en i dødsøjeblikket, blev han pludselig meget kold. Jeg tror ikke det er almindeligt at tale med ham om den slags. Han spurgte, ' Er jeg nødt til at beholde den?". Jeg svarede, "Ja".

I de gamle tekster nævnes det også, at bedemøller beskytter imod at blive skadet af ånder og andre negative væsener, og også, at de helbreder sygdomme, hvorfor det er en god idé at bruge dem til healing.

Enhver, der har en sygdom, som fx AIDS eller cancer, kan, uanset om de har forståelse for Dharmaen eller ej, bruge bedemøllen til meditation og healing. Syge mennesker må gerne komme hertil, til "Medicin Buddhas Land" flere timer pr. dag og dreje den store bedemølle her, samtidigt som de laver de dertil hørende visualiseringer.

Der er to visualiseringspraksisser forbundet med brugen af bedemøllen. I den første visualiserer man, at der kommer lyse-stråler fra mantraerne i bedemøllen og, at disse fylder en med lys og renser væk alle sygdomme og årsagen til sygdomme, dvs. alle ens negative tanker og det aftryk de har lavet i ens subtile legeme.

Derefter visualiserer man, at lyset fra mantraerne fylder alle levende væsener med lys, og renser deres lidelse, negative karma og forhindringer.

I den anden visualisering strømmer der lys fra mantraerne og, som en støvsuger, der suger op støv, fjerner de sygdomme og negative ånder og - vigtigst af alt - årsagen til sygdomme, negativ karma og forhindringer. Alt dette absorberes eller suges ind i bedemøllen. Mens man reciterer fem eller ti malas af mantraet visualiserer man, at man renser sig selv på denne måde.

Afslutningsvis kan man, mens man reciterer mantraet, visualisere, at lyse-strålerne fra bedemøllen renser al lidelse og forhindringer fra alle levende væsener, inklusiv en selv, der således bliver befriet og hele den åndelige vej bliver aktualiseret, og man bliver til Medfølelsens Buddha. Du kan også lave *kora* (cirkumambulere rundt en stupa eller andre hellige steder, red.) med samme visualiseringer.

Hvis en person, der har AIDS, cancer eller en anden sygdom mediterer på denne måde hver dag, og i så mange timer som muligt, vil man helt klart få en effekt. Jeg kender personer, der er blevet totalt helbredt for cancer via meditation. Selvom man ikke har kendskab til Dharmaen, eller til reinkarnation og karma - hvis man gerne vil have fred i sindet og en fredfyldt død; hvis man gerne vil have en sund krop og psyke, så burde man benytte sig af denne ekstremt kraftfulde og meningsfulde healingmetode.

Lama Zopa med stor håndbedemølle. (Foto: Lama Yeshe Wisdom Archive).

Jeg vil gerne understrege, at syge personer kan benytte enhver stor og lille bedemølle til healing. Denne praksis er meget praktisk og meget meningsfuld.

For to år siden bad jeg Jim McCann om at bygge en bedemølle her på "Medicin Buddhas Land", ikke kun for, at folk skal lave denne praksis, men ligeså meget for at velsigne stedet. Det vil hjælpe alle insekter, dyr og mennesker. Jim og hans kone Sandra brugte meget tid og energi på at lave denne ekstremt smukke bedemølle. Jeg er dog også sikker på, at mange andre også har hjulpet til. Jeg vil gerne takke dem fra dybet af mit hjerte, for deres store og fantastiske arbejde.

Bedemøllen gør stedet her meget guddommeligt og dyrebart, som et rent land.

Artiklen er en belæring af Lama Zopa Rinpoche, transskriberet og redigeret af Jindati Doelter, anden redigering af Briege Wallbridge, og tredje redigering af Ailsa Cameron. Dansk oversættelse af Grethe Sørvig.

Aktuelle Projekter

Af Grethe Sørvig, formand for DSTK

KLOSTRE

Tibetan Nuns Project

Kodeord: TNP

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Rachen Nonnekloster

Kodeord: RA

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

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

De fleste af Rachens nonner bor nu på Kopan Kloster ved Boudha i vinterhalvåret, hvor de modtager medicinsk hjælp og buddhistiske belæringer og undervisning i tibetansk, engelsk, computer og andre mere almindelige fag, og opnår viden, som de viderebringer, ikke kun til de andre nonner på Rachen, men også til Tsum-dalens børn, der nu får en uddannelse de ellers ikke ville have mulighed for at få. Således er nonnerne medvirkende til, at velstanden i Tsum-dalen vokser.

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

Rachen er helt afhængig af støtte fra sponsorer.

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

Støtte til uddannelse

Uddannelses-støtte til Sherpa-børn

Kodeord: SHESKO

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

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

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

Individuelle sponsorater

Yeshi Lhamo 17 år

Tashi Lhamo 11 år

Kodeord: LHAMO

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

Da deres sponsor, en onkel, lige er død, og deres forældre er meget fattige, og skolegang i Tibet er meget dyrt, har de behov for hjælp til deres fortsatte studier.
Minimums beløbet for at de skal kunne fortsætte deres skolegang er 11.000 kr. pr. år.

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

Drepung Gomang Skole

Kodeord: DG

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

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

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

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

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

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

Lille munk øver sig i tibetansk kalligrafi.

Fælles middag på Drepung.

Children of Shambala

Kodeord: COS

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

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

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

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

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

Miljø, naturkatastrofer

Kanchha Sherpa Foundation

Kodeord: KSF

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

De underviser også lokalbefolkningen i miljø– og naturbevarelse og bæredygtig turisme i området. Mange beboere i området har mistet alt i forbindelse med naturkatastrofer, især i forbindelse med det store jordskælv i 2015, hvor regionen endnu ikke har modtaget hjælp fra myndighederne.
Der er således et konstant og stort behov for et rede hjælpeapparat, med nok telte, tæpper, materialer til reparation af huse osv., hvilket du kan være medvirkende til ved at støtte dette projekt.

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

Ældre, handicappede og syge

The Tsering Elders Home

Kodeord: TEH

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

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

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

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

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

Udsigt til gården på The Tsering Elders Home.

Kanchha Sherpa Foundation

Kodeord: SHE

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

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

Individuelt sponsorship

Chimey Yuton, 80 år

Kodeord: AMA

Chimey Yuton er 80 år gammel, og bor i landsbyen Yakde i nærheden af byen Shigatse, vest for Lhasa. Hun tilhører et hushold der består af 3 voksne og 2 børn. 2 af de voksne, inkl. hende selv, er ældre og syge, og har derfor ingen indkomst. Den 3. voksne i husholdet har et lille skrædderværksted, der ikke giver særlig meget. Flere i Chimeys familie, inkl. hendes mand, er døde af blødende mavesår, en sygdom, der ellers er nem at behandle, blot man har penge til lægebehandling og medicin. Chimey selv lider af en invaliderende reumatisk sygdom, og mangler penge til medicinsk behandling. Chimey og hendes familie har således behov for hjælp til medicin og andre fornødenheder, minimum 12.000 kr. pr. år.

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

Medicinske Projekter

Sangye Menla Trust

Kodeord: MENLA

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

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

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

Organisationen har for nyligt bygget et nyt stort center på en grund, der blev doneret til dem af en buddhistisk organisation. Her har de plads til 22 patienter og pårørende, der i smukke og hygiejniske omgivelser kan lave egen mad i et fælles køkken og komme sig før de rejser hjem til deres landsbyer.

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

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

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

Tsewa Association

Central Tibetan Tsawa Association

Kodeord: TSE

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

De hjælper fx i forbindelse med akutte og alvorlige sygdomme, hvor personen har behov for en operation, men ikke har råd til et hospitalsophold eller medicin, med ekstra lommepenge til projekter i forbindelse med unge, uledsagede flygtninges skolegang, de hjælper ældre og syge flygtninge økonomisk og de er sponsorer for flere unge studerende tibetanere i Tibet.

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

Dyrevelfærd

Dharamsala Animal Rescue

Kodeord: DAR

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

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

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

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

Kultur, sprog

Tibet Times

Kodeord: TT

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

Dansk Selskab for Tibetansk Kultur giver hvert år det, der tilsvarer en indisk journalists årsløn til Tibet Times, dvs. ca 25.000 kr.

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

Har du husket at betale kontingent?

Hvis du finder dit medlemsnummer nedenfor har du glemt at betale. Vi får mange anonyme indbetalinger, og hvis du skulle finde dit medlemsnummer nedenfor selvom du har betalt, er det muligt, at du har glemt at skrive afsender på din indbetaling. Hvis dette er tilfælde er du velkommen til at kontakte vores næstformand, Lillian Evang, tlf: 28 83 85 88 mellem kl. 19:30 og 21:00, eller at skrive til os på: dstk.info@gmail.com

4	23	41	47	58	104	111	145	173	226
227	257	261	294	325	353	357	363	393	441
451	465	496	528	636	638	655	667	818	826
844	849	854	885	944	986	1006	1101	1133	1151
1215	1243	1290	1306	1325	1343	1345	1346	1347	1350
1358	1367	1368	1372	1377	1387	1389	1414	1416	1418
1420	1423	1426	1429	1443	1446	1449	1450	1451	1453
1457	1460								

Referat inkl. Årsberetning for 2018

Ad 1. Valg af dirigent og referent

Grethe Sørvig blev valgt som dirigent, og Lillian Evang som referent. Grethe bød velkommen og konstaterede, at generalforsamlingen var lovligt og rettidigt indkaldt.

Ad 2. Årsberetning

Formand Grethe Sørvig fremlagde følgende årsberetning for 2018, som blev godkendt af generalforsamlingen:

Valg af bestyrelse

Efter valg af bestyrelse i 2018 bestod den af Grethe Sørvig, formand, redaktør og kasserer, Lillian Evang, næstformand, jurist og ansvarlig for medlemsdatabasen, Kirsten Sundsvold, Tsewang Lhundup, og Lis Gilager.
Suppleanter: Anni Qvistgaard og Wangdi Gyaljen.
Revisor: FLO regnskab.

Medlemmer

Pr. 31/12 2018 havde Selskabet 430 medlemmer

Medlemsbladet 'Tibet'

Selskabet udgav som vanligt 2 medlemsblade i 2018. Fra og med det sidste "Tibet" i 2018, skiftede vi trykkeri fra Laser Tryk a/s i Aarhus til det lille, men effektive og ligeså billige trykkeri, Sangill Grafisk ApS i Holmegaard. Et vellykket skift til et firma, der vægter personlig kontakt med kunderne, noget vi også sætter meget stor pris på.

Facebook

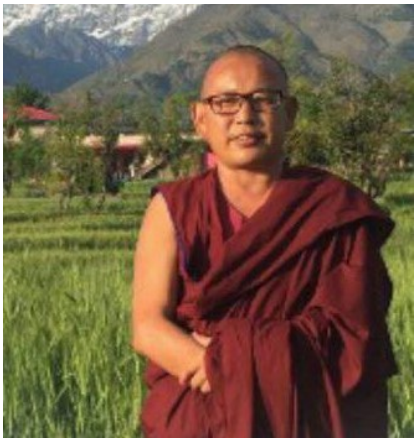
Der er en voksende interesse for Selskabets Facebookside, og flere og flere kommenterer og "liker" vore opslag. Som sidste år har vi også fået nye medlemmer via Facebook.

Butik og salg

Vi har i 2018 tjent kr. 44.318 på butikken, hvilket er kr. 15.110 mere end i 2017. Det meste af salget skyldes annoncering på Selskabets Facebook-side. Julemarkedet på Christiania gik også meget godt, det samme i forbindelse med andre arrangementer, hvor vi havde varer fra butikken med. Samtidigt havde vi ret store udgifter til indkøb af dyre varer i 2018, som fx tangkhaer og Buddhastatuer.

Arrangementer

12. januar: Et velbesøgt foredrag om "7-punkts Sindstræning" med Lama Geshe Lobsang Gedun på Phendeling Buddhist- center. Arrangementet var et samarbejde mellem Selskabet og den herboende tibetaner, Tenpa Gyurmey



Lama Geshe Lobsang Gedun

10. marts: Selskabet arrangerede demonstration i forbindelse med tibetanernes oprørsdag den 10. marts, foran den kinesiske ambassade, sammen med Støttekomiteen for Tibet og Students fora Free Tibet Denmark. Mens kinesernes store filmkamera, der som vanligt var opstillet i et af ambassadens åbne vinduer, sammen med en lige så stor mikrofon, optog demonstrationen fra begyndelse til slut, holdt politiker Pernille Frahm (SF), Poul Damgaard fra Støtte-

komiteen for Tibet og Selskabets formand, Grethe Sørvig, taler. Derefter sang vi den smukke tibetanske kampsang, 'Long Sho' og det lige så smukke tibetanske nationalhymne. De søde og generøse herboende tibetanere serverede medbragt gratis te, kaffe, kager og snacks til alle deltagere.

19. maj: I anledning af Panchen Lamas 29 års fødselsdag arrangerede Selskabet en lys-manifestation på Kultorvet sammen med Students for a Free Tibet Denmark.

2. september: Koncert med den berømte tibetanske multiinstrumentalist, danser og sanger, Tenzin Gønpo i Unitarernes Hus, der blev afsluttet med, at herboende tibetanske dansere dansede til Tenzin Gønpos sang og musik. Numrene på indgangsbilletterne blev brugt som lotterinumre til flere heldige vindere af udvalgte varer fra butikken. Flere medlemmer af Dansk Tibetansk Samfund hjalp til, i tillæg til, at de dansede for os, både med billetsalg og servering af kaffe, te, vin og kager, hvilket vi var meget taknemmelige for.

Tenzin Gönpo

8. - 12. december: Julemarked på Christiania. Som tidligere år delte vi bod med Students for a Free Tibet Denmark og tibetaneren Palden Andersen. Palden er en dygtig håndværker, og vi er meget glade for den flotte bod han bygger for os hvert år. Vi havde desuden en rigtig god indtægt på salget der i år.

Bestyrelsesmedlem Kirsten Sundsvold var, som de mange foregående år, tovholder på vores stand på julemarkedet.

15. december: "Thank You Denmark"-arrangement hos Dansk Tibetansk Samfund. Det tibetanske samfund i eksil i forskellige lande takkede i 2018 alle Tibet-støtter, og den 15. december var det tibetanerne i Danmarks tur, hvor medlemmer af bestyrelser fra Selskabet, Tibet Charity, Støttekomiteen for Tibet og Students for a Free Tibet Denmark blev inviteret til en storslået fest, hvor vi blev rigtig forkælede med et "Certificate of Appreciation", danseopvisning af herboende tibetanere, buffet med dejlig tibetansk mad og undervisning i momo-fremstilling, sandmandala-fremstilling og meget andet.

Danseopvisning af herboende tibetanske dansere til "Thank You Denmark"- arrangementet. Øverst: Pema Aage, t.h.: Tenpa Gyurmey og Dorjee Dölma.

Sponsorbidrag:
Selskabet har i år fået sponsorgaver på tilsammen kr. 152.988. Disse blev ligeligt fordelt mellem alle vore projekter. Stor tak til alle vores meget generøse sponsorer!

Ad 3. Regnskabsaflæggelse
Regnskabet, som også i år viste et stort overskud, blev godkendt af bestyrelsen.

Ad 4. Fastsættelse af kontingent
Prisen for medlemskab pr. år er den samme som før:
Enkelt medlemskab: Kr.250,00
To på samme adresse: Kr.350,00
Firma: Kr.500,00

Ad 5. Valg af bestyrelse
Bestyrelsen i 2018: Grethe Sørvig, formand, Lillian Evang, næstformand, Tsewang Lundhup, Kirsten Sundsvold og Lis Gillager.

Selskabets bestyrelse 2019, valgt på et ekstraordinært møde:
På valg var Kirsten Sundsvold, Lillian Evang, Tsewang Lhundup og Lis Gilager. Alle valgte at fortsætte på deres poster**.** Ikke på valg var Grethe Sørvig, der således fortsætter som formand.

Ad 6. Valg af suppleanter
Suppleanterne Anni Qvistgaard og Wangdi Gyaljen var på valg, og valgte at fortsætte på deres poster.

Ad 7. Valg af revisor
Revisorfirmaet FLO-Regnskab.

Ad 8. Indkomne forslag
Der var ingen indkomne forslag.

Ad 9. Eventuelt
Der var ingen yderligere emner til drøftelse.

Nyt i Butikken

Rygsæk med tibetansk flag i kraftig vinyl og tyk, blød polyester, med blødt, silkeagtigt for. 2 separate åbninger med lommer i rygsækkens størrelse, den bageste med ekstra polstret lomme til iPad, den forreste med små lommer til telefon, pen o.l. En ydre lomme med for. Bagsiden er polstret med skumgummi, der gør den blød og lækker at bære. Str. 38 x 35 cm. Pris kr. 400,00. Best.nr. 19027

Rygsæk i kraftig vinyl og tyk, blød polyester, med blødt, silkeagtigt for, og med broderi af et af de Otte Buddhistiske Lykkebringende symboler. Rygsækken indeholder flere store og lommer til iPad, telefon, pen o.l., plus en ydre lomme med for. Bagsiden er polstret med skumgummi, der gør den blød og lækker at bære. Str. 38 x 35 cm. Pris kr. 400,00. Best.nr. 19028

Rygsæk i kraftig håndvævet bomuld, med justerbare seler. Solidt og blødt for, lukkes med solid snor og udvendig knap. Tre udvendige lommer med knappelukning. Str. længde: 50 cm, bredde: 42 cm.
Kr. 300,00. Best.nr. 19026

Håndvævet taske i kraftig bomuld, med solidt og blødt for. En indvendig og to udvendige lommer, og indvendig lynlås--lukning af selve tasken. Længde, inkl. skulderrem: 95 cm., selve taskens længde: 43 cm, bredde: 38cm. 300 kr. Best.nr. 19008

Du kan se vores store udvalg af nye tasker og rygsække her:
http://dstk.dk/tasker-og-rygsaekke/

Bedemøller

Sæt med 3 bedemøller til vægophæng eller til at stå på et bord. Hver af bedemøllerne er fyldt med papirruller med mantraet Om Mani Padme Hung, skrevet 100.000 gange af tibetanske munke. Dvs. den består af 300.000 Om Mani Padme Hung-mantraer. Bedemøllerne er lavet af en legering kaldet "tibetansk sølv", og dekoreret med mantraet Om Mani Padme Hung, "De Otte Lykkebringende Symboler", koraller og turkiser. Rammen er lavet af rosentræ. B = 32 cm., H = 15 cm. D = 7 cm. Pris: 1200 kr. Best.nr.: 9001.

Sæt med 2 små bedemøller til vægophæng og til at stille på et bord, hver fyldt med papirruller med mantraet Om Mani Padme Hung, skrevet 100.000 gange af tibetanske munke. Bedemøllerne er lavet af koral og turkis, og er dekoreret med mantraet Om Mani Padme Hung i messing. Selve rammen er lavet af rosentræ. B = 17 cm., H = 10,5 cm. D = 5 cm. Pris: 800 kr. Best.nr.: 9000.

Stor bord-bedemølle af messing og kobber, dekoreret med Avalokiteshvaras mantra, Om Mani Padme Hung og "De Otte Lykkebringende Symboler". Indeholder en tekstrulle med mantraet Om Mani Padme Hung skrevet 100.000 gange af tibetanske munke. H = 22 cm., Diam.: = 10 cm. Pris kr. 1200,00. Best.nr.: 9002

Se vores store udvalg af tasker, rygsække, bedemøller, stickers, smykker, thangkaer, buddha-statuer, ofringsskåle, røgelse, bedeflag, bøger og meget meget mere på vores hjemmeside: www.dstk.dk/butikshop/

Stickers

Str. 15 x 6 cm. 50 kr. Best.nr. 9101

Str. 10,5 x 9,5 cm. 50 kr. Best.nr. 9103

Diam. 10,5 cm. 50 kr. Best.nr. 9106

Dansk Selskab for Tibetansk Kultur

ISSN: 1397 - 9248

Tryk: Sangill Grafisk APS