

Dansk Selskab for Tibetansk Kultur

TIBET

Nr. 102

Årgang 39

Sommer 2023



Dansk Selskab for Tibetansk Kultur



Adresse: Jansvej 12, 2.tv, 2300 Kbh. S

E-mail: tibetanskultur@gmail.com

dstk.info@gmail.com

Web-side: www.dstk.dk

Webshop: www.tibetanskultur.dk

Telefon:

Formand, redaktion, butik: +45-20 30 38 18

Næstformand, medlemskab: (telefonid: 19:30—21:00):

+45-28 83 85 88

DSTK's bestyrelse:

Grethe Sørvig (formand, butik, redaktør), Lillian Evang (jurist, næstformand, medlemsadministration), Kirsten Sundsvold, Lis Gilager og Tsewang Lhundup. 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 betales senest den 1. februar hvert 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.

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

Copyright© Dansk Selskab for Tibetansk Kultur har rettigheder til alle artikler og billeder i 'Tibet', med mindre andet er specificeret.

Redaktion: Redaktør, layout: Grethe Sørvig.

Bidragydere: Trine Brox, Lillian Evang, Tashi Namgial og Jens K. Walter.

Forside: Thangka af Hvid Tara, **bagside:** HH. Dalai Lama.

Trykkeri: Sangill Grafisk APS.

Indhold

Side 3: 'Dalai Lama XIV - manden, magten og fremtiden', af Trine Brox.

Side 9: 'De "hemmelige" kapitler om tibetansk psykiatri, del 2:2', af Grethe Sørvig.

Side 17: Rapport fra generalforsamlingen 2023.

Side 19: 'Frøen og prinsessen', tibetansk eventyr, oversat af Jens Kornerup Walter, illustreret af Tashi Namgial.

Side 22: Nyt fra bestyrelsen.

Side 23: Aktuelle projekter.

Side 29: Nyt fra butikken.



Buddha Amitabha

DALAI LAMA XIV

MANDEN, MAGTEN, FREMTIDEN



Af Trine Brox, lektor og leder af Centre for Contemporary Buddhist Studies ved Københavns Universitet.

Selv om den 14. Dalai Lama, Tenzin Gyatso, ynder at nedtone sin egen position ved at kalde sig selv "en almindelig buddhistisk munk," så er han både en politisk spiller og en brik i et politisk spil. Denne artikel giver et indblik i institutionens politiske udvikling under den nulevende Dalai Lama.

Manden

Lhamo Dhondup blev født den 6. juli 1935 i den lille landsby Taktser i det nordøstlige Tibet. I en alder af to år blev han udpeget som en reinkarnationen af den 13. Dalai Lama, Thubten Gyatso (12. februar 1876 – 17. december 1933). Sammen med sin familie blev han flyttet til Tibets hovedstad, Lhasa, hvor han blev opdraget som den 14. Dalai Lama, Tenzin Gyatso, Tibets åndelige og politiske leder. Allerede som 15-

årig blev han installeret som Tibets politisk leder, foranlediget af, at det kommunistiske Kina trængte ind i landet. I en alder af 23 år, tog han sin afsluttende grad, Geshe Lharampa-graden i buddhistisk filosofi, i Jokhang templet, Lhasa. Han opgav at samarbejde med den nye Kinesiske Folkerepublik og flygtede til Indien i 1959. Han har siden boet i Dharamshala i Himachal Pradesh.



Middelvejen

Siden Dalai Lamas flugt fra Tibet og oprettelsen af en tibetansk eksilregering i Indien har den eksiltibetanske frihedsbevægelse kæmpet for at vende tilbage til et frit Tibet.

Den tibetanske eksilregering hævder at have en historisk, juridisk og moralsk ret til at repræsentere alle tibetanere, uanset om de er bosiddende i Tibet eller i udlandet. Den ser sig selv som en fortsættelse af den traditionelle tibetanske regering, der regerede Tibet i Lhasa før 1951 som en selvstændig nation siden 1912.

Dalai Lama og eksilregeringen anerkender ikke de nuværende territoriale grænser for Tibets Autonome Region (TAR) under Kina, men hævder at Tibets historiske grænser omfatter de tre provinser Utsang, Kham og Amdo. Dalai Lama fremstilles som den enevældige leder af et Tibet, der engang bestod af disse tre tibetanske provinser.

Siden eksilets begyndelse har den tibetanske frihedsbevægelse haft til formål at genoprette Tibets selvstændighed. Efter at den kinesiske leder Deng Xiaoping i 1979 tilsyneladende fortalte Dalai Lamas bror, Gyalo Thondup, at Tibets selvstændighed ikke kom på tale, men at andre spørgsmål vedrørende Tibet

kunne diskuteres, begyndte Dalai Lama at moderere sine krav. I en berømt tale til Europa-Parlamentet i 1988 erklærede han, at han opgav kravet om Tibets selvstændighed, men blot ønskede "genuint selvstyre." Den strategi, som Dalai Lama lagde, blev kendt som Middelvejstrategien.

Den tibetanske ledelse i eksil opfatter Middelvejen som en moderat holdning, hvor tibetanerne på den ene side ikke accepterer Tibets nuværende status under kinesisk styre og på den anden side ikke søger Tibets uafhængighed.

Ved at indtage en position mellem disse to muligheder præsenterer den eksiltibetanske ledelse Middelvejen som et kompromis, der er til gensidig fordel: Det sikrer Kinas territoriale integritet og stabilitet, hvilket er af største betydning for myndighederne i Beijing, og det sikrer også Tibets kulturelle integritet, da tibetanernes "genuine selvstyre" vil beskytte og bevare den tibetanske nationale identitet, religion og kultur.

I 1989 modtog Dalai Lama Nobels Fredspris "for at have anbefalet fredelige løsninger baseret på tolerance og gensidig respekt med henblik på at bevare sit folks historiske

og kulturelle arv."

Dalai Lama har været fast besluttet på at anvende ikkevoldelige midler – diplomati, samarbejde og dialog – for at nå frem til en løsning på Tibet-spørgsmålet. Sådanne dialoger blev indledt i 2002, men havde ingen virkning på magthaverne i Beijing.

Nogle tibetanske kritikere opfatter disse Beijing-styrede samtaler som en "imaginær dialog," der blot havde til hensigt at berolige et internationalt publikum og trække spørgsmålet om Tibet i langdrag – som om "Tibet-problemet" vil forsvinde med den nuværende Dalai Lamas død. Der er efter sigende ingen dialog nu.

Magten

Den 14. Dalai Lama nyder enorm folkelig opbakning. I de fleste eksiltibetaneres øjne er Dalai Lama den ubestridte leder af Tibet. Desuden rækker hans lederskab ud over eksilet: Tibetanere i Tibet er også dybt hengivne til ham. Et eksempel på hans indflydelse var, da han i en tale i 2006 talte imod at bære pels. Senere viste mange tibetanere i Tibet deres loyalitet over for Dalai Lama under spektakulære, offentlige begivenheder, hvor de smed deres pelsforede frakker på gigantiske bål.

Institutionen

Tenzin Gyatso kan ikke trække sig som den 14. Dalai Lama. Han blev født ind i denne rolle, og ifølge tibetansk tradition kan Dalai Lama ikke gå på pension, men genfødes igen og igen som Dalai Lama i en cyklus af genfødsler. Han har dog siden 1980'erne forsøgt at reducere sin politiske magt ved at nedtone Dalai Lama institutionens politiske dimension. Traditionelt har han været både politisk og religiøst overhoved – noget der efter hans mening stred imod moderne, demokratiske principper. Han har ønsket, at tibetanerne skulle vælge deres egen politiske leder på demokratisk vis, og i 2001, blev Samdhong Rin



poche den første direkte valgte tibetanske premierminister i eksil. Det næste skridt tog Dalai Lama i 2011 da han meddelte, i sin tale til nationen den 10. marts, at han nu ikke ville bestride politiske hverv. Dalai Lama modtog hundredvis af protester fra tibetanere i ind- og udland, som opfordrede ham til at fortsætte sit lederskab.

Han har peget på, at Dalai Lama-institutionen historisk set har spillet to forskellige roller. De første fire Dalai Lama'er udøvede ikke politisk magt, men kun åndelig autoritet. Den 5. Dalai Lama fik bemyndigelse til at regere Tibet i 1642, og han oprettede Ganden Phodrang, som blev den institution, hvor Dalai Lama regerede både som åndelig og politisk leder. Da Dalai Lama i 2011 løsrev den politiske magt fra sin religiøse autoritet, er han ifølge egen forklaring vendt tilbage til den oprindelige Dalai Lama-institution (de fire første Dalai Lamaer), som udelukkende var et religiøst hverv.

Dette træk – at erstatte Dalai Lamas politiske magt med demokratiske institutioner og mekanismer – var også en strategi for at forhindre Beijing i at overtage Dalai Lama-institutionen og derigennem styre den tibetanske nation. Ved at indføre demokrati i eksil og trække sig som politisk leder, ville Dalai Lama sikre, at successionen til den legitime magt blev realiseret gennem demokratiske valg og ikke reinkarnation.

Fremtiden

Dalai Lama har ved flere anledninger talt om Dalai Lama-institutionens fremtid. Blandt andet har han udtalt, at hans efterfølger vel kan blive en kvinde. Første gang han foreslog dette var vistnok i 1992 da han sagde at hvis den 15. Dalai Lama var en attraktiv kvinde, så ville folk lytte til Dalai Lama. Dette blev sagt i spøg under en samtale med den daværende redaktør for modemagasinet Vogue. Dalai Lama grinede, lavede grimasser og foreslog, at ingen vil vel kigge på dette grimme ansigt! Set i lyset af, at de forrige fjorten Dalai Lamaer, der gennem syv århundreder, alle har været mænd, er det forfriskende at høre Dalai Lama antyde muligheden for en kvindelig efterfølger. Han har gentaget dette flere gange, men kom i problemer under et interview til BBC i 2019; hans udtalelse om den næste Dalai Lama som en smuk kvinde blev ikke taget godt i mod og han var nødt til at udstede en undskyldning.

I 2007 blev spørgsmålet om den 15. Dalai Lama igen aktuelt. I juli annonceredes nemlig en ny bekendtgørelse i Kina, som skulle regulere opdagelsen og indsættelsen af reinkarnerede lamaer, som i Kina kaldes "levende buddhaer".

Denne bekendtgørelse kriminaliserer lamaer, der reinkarneres i eksil. Nu kræver det nemlig den kinesiske stats godkendelse til at få lov til at opdage, installere og uddanne "levende buddhaer." Mange tibetanere så denne bekendtgørelse som Beijings forberedelse på den 14. Dalai Lamas død. Dalai Lama fordømte bekendtgørelsen.

Dalai Lama-institutionens fremtid har enorm betydning for de kinesiske beslutningstagere og for tibetanere i og uden for Tibet. Selv har Dalai Lama erklæret, at Dalai Lama-institutionens fremtid er i tibetanske hænder. Han har eftertrykkeligt sagt, at hvad der skal ske er en beslutning han vil tage i samråd med tibetanske interessenter og ledere når han er omkring 90 år gammel. Han har allerede nævnt flere mulige scenarier, blandt andet at han måske ville indkalde til folkeafstemning for at afgøre, om Dalai Lama skulle vælges demokratisk. Til og med selve institutionens eksistens kunne lægges i vælgernes hænder, foreslog han. Dalai Lama har endda sagt, at i stedet for at finde en "reinkarnation" (på tibetansk: *sPrul sku*), dvs. et barn, der skal opdages, uddannes og blive voksen før han eller hun kan overtage som Dalai Lama, kunne de finde en "emanation" (*sPrul ba*), der kan blive anerkendt, før Dalai Lama går bort. Uanset hvilken metode, som tages i brug, så står det klart, at skæbnen til den 15. Dalai Lama ikke ligger i hænderne på den kinesiske stat.

Den 6. juli 2025 fylder Dalai Lama 90 år.

Smædekampagnen

Dalai Lama er en af de mest anerkendte og respekterede åndelige ledere i vor tid, men i Kina er han blevet anklaget for at være en "ulv i fåreklæder" og er blevet bagvasket og hængt ud. Den seneste smædekampagne, hvis oprindelse jeg ikke kender, fik voldsom opmærksomhed. Den startede på sociale medier, hvor der i midten af april 2023 cirkulerede videoklip med Dalai Lama, hvor han kysser en indisk dreng og beder ham: "sut min tunge."

De sociale medier kogte over af beskyldninger mod Dalai Lama og Dalai Lamas kontor annoncerede i al hast en undskyldning for "den smerte, som hans ord kan have forårsaget." Europæiske, amerikanske og kinesiske medier bryggede nyheder på baggrund af videoklipet og undskyldningen. Videoklipet blev også massivt promoveret af pro-KKP (Kinas Kommunistiske Parti) SoMe-profiler.

Videoen var klippet fra et 2-minutters indslag fra den 28. februar 2023, hvor den omgivende kontekst for deres interaktion var redigeret bort. Jeg havde set hele videoen af denne ellers ganske almindelig, offentlig begivenhed i Dharamshala tilbage i februar, men der var tilsyneladende ingen reaktioner på videoen den gang. Det startede med, at en indiske dreng, hvis mor

arbejder med tibetanske flygtninge og var arrangør af begivenheden, spurgte Dalai Lama på engelsk, om han måtte give ham et kram. Først forstod Dalai Lama ikke hvad drengen sagde, så hans assistent ilede til og oversatte det til ham. Assistenten måtte gentage det flere gange, men Dalai Lama forstod fortsat ikke, så endnu en assistent kom til. Han brugte det engelske ord "hug" før Dalai Lama endelig forstod og responderede med et "ok, kom!"

Han vinkede drengen til sig. Når drengen stod foran ham, bad Dalai Lama først om et kindkys, derefter et kys på munden. Så lænede han sin pande mod drengens pande, og til sidst, efter en lille pause hvor de kigger på hinanden, siger han de krænkende ord mens han stak sin tunge ud. Nølen lænede drengen sig frem og viste sin egen tunge idet Dalai Lama grinede, skubbede drengen væk og klappede ham på skulderen. Han tog drengens hånd mod sin kind og sagde tak. Der blev krammet, mere tak, han gav drengen nogle visdomsord, så endnu et kram som afsluttes med, at Dalai Lama kildede ham. Der var spredt bifaldende latter blandt publikum. Episoden var over to minutter.

Der er også et interview af drengen fra den dag i februar, hvor han udtrykker sin taknemlighed, samt et interview med hans mor, som overværede hele episoden. De er begge glade. På det tidspunkt, den 28. februar 2023, skabte videoen ingen nyhed om, at der var sket noget forkert.

Nogle mener, efter at have set den lange video, at selv om interaktionen var underlig og ubekvem, så var den ikke et bevis på pædofili eller børnemishandling, som de mest ekstreme beskyldninger gik ud på. Når andre ser denne video, ser de et religiøst overhoved, som overskrider en uskyldig drengs grænser. Nogle har endda tolket det som en afsløring af systematisk børnemisbrug, selv om det ikke er hvad man konkret overværer når man ser videoen.

Vi ved ikke hvorfor Dalai Lama sagde som han gjorde, men mange tibetanere er kommet med forklaringer, der alle er enige om at Dalai Lama ingen onde hensigter havde. De forklaringer handler om den kulturelle oversættelse af traditionelle tibetanske hilsener og lege mellem tibetanske bedsteforældre og deres børnebørn.

At stikke tungen ud er traditionelt blevet brugt som en hilsen i den tibetanske kultur. Jeg kender det godt fra mine ophold i tibetanske samfund i Tibet, Indien, Nepal og Kina de seneste 30 år, hvor det kan være en del af den venlige interaktion mellem to der mødes – også selv om man er fremmede for hinanden. Det er en af de finurlige og karakteristiske tibetanske skikke, som også er blevet bemærket af andre fremmede,

fx den eksilerede kinesiske forfatter Ma Jian, hvis bog *Stick Out Your Tongue* (bandlyst i Kina i 1987) er inspireret af hans rejse til Tibet. Ifølge tibetansk folkløse stammer denne hyggelige hilsen fra det 9. århundrede. Kong Langdarma, der kom til magten i Tibet i 838, blev berygtet for sin forfølgelse af buddhister og for at have lagt det tibetanske imperium i ruiner. Langdarma siges at have haft horn og en sort tunge. Dette er efter sigende oprindelsen til den udbredte tibetanske hilsen, hvor man stikker tungen ud og sætter hænderne i håret for at vise, at man hverken har horn eller en sort tunge.

Andre tibetanere har andre forklaringer på, hvorfor Dalai Lama sagde som han gjorde. Nogle tibetanere har forklaret, hvordan udtrykket som Dalai Lama nok har tænkt på tibetansk, men simultanoversat til engelsk er "*Ice la za,*" på dansk "Spis min tunge." Forklaringen går ud på, at han nok udfolder en leg mellem de tibetanske bedsteforældre og deres børnebørn, hvor barnebarnet tigger om slik eller penge, og bliver bedt om at fx røre deres næser eller pande, eller give et kys. Til sidst siger bedsteforælderen "spis min tunge" i skæmt for at antyde at barnet allerede har taget så meget fra den ældre, at det lige så godt også kan tage deres tunge.

Uanset hvilke forklaringer tibetanere er kommet med, så kunne de ikke bøde den skade, som allerede var sket: En højt elsket spirituel leder og forbillede var blevet hængt ud.

Da dette skete, opholdt jeg mig tilfældigvis i Dharmsala, hvor Dalai Lama bor og hvor jeg er kommet gennem 25 år: "Alle tibetanere er kede af det" forklarede Kesang til mig en dag. Hun er en akademiker i 20'erne, som nu er ansat i et af eksilmyndighedernes kontorer. Kesang mente at den frygtelige drejning, som denne begivenhed fik i media, var baseret på misforståelse og misinformation.

Det positive er dog, indskød Kesang, at de nu endelig viser Dalai Lamas billede i kinesiske medier, og det betyder at tibetanerne der endelig får ham at se. Kesang kaldte det en "velsignelse i forklædning" – et udtryk som tibetanere bruger for at vende en dårlig begivenhed til noget godt. På tibetansk lyder det "*rKyen ngan grogs shar*" ("at vende modgang til fordel"). Det er svært for tibetanere, at Dalai Lama bliver fejlførtolket og hængt ud i pressen: "Det gør virkelig ondt" fortalte Kesang mig. "Dalai Lama er symbolet på vor nation og han er nationens ånd."

Hun fortalte bevæget, hvorfor det var så sårende at opleve disse anklager mod Dalai Lama "... ikke kun fordi han er reinkarnationen af Avalokitesvara, men også som menneske. Han er som en gudfar, en person at se op til, en nobel person, som vi får vor inspiration fra. Han er som vores forælder, vores guide og også





vores guru." Når dette sker, opleves det som et angreb ikke kun på Dalai Lama, men også som et forsøg på at slukke tibetanernes inspirationskilde og livsgnist. Ligesom så mange andre tibetanere i Dharamshala, tændte Kesang lys for Dalai Lama, bad for hans lange liv, og holdt fri fra sit arbejde for at deltage i demonstrationer, for eksempel da tibetanere samledes i hans tempel i McLeod Ganj den 17. april 2023. Kesangs mor, som var dårlig efter et slagtilfælde, rejste sig fra sygesengen og insisterede også på at deltage.

Klokken ni om morgenen begyndte deres bøn i templet. Det var magisk med lyderne, energien, menneskene og samhørigheden. Folk blev ved med at strømme ind i templet; munke, nonner, lægfolk. Et par timer senere fortsatte de udenfor, hvor de med tusinder andre tibetanere marcherede sammen flere kilometer ned ad bjerget. De kom som en flodbølge af høj energi og passionerede råb som varede ved og ved fordi de var så mange. Det var rørende. Kesang og hendes mor dannede bagtrop og på grund af deres langsomme gang blev de snart hængt af den lange slange af mennesker, som væltede ned ad bjerget og råbte slagord mens de bar tibetanske flag, billeder af Dalai lama og plakater med deres budskab:

Jeg ♥ Deres Hellighed Dalai Lama
 Længe leve H.H. Dalai Lama
 Jeg står sammen med Dem, Deres Hellighed
 Medierne skal undskyldes over for H.H. den 14. Dalai Lama
 Skam, skam, skam, medier
 Medier, stop falske beskyldninger
 Stop bagvaskelsen af Hans Hellighed Dalai Lama

- Alle billeder er taget af forfatteren i Dharamsala, Indien, den 17. april 2023 -

Om forfatteren



Foto Zarko Ivetic

Trine Brox er lektor og leder af Centre for Contemporary Buddhist Studies ved Københavns Universitet. Hun har udgivet bøger og artikler om tibetanske verdener og har specialiseret sig i moderne tibetansk buddhisme. Forfatteren vil gerne takke Lillian Evang for korrekturlæsning.

De ”hemmelige” kapitler om tibetansk psykiatri (2:2)



Af Grethe Sørvig, formand for DSTK

Tibetanske metoder til psykisk selvforsvar og eksorcisme

Tibetansk buddhisme har utallige metoder til psykisk selvforsvar og eksorcisme.

Miljø

Tibetansk medicin og psykiatri taler meget om miljø og steder, der kan have en så kraftig negativ energi, at det kan forstyrre ens psykiske balance. Det kan fx være et miljø, hvor tankegang og levevis er totalt modsat ens egen, det kan være et negativt miljø, hvor man bliver udsat for mobning, eller det kan være et sted, hvor der befinder sig mange ånder. Tibetannerne kalder det for ”skadelige psykiske kraftfelt”.

Et sådant skadeligt miljø kan også være psykiatriske

hospitaller, hvor mange mennesker, der enten er angrebet eller besat af negative ånder og har psykiske lidelser, har boet i mange år, og således har manifesteret deres energier der.

Bortset fra akutte situationer, hvor patienten har behov for ”at falde ned” og blive nogenlunde stabil igen, benytter tibetansk medicin sig ikke af psykiatriske hospitaler, netop af den grund.

Inden kinesernes okkupation af Tibet var det almindeligt at sende patienten til en fjerntboende slægtning, for at fjerne patienten fra det miljø, hvor vedkommende var blevet syg. Efter flugten fra Tibet, hvor

tibetanerne bor tæt sammen i flygtningelejre, er det blevet almindeligt i akutte tilfælde at sende patienten til et vestlig orienteret psykiatrisk hospital, til den gængse, vestlige behandlingsmodel - opbevaring og medicinering. Men kun til patienten er udenfor fare for sig selv og andre. Derefter bliver patienten behandlet med tibetansk medicin, massage, moxa og andre beroligende terapier (se første del af denne artikel i "Tibet" nr. 101, side 7).

Andre steder kan også have en negativ påvirkning på mennesker, der befinder sig på disse steder. Det kan fx være steder, hvor der har været udøvet vold, eller der er begået mord eller selvmord, eller steder hvor mennesker har levet i afsavn, sorg og lidelse.

Steder, der er beboet af negative ånder har en negativ energi, og bør undgås. Her nævner de tibetanske læger huse, der har stået tomme i lang tid, under broer, i tunneler og huler, i vejkryds og der hvor to floder mødes, samt i narkotika- og alkoholiker-miljøer. De psykiatriske kapitler i Gyud Zhi - hovedlærebogen i tibetansk medicin - advarer især imod, at man opholder sig på steder og i huse, der har stået tomme i lang tid. Det vil sige, hvis ens spirituelle praksis ikke er stabil nok til, at man kan modstå angreb fra ånder.

Man advarer generelt i mod at være for meget alene. En avanceret yogi vil kunne udvikle sig ved det, men en sådan er også i stand til at meditere alene på ligbrændingspladser og omgås de mest vrede og skadelige ånder, hvilket vedkommende gør med den højeste form for visdom og indsigt.

Almindelige mennesker og spirituelt praktiserende anbefales ikke at være for meget alene. Så hvis ens sind ikke er i stand til at koncentrere sig om åndelig praksis, selv mens man sover, bør man ikke leve for isoleret.

Dæmoner, dvs. ånder, der bevidst skader andre, kan ikke lide kærlighed, og derfor kan kærlighed mellem kærestes, familiemedlemmer og venner være en meget god beskyttelse.

Tibetansk medicin nævner også visse typer mennesker, der har nemmere ved at blive besat end andre, fx børn, personer, der i tidligere liv har været orakler og medier eller personer, der har været udsat for hypnose. Det samme gælder personer, der ofte er berusede.

Den Tibetanske Dødebogs belæringer

Der er i flg. Tibetansk buddhisme to typer sandhed: den absolutte og den relative. Og således er der to måder at forholde sig til de negative kræfter på: den absolutte og den relative. I følge det absolutte syn eksisterer onde ånder ikke, forstået på den måde, at de, eller det negative og onde i dem er af forbigående natur. Essensen af dem er Tomhed (det guddommelige formløse princip). Essensen af alle fænomener, inkl.

af en selv er Tomhed. Men man skal være en yogi af meget høj kapacitet for at kunne bibeholde dette højeste syn og denne højeste form for praksis. Men hvis man kan tage denne udfordring op og fuldende den, vil man til sidst nå Oplysning. Således bliver forhindringer et redskab til at nå Oplysning.

En af de praksisser, der repræsenterer dette syn er den praksis Guru Rinpoche (sanskrit: Padmasambhava) beskriver i Den Tibetanske Dødebog (1). Bogens belæring er enkel: husk, at essensen af alle fænomener, dvs. af alle forme, lyde, tanker og følelser, og også af negative ånder og magikere, er Tomhed, og tag tilflugt i dette. "Dette skal du huske selvom 30 dæmoner er efter dig" står der i Dødebogen, som en belæring i hvordan man beskytter sig, både som død og levende.

Denne praksis er, i tillæg til, at den er en tantrisk budhistisk praksis, også den højeste form for psykisk selvforsvar og eksorcisme.

Tjød (gChod)

Tjød er en meget udbredt både spirituel og eksorcistisk praksis blandt tibetanere. Ordet Tjød betyder direkte oversat "at skære", og formålet med denne spirituelle praksis er at skære igennem ens ego-identifikation, for således hurtigt at nå Oplysning.

Praksissen går i korthed ud på, at yogien sætter sig på en ligbrændingsplads, eller andre steder hvor, der traditionelt findes ånder. Efter, at vedkommende har taget tilflugt i Buddha, Dharma (Buddhas lære) og Sangha (de højere bodhisattvaer/højt udviklede budhistiske mestre), tilkalder yogien de forskellige dæmoner, og ofrer sit legeme og energi til dem. Det vil sige, at yogien ikke identificerer sig med disse ting; vedkommende ved, at hans eller hendes sande natur er Tomhed og, at intet derfor kan skade ham eller hende, og derfor ofrer yogien sin krop og energi, som et festmåltid til ånderne.

Man kan også lave denne praksis i sit hjem, men man skal have indvielse for at lave den, og man skal instrueres af en lama først.

Igennem denne praksis forstærkes yogiens erkendelse af, at essensen af alle fænomener, inklusive ham eller hende selv, er Tomhed. Følgelig udvikler yogien også en total frygtløshed.

Resultatet af denne praksis er, at intet kan forstyrre ens sind. Ved at betragte negative væsener i den absolutte sandheds lys erkender vi Tomheden, vores og deres, og derfor kan intet skade os. Som der står i Dødebogen, "Tomhed kan ikke skade Tomhed". Denne erkendelse pacificerer også ånderne, og de vil hurtigt forsvinde igen.

Således vil en person, der har en stor indsigt og viden, og som har erkendt, at essensen af alle fænomener er Tomhed, nemt kunne beskytte sig selv mod negative væsener, der ifølge en sådan person ikke eksisterer som andet end deres essens.

Ifølge det relative syn og den relative sandhed er de negative væsener imidlertid yderst virkelige. Lige så virkelige som, at vi slår os på det bord, der står foran os, hvis vi forsøger at lade som om det ikke er der, og går lige ind i det. Da disse negative væsener således kan forstyrre vores sind og liv, er det nødvendigt at beskytte sig mod dem.

Lamaerne benægter den vestlige psykologis syn på ånder som fænomener, der kun eksisterer i personens eget sind, dvs. som fantasi og hallucinationer. Selvom ånder og magiske angreb også i flg. buddhistisk filosofi er psykologiske fænomener. Men iflg. buddhistisk filosofi er de det i den forståelse, at disse væsener manifesterer sig i ens liv og personlige mandala, som et resultat af, at de skyggesider, som disse væsener repræsenterer, får lov til at forblive utransformerede i ens eget sind.

Absolut set er således essensen af alle fænomener Tomhed - absolut set eksisterer dæmoner ikke, og dette vil man til fulde erkende, når man når Oplysning. Men lamaerne siger, at så længe vi ikke har erkendt Tomheden vil disse væsener opsøge os og skabe forhindringer for os, og derfor giver tibetansk buddhisme flere metoder til beskyttelse mod dem.

Ofringer

Ofringer og ofringsceremonier virker pacificerende på de fleste ånder. Man kan fx stille og fredeligt bede dem om at gå væk ved at ofre til dem. Ofringerne kan være fysiske eller visualiserede eller begge dele. Og man ofrer i forskellige retninger, afhængigt af hvilke ånder det drejer sig om. Fx ofrer man til guderne mod nord, til de jaloux guder mod vest, til Duftædere i vej-kryds og kostalde og til slangeånder ved træer og vand. Ofringerne skal være af en sådan art, at de tilfredsstiller dem, og derfor bør man konsultere en lama først.

Interessant nok er de ofringer, de bedst kan lide, vores egne sindsgifte. Når vi mentalt kan give slip på dem, ved først at indrømme overfor os selv, at vi har disse fejl og tilknytninger, og dernæst bestemmer os for at arbejde med dem og ikke hengive os til dem, pacificeres ånderne. Det betyder, at det er tilknytning til vores vaner, formørkelser, aversioner og begær, der tiltrækker negative ånder, og jo mere vi transformerer vores skyggesider til visdom, desto mindre tiltrækker vi negative ånder, og negativitet i det hele taget.

Andre ting, der har en beskyttende effekt, er overholdelse af samayas (løfter til lamaerne), tillid til Buddhas lære, daglig kontemplation på og praksis af De



Den kvindelige tibetanske yogi og buddhistiske mester, Machig Labdrön (1055-1149), der udviklede Tjødpraksissen.

Fire Grundlæggende Kontemplationer (2) og De seks Paramitaer (3), indtag af lama-medicin, at bære beskyttende talismaner, at smøre mantravelsignet salve på bestemte steder på kroppen, samt at inhalere beroligende og eksorcistisk røgelse.

Tantriske praksisser, som Thong-len ("give-og-tage-meditation"; en tantrisk metode til at udvikle medfølelse og kærlighed), mantrarecitation og visualiseringspraksis på "vrede", beskyttende buddha-aspekter, som fx Mahakala og Vajrapani, vil også beskytte den praktiserende, og transformere sindsgifte eller skyggesider til visdom. Det samme gælder meditation på Grøn Tara og andre fredelige buddha-aspekter.

Praksis på Medicin Buddha (tibetansk: Sangye Menla), der regnes for en af de højeste tantriske praksisser, både renses, transformerer, helbreder og beskytter. I tillæg skaber denne praksis et meget positivt og beskyttende energifelt omkring den praktiserende.

Beskytteren Vajrapani (tibetansk: Chanadorje), der repræsenterer Buddhas kraft, er også et helbredende Buddha-aspekt. Meditation på ham bliver brugt i forbindelse med sygdomme forårsaget af negative kræfter, fx hud- og neurologiske sygdomme, samt psykiske ubalancer. Vajrapani har givet løfte om at beskytte alle, der mediterer på Medicin Buddha og fremsiger hans mantra. Der findes mange andre Buddha-

aspekter, der associeres med helbredelse, bl.a. Guru Rinpoche, Hvid og Grøn Tara o.a.

En anden effektiv metode til psykisk selvforsvar er at visualisere en lysende kuppel omkring sig selv, sammensat af gyldne dobbelt-dorjer.

Røgelse af harpiks og sennepsfrø brændt på kul jager også ånder væk, i det lugten fra dem ganske enkelt tager kraften fra dem.

Man kan også, som der står i Den Tibetanske Dødebog, visualisere en kæmpestor Mahakala mellem sig selv og de negative kræfter.

At visualisere telte i de fem farver, rød, blå, grøn, gul og hvid, det ene udenpå det andet, omkring sig selv er også en effektiv metode til psykisk selvforsvar.

En højere lama vil også altid kunne skabe beskyttelse omkring en person, der bliver angrebet af ånder, men det er også vigtigt, at man så vidt muligt selv laver den meditations-praksis, som lamaerne har instrueret en i.

Beskyttende talismaner

I blandt tibetanere er det meget almindeligt at beskytte sit hjem mod negative kræfter med forskellige beskyttende mandalaer og mantraer, hængt op, enten over eller ved siden af yderdøren. En almindelig talisman til dette formål er den tibetansk astrologiske thangkha, Sipaho, der indeholder beskyttende symboler og mantraer mod alle typer ånder og negative væsener:



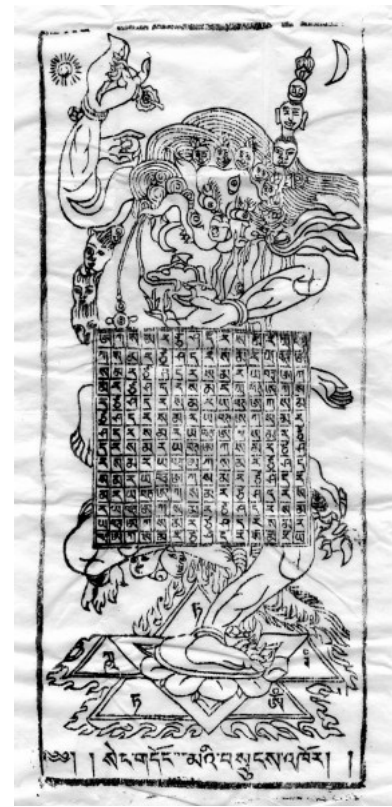
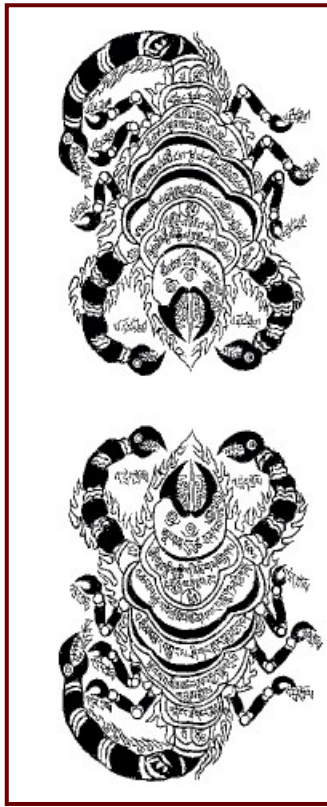
Sipaho



Medicin Buddha (tibetansk: Sangye Menla, Sanskrit: Vaidurya og Bhaishajyaguru). I flg. Buddhistiske tekster opholdt Buddha sig i fire år i en medicinsk sfære i den åndelige verden kaldet Tanaduk, hvor han transformerede sig til Medicin Buddha og underviste i medicin. Flere oplyste mestre i menneskelig form var også tilstede og modtog hans undervisning. Da de alle sammen opfattede og forstod undervisningen lidt forskelligt, resulterede dette i flere medicinske systemer her på kloden, der har flere lighedstræk, som fx Ayurvedisk (indisk) medicin, kinesisk medicin og tibetansk medicin. Sidstnævnte inkorporerede flere aspekter af de andre systemer, bl.a. ved at invitere læger fra bl.a. Indien, Kina og Grækenland til store lægekongresser i Tibet, hvor de underviste hinanden i deres særlige system. Baseret på den viden, der kom ud af disse kongresser, blev tibetansk medicin udviklet til det, den er i dag. - Medicin Buddha er den kosmiske healer, der findes som en højere arketype i alle mennesker. Meditation på ham fjerner den grundlæggende uvidenhed, der er årsagen til alle sygdomme, negativ karma og ubalancer. Det giver vitalitet, et godt helbred, stor positiv kraft, livsglæde, beskyttelse, visdom, viden om, og forståelse for medicin og healing og evne til at helbrede og til sidst, Oplysning. Alle, der studerer og praktiserer tibetansk medicin mediterer på dette Buddha-aspekt. Hans mantra er: Te Ya Ta Om Be Kan Tse, Be Kan Tse Ma Ha, Be Kan Tse Ra Dja Sa Mun Ga Te So Ha.



Mahakala



Skorpion-talismaner til beskyttelse mod sort magi og såkaldte "konge-ånder" (tibetansk: Gyalpo), dvs. negative ånder, ofte faldne mestre, med meget stor kraft, og med mange andre negative ånder omkring sig, som er underlagt ham - På skorpionens krop har man skrevet beskyttende og eksorcistiske mantraer og bønner. Der findes mange varianter af skorpion-talismanen, hvor mantraer og bønner varierer en smule.

Tibetanerne mener, at forskellige dyr er forbundet med forskellige typer ånder. Således finder man tibetanske talismaner med beskyttende og eksorcistiske mantraer skrevet på tegninger af de dyr, der traditionelt er forbundet med de ånder, de vil beskytte sig mod. Således benytter man talismaner mod "kongeånder", hvor beskyttende mantraer er skrevet både på skorpioner og aber; mod Ma-moer (en specielt negativ kvindelig ånd, der suger livskraft fra mennesker og dyr, og spreder sygdomme) på en solsort; mod Tsen-ånder (det samme som Yaksha, beskrives som "misundelige bjergånder med en rødlig udstråling, der suger livskraft fra mennesker og dyr") på en kronhjort; mod sadaks (grundejerånder, der kan blive vrede hvis man forstyrre eller ændrer deres landområder) på en gris, mod Nagaer (tibetansk: Lu. Slangeånder, der lever i og ved vand) på en frø og mod Dud-ånder (ånder af afdøde mennesker, der er modstandere af buddhismen og andre religioner og religiøs tro og praksis, og derfor bevidst skaber forhindringer for Dharma-praktiserende) på en yak.

Talismanen øverst til højre er af Singamukha (tibetansk: Senge Dongma); "Gudinden med Løvehovedet", der bliver benyttet til "at hente sjælen og livskraften (tibetansk: henholdsvis La og Sok) tilbage". Tibetanerne, som så mange andre gamle kulturer, mener at man kan miste sin sjæl og livskraft, eller mere korrekt: dele af den, fx pga. chok eller fordi negative ånder og magikere bevidst stjæler dem. Dette svækker den angrebne, og for at modvirke dette benytter man sig af Singhamukha-praksis, samt en talisman som den på billedet, der er fyldt med mantraer og bønner forbundet med hende.

Andre almindelige tibetanske talismaner og måder at beskytte sig på er fx at bære små ædel- og halvædelsten velsignet af en højere lama, ved dagligt indtag af små piller lavet og velsignet af en højere lama, såkaldt "lamamedicin", ved at bære og benytte maler (bønnekæder) velsignet af en højere lama, ved at have små figurer med forskellige buddhaaspekter trykt på en blanding af ler og velsignede urter (tibetansk: tza-tza) i sit hjem, ved at bære tøjstrimler, der er flettet af et tibetansk orakel, ved samt at bære ringe og andre smykker, der har været båret af et orakel.

Trådkors

I forbindelse med beskyttende og eksorcistiske ritualer er anvendelse af trådkors meget almindeligt iblandt tibetanere. Et trådkors er grundlæggende to pinde fæstet sammen på midten, så de danner et kors, på hvilket der strækkes farvede uldtråde fra

pinde til pinde, så det, når hele korset er dækket af de farvede tråde, ligner en diamant.

Nogle trådkors er meget små, og bæres i en sølv- eller tøjpose om halsen. Disse kaldes for "Namkha".

De store trådkors, der kaldes for Dö (mDos), varierer mht. udformning og størrelse, alt efter hvilken tibetansk buddhistisk skole man tilhører og hvad, de skal bruges til. De små på ca. en meter placeres ofte på husgavlen, over yderdøren eller i ens hjem, som beskyttelse mod ånder og magi. De meget store, som ofte er flere meter høje og bygget i flere etager, benyttes til større eksorcistiske ceremonier, fx som dem i forbindelse med den tibetanske nytårsfejring, hvor hele landsbyers og klostres negative karma, sygdomme, negative energi og forstyrrende ånder bliver eksorceret.

Trådkorsets funktion er generelt at fange skadelige og forstyrrende ånder, og absorbere negativ energi, hvorfor de skal brændes som en del af ceremonien. Der findes imidlertid også både store og små trådkors, der fyldes med beskyttende kraft, og disse, der kalde "ten-dö", kan benyttes i længere tid.

Der laves også trådkors, der er ment som midlertidig bolig for guddomme. De kan bl.a. genkendes ved, at de er dekoreret med små, hvide uldtotter, der symboliserer godvejr-skyerne på himlen i deres himmelske boliger.

Trådkors/namkhas laves, som nævnt, i mange forskellige størrelser, farver og udformninger, alt efter hvad, de skal bruges til. En Dö mod slangeånder (sanskrit: naga, tibetansk: Lu), kaldet lu-dö, er fx blå-grøn i midten, mod "Kongeånder" (tibetansk: Gyal-po), kaldet Gyal-dö, er hvid i midten og er dekoreret med hvide hønsefjer, og dem mod "Grundejerånder" (tibetansk: sadhak) er gule i midten osv.

De forskellige ånder bliver, ved hjælp af visualiseringer, bønner og mantraer tvunget til at tage bolig i trådkorset, hvorefter dette enten brændes, der hvor ceremonien foregår, eller de bliver båret til et vejkryds eller et sted udenfor landsbyen, hvor det destrueres og brændes.

Et typisk eksempel på brugen af de flere meter høje trådkors er dem man benytter i forbindelse med tibetansk nytår (Tibetansk: Losar). I tillæg til trådkorset benytter man sig her også af en eller flere "Ly" (4). Det vil sige enten en stor klump dej, der er stedfortrædere for alle de tilstedeværende, eller menneskefigurer lavet af dej, der som stedfortrædere, ligner dem, der skal have hjælp med eksorcisme. Alles negative karma, energier og sygdomme overføres ved hjælp af visualiseringer, mantraer og bønner til Ly'en, under flere dage lange ceremonier og ritualer, der også inkluderer lamadans (tibetansk: cham), hvor lamaerne bærer masker og dragter, der repræsenterer de beskyttende buddha-aspekter, og hvor hver eneste bevægelse har symbolsk mening og stor kraft.

Dansene har grundlæggende det samme formål som trådkorsene og Ly'erne, dvs. at rense stedet for negativ energi og for eventuelle tilstedeværende ånder. Som afsluttende ritual bæres trådkors og Ly udenfor byen eller til et vejkryds, hvor de brændes og destrueres, og Ly'erne efterlades. Det siges, at hvis hunde og andre dyr spiser Ly'erne, er dette et tegn på, at ritualet er lykkedes.

Når negative ånder og magikere stjæler en persons sjæl og livskraft - eller dele af den - og det går ud over den angrebnes helbred, udføres fx et ritual hvor man benytter sig af et trådkors på flere etager. I tillæg til, at flere mindre trådkors placeres på trådkorsets etager, benytter man også en eller flere dejklum-



Eksempel på et stort trådkors (mDos), med en ofring lavet af mel og smør, udformet som Mahakala. Billedet er fra en Mahakala-ceremoni, kaldet *Den Store Garchen*, udført af HH den 17. Karmapa Ogyen Drodul Trinley Dorje, der ved samme anledning lavede sin første offentlige Mahakala chamdans. Denne type store trådkors, der repræsenterer en persons livskraft, benyttes også til *Losar*, tibetansk nytår, Foto: Pedronma, fra websitet <http://namkha.space>. Benyttet med tilladelse fra fotografen.



Lille astrologisk namkha/talisman. Til venstre er talismanen syet ind i en gul silkepose, med en velsignet snor til at hænge den om halsen med, og en vævet tøjpose at lægge den i. I midten og til højre den samme namkhas' for- og bagside uden silkeposen, hvor man tydeligt kan hvordan de farvede tråde er vævet omkring et stykke papir, fyldt med beskyttende mantraer og symboler. Sættningen af farver i disse namkhas betinges af hvad de skal bruges til.

per, hvor den ene dejklump eller "Ly" er stedfortræder for den angrebne og, hvis, man benytter flere dejklumper, er de stedfortrædere for aspekter af personen, dvs. de repræsenterer vedkommendes ånd, blod, åndedræt, energi, væv, psykologi, hud og hår. Ofte formes den store dejklump til en person, der ligner den angrebne, hvor figuren bliver iklædt tøj lavet af stof fra tøj, som den angrebne går med til dagligt.

Under ritualet tilkalder lamaerne først de vrede beskyttende guddomme, og beder dem om at beskytte den angrebne mod negative ånder, negative astrologiske aspekter, sygdomme og forhindringer. Under hele ritualet overføres vedkommendes sygdomme, formørkelser, negativitet osv. til stedfortræder-figuren og de andre, mindre Ly'er, ved hjælp af visualisering, mantraer og bønner.



Dørbeskytter lavet af Zopa Rinpoche (1946 - 2023).

I den engelske tekst på talismanen skriver Zopa Rinpoche, ” Enhver, der passerer under dette mantra vil blive rensat for æoners opbygning af negativ karma. Måtte hele familien få et lang liv, et godt helbred og velstand. Måtte alle ønsker gå i opfyldelse i henhold til

Den Hellige Dharma”.

Lamaen beder derefter de beskyttende guddomme om at åbne dørene til deres himmelske boliger, så de kan modtage ofringerne. Til sidst bæres det store trådkors og Ly'erne i en retning, der er forudbestemt af en tibetansk astrolog (tibetansk: Tsipa).

Lamaen erklærer nu, at ved at ofre Ly'erne, der repræsenterer personens ånd, fysiske krop og energi, til guddomme og ånder, skal patienten fra nu af være fri for sygdom og forhindringer og, at ånderne derfor, efter at have modtaget ofringerne, aldrig mere skal vende tilbage til personen. Derefter ofres de mange små Ly'er: personens ånd ofres til de himmelske guder, åndedrættet til vind-ånderne, blodet til vand-ånderne, vævet til jord-ånderne, kropsvarmen til ild-ånderne, ben og knokler til ånder, der bor i klipper og sten, huden til de ånder, der lever på flad mark og håret til træånderne. Således gives Ly'erne til de negative ånder, som erstatning for personens ånd, energi, blod, hår, hud osv. Ånderne stilles tilfreds, og personen går fri.

Der findes mange andre lignende Dö-ritual. I en forenklet udgave kan man give de tilstedeværende i en forsamling en lille klump dej hver, hvor de, mens de presser fingrene omkring dejen, visualiserer, at de fylder dejklumpen med deres formørkelser, lidelser, negativitet og sygdomme. Til sidst samles dejklumperne i en lille kurv eller på et fad, og bæres udenfor til et vejkryds eller langt væk fra der, hvor ritualet fandt sted.

Dö-ritualet kan også bruges til at rense ens bolig, fx efter sygdom eller dødsfald.

En anden tibetansk metode til nemt at rense sin bolig er at repetere mantraet "Om Ah Hung". Dette mantra repræsenterer balance mellem de fem elementer, og når man fremsiger det, opgår alle komponenter i deres egne elementer, og balance mellem de fem elementer genoprettes. Mantraet, der beskytter mod forurening og resultatet af det, er generelt et helbredende mantra, da det genopretter balancen mellem de fem elementer i både det subtile og fysiske legeme.

Vred eksorcisme

Når alle andre, mere fredelige eksorcistiske metoder ikke virker, benytter tibetanerne sig af mere vrede metoder, der går under fællesbetegnelsen "Tö", eller "kastning af den sorte torma". I disse ceremonier tilkaldes de vredeste beskyttere. Lamaen visualiserer sig selv som beskytteren, fylder tormaen med beskytterens retfærdige vrede og store kraft og befaler ånderne at acceptere ofringen (den sorte torma), og derefter forsvinde øjeblikkeligt, og blive væk for altid. Samtidigt smider lamaen vredt og med stor kraft tormaen i den retning ånderne befinder sig i.

Et andet eksempel på en Tö-ceremoni er "Byin reg-ceremonien", hvor man indfanger ånden i en æske eller andet, og med stor kraft stikker en phurba



Den kvindelige beskytter Palden Lhamo.

(tibetansk ceremoniel dagger) igennem den, hvorefter æsken eller fx tøjstykket ånden er fanget i, brændes. Denne metode benyttes i forbindelse med angreb fra Gyalpå- (konge-) ånder. Til at udføre denne ceremoni effektivt kræves en meget højt udviklet mester, der er i stand til at se ind i åndeverdenen og forstå det han eller hun ser, og som har medfølelse, indsigt, visdom og kontrol over sit sind.

Noter

1) Den Tibetanske Dødebog: titlen er den vestlige betegnelse for teksten, hvis korrekte titel er "Befrielse ved at lytte i Mellemtilstanden". På tibetansk hedder den "Bardo Thodöl", og er en del af et større værk, der er en belæring af Padmasambhava, der er nedskrevet af hans tantriske partner, den berømte og oplyste kvindelige yogi, Yeshe Tsogyal. Tibetanerne kalder teksten for "Shitro" der er en forkortelse af et uddrag af teksten, kaldet "Karling -Zhi-tro". Bogen er først og fremmest en guide til den dødes bevidsthed, men lamaerne anbefaler den også som en spirituel guide for os, der lever.

2) De Fire Grundlæggende kontemplationer: 1: Det kostbare menneskelegeme. 2: Forgængelighed. 3: karma. 4: Bodhichitta (kærlighedssindet).

3) De Seks Paramitaer: "De Seks Perfektioner". Bodhisattvaens metoder til at udvikle bodhichitta: 1: generøsitet. 2: moral. 3: tålmodighed. 4: udholdenhed. 5: samadhi. 6: visdom. De fire første kaldes for "den almindelige Bodhisattva-praksis", og de to sidste kaldes for "den ekstraordinære Bodhisattva-praksis" og inkluderer også tantriaks praksis.

4: Ly (gLud): Krop. I eksorcistiske ritualer er en Ly en syndebuk eller stedfortræder for den angrebne. Denne, der er lavet af dej, er formet så den ligner den angrebne, og er iklædt stof fra tøj, som den angrebne går i til daglig. Den angrebnes forskellige skyggesider og sygdomme, hvilket er det ånderne tiltrækkes af, overføres til figuren, der ofres til ånderne - man laver en byttehandel med dem. De stilles tilfreds og personen går fri.

- Artiklen er et forkortet uddrag af forfatterens bog, "Tibetansk Medicin og Psykiatri" (2005, Bogans forlag. Bogen er til salg i Selskabets butik for 150 kr. -



Årsberetning 2023

Af Grethe Sørvig, formand for DSTK.

Bestyrelse: Selskabets bestyrelse har samme sammensætning, som ved seneste generalforsamling i 2019, inden pandemien, dvs: Grethe Sørvig, formand, Lillian Evang, næstformand, Kirsten Sundsvold, Lis Gilager og Tsewang Lhundup, med Anni Qvistgaard og Wangdi Gyaljen som suppleanter.

Medlemstal: pr. 31/12 2022 havde Selskabet 321 medlemmer.

Medlemsbladet: Vi udgav 2 medlemsblade i 2022: 'Tibet' nr. 100 og 101. Af forskellige årsager blev nr. 101 desværre forsinket, og udkom først i januar 2023.

Butik og salg: Butikken har i år haft en omsætning på 46.351 kr. Kr. 4.854 af dem blev tjent på Christianias julemarked. Vi har således tjent ganske nøjagtigt 20.000 kr. mindre end sidste år på butikken, hvilket kan skyldes generel prisstigning på dagligvarer. Med betaling af 25 % moms, plus store udgifter bl.a. til nye varer, emballage o.a. gik butikken med underskud på kr. 20.085 i 2022. Udgifterne til butikken gjaldt bl.a. stort indkøb af emballage. Transport med varer til pakkeshop har også kostet en del. Butikken er også en måde at gøre andre opmærksom på Selskabets eksistens, og udgifter til den betragtes i høj grad dog også som reklameudgifter.

For at spare formanden for det ekstra arbejde og den ekstra tid det tager at opdatere butikssiderne på Selskabets hjemmeside, blev vi i 2022 enige om at lave en rigtig webshop. Den viste sig at blive dyr – Kr. 29.937,00. På den anden side betaler vi ikke en stor månedlig afgift, den frigør rigtigt meget tid til andet og kunderne behøver ikke at kontakte os for at handle, og den udskriver automatisk fakturaer og kvitteringer, så en udmærket løsning, der vil lønne sig i det lange løb.

Aktiviteter: 10/3 2022: Selskabet arrangerede 10. marts-demonstration foran den kinesiske ambassade.

TV2 Øst, der havde interviewet formanden til et nyhedsindslag (om statens brug af kinesisk-producerede overvågningskameraer i DK), var inviteret med til



Fra 10. marts demonstrationen 2022 foran den kinesiske ambassade. Foto: Ole Vilhelm Wagner.

demonstrationen, som de viste i samme aftenes nyhedsudsendelse.

15/7 2022: Selskabet arrangerede, sammen med den herboende tibetaner, Tenpa Gyurmey, der er formand for Dansk Tibetansk Forening, et foredrag med den tibetanske læge, Dr. Geshe Jigme, på Phendeling Buddhistcenter.

Selskabet inviterede, ligeledes sammen med Tenpa Gyurmey, den tibetanske lama, Geshe Lobsang Gedun til Danmark, men pga. nye restriktioner for dem, der har et indisk pas, fik han desværre ikke visa til Danmark.

Forår/sommer 2022: Selskabet udgav bogen, "Tibetanske Folkeeventyr" Det er den første udgivelse på eget forlag i rigtigt mange år, og kostede Selskabet 24.151 kr. inkl. udgifter til illustrationer, layout og trykning.

I forbindelse med udgivelsen af bogen havde vi inviteret den ladakhiske kunstner, Tashi Namgyal til at holde udstilling i Danmark, men hans visa-ansøgning blev desværre afslået. Vi vil prøve igen 2024.

31/10 2022: Selskabet deltog i den store klima-march sammen med Støttekomiteen for Tibet, Students for a Free Tibet Denmark og rigtig mange herboende tibetanere fra Dansk Tibetansk Forening.

December 2022: Deltagelse på Christianias julemarked.

Donationer til projekter: I løbet af 2021 har vi modtaget kr. 77.063,00 i donationer, inkl. de 4/5 af medlemskontingenterne. Nogle projekter modtager nogle år ingen donationer, og da de fleste donationer er uspecificerede gaver og de fleste projekter modtager donationer på under \$ 1000,00, fordeler vi donationerne og giver \$ 1000,00 (ca. 7.000 kr.) til hvert projekt. De få projekter, der nogle år modtager mere end 1000 \$, får selvfølgelig hele beløbet.

Tibetan Nuns Project (TNP) modtog Kr. 7183,00

Tsering Elders Home (TEH) modtog Kr. 6.937,00

Tibet Times (TT) modtog Kr. 31.176,00 (årsløn for en indisk journalist, donation fra Selskabet).

Drepung Gomang (DG) modtog Kr. 7.813,00

Children of Shambala (COS) modtog Kr. 6.781,00.
Kineserne har desværre lukket skolen, hvorfor dette projekt er afsluttet fra og med 2023

Kungfu Nonnerne (KN) modtog Kr. 7.129,00

Racheng Nonnekloster (RA) modtog Kr. 6.841,00

Ama (AMA) individuelt sponsorship modtog Kr. 62.000,00. Ama modtager vanligtvis kr. 12.000,00 årligt, men da hendes søn, der var den, der hjalp Ama økonomisk, desværre gik bort efter et langt sygdomsforløb, og familien havde sat sig i gæld pga. hans hospitals- og medicin-udgifter, og fordi den ene datter nu også har fået konstateret cancer, gav vi familien en ekstra-donation på Kr. 50.000,00, Kr. 62.000 kr. tilsammen.

Kancha Sherpa Foundation (SHE) modtog Kr. 6.777,00

Dharamsala Animal Foundation (DAR) modtog Kr. 6.987,00

Sangye Menla Trust (MENLA) modtog Kr. 16.000,00.

Tsawa Assosiation (TSAWA) modtog Kr. 6.700,00

Phurbu Dolma (PHURBU) - nyt individuelt projekt modtog Kr. 5000,00

I tillæg gav vi 80.000 kr. i akut hjælp til hospitals- og medicinudgifter/livets ophold til bl.a. to ældre lamaer i Indien. Donationer i alt i 2022: Kr. 177.404,00

Ad.3 Regnskabsaflæggelse

Selskabets egenkapital pr. den 31/12 2022 var på Kr. 1.657.221,00. Balancesum: 2.003.741,00. Et underskud på Kr. 334.281,00. Underskuddet skyldes de store ekstra donationer, bogudgivelse og udgifter til ny webshop. Desuden har vi fået 16.525 kr. mindre ind i medlemsafgift i år, i forhold til sidste år. Dette, selvom vi har det samme antal medlemmer som før. Da kontingentet er essentielt for driften af Selskabet og udgivelsen af "Tibet", beder vi derfor vores medlemmer om at betale kontingent.

Ad.4 Fastsettelse af medlemskontingent

Ingen ændringer. Kontingentet for enkeltmedlemskab er fortsat Kr. 250,00 pr. år og for to i en husstand kr. 350,00. - F.o.m. 2024 bliver fristen for betaling af kontingent den 1. februar hvert år.

Ad. 5 Valg af bestyrelse

Bestyrelsen består af 5 ordinære medlemmer og 2 suppleanter, som alle vælges for 2 år af gangen. På valg var Kirsten Sundsvold, Tsewang Lhundup, Lis Gilager og næstformand Lillian Evang. Alle valgte at fortsætte på deres poster i bestyrelsen. Formand Grethe Sørvig var ikke på valg, og fortsætter således som formand for Selskabet.

Selskabets bestyrelse i 2023 ser således ud:

Kirsten Sundsvold; projektleder for vores frivillige medhjælpere, og ansvarlig for butikken i forb. m/ arrangementer, Lis Gilager, menigt bestyrelsesmedlem og underviser/foredragsholder om den politiske situation i Tibet, Tsewang Lhundup, menigt bestyrelsesmedlem, Lillian Evang, næstformand, jurist og ansvarlig for medlemsdatabasen og korrekturlæser på 'Tibet' og Grethe Sørvig, formand, redaktør på 'Tibet', kasserer og ansvarlig for webshoppen.

Ad. 6 Valg af suppleanter

Suppleanter Anni Qvistgaard og Wangdi Gyaljen var på valg, og valgte at fortsætte på deres poster.

Ad. 7 Valg af revisor

Revisorfirmaet FLO regnskab



Fra den store klima-march i oktober 2022, hvor alle danske Tibet-organisationer deltog. På billedet: bestyrelsesmedlem Wangdi Gyaljen med familiemedlemmer.



Frøen og prinsessen

Tibetansk folkeeventyr

Illustration: Tashi Namgial
Oversat af Jens Kornerup Walter

Der var engang en konge, som havde tre smukke døtre, som han elskede højere end alt andet. Han ønskede at finde en passende ægtemand til hver af dem. Selvom mange prinser fra andre kongeriger kom og bad om en af prinsessernes hånd, fandt kongen ingen af dem passende for sine elskede døtre. Han var bekymret for, at han ville dø uden at have fået dem bortgiftet. Han frygtede at dø i vanære uden at have opfyldt sin faderlige pligt. Hans stolthed gjorde han konstant bekymret for hans døtres skæbne.

Et ældre ægtepar, begge over tres år, arbejdede som tjenere i kongens palads. De levede ensomt og elendigt. Et år svulmede kvindens ene knæ op. Hun havde ikke råd til at konsultere en læge, så knæet svulmede så voldsomt op, at hun næsten ikke kunne flytte sig en tomme. Da bylden sprang, hoppede en stor, gylden frø ud. Da den gamle mand så det, erklærede han heftigt: "Den frø må være en ond ånd. Kast den ulykkesbringende skabning bort straks!" Den gamle kone havde ikke hjerte til at kaste den bort, og tårerne i hendes øjne overbeviste ham, da hun sagde: "Hvem ved, om han er en ond ånd, en gud eller en drage? Vi har lidt så meget i så lang tid. Nu er vi gamle, og alligevel har vi ikke nogen børn. Måske har Gud vist os nåde og givet os en frø i stedet for en søn".

Den gamle mand følte sig alligevel frastødt, hver gang han så den grimme skabning med dens flade hoved, den brede mund og de udstående øjne. Han forlod hjemmet i vrede og afsky. Fra da af var frøen den gamle kones eneste selskab, og den spiste endda den samme mad, som hun gjorde. Hver dag bar konen frøen ud og ind og behandlede ham som en baby. Selvom den lille frø ikke kunne tale, åbnede den altid sine

øjne vidt, som om den virkelig forstod hendes venlighed. En dag, da konen holdt den lille frø i sine arme, drillede hun ham: "Lille frø, hvor ville det være dejligt, hvis du kunne tale!" Den lille frø bulede ud i øjnene og råbte, "Mor, mor, vær ikke så ulykkelig. Når jeg bliver stor, vil jeg giftes, og min kone vil hjælpe dig med al ting, og du behøver ikke at arbejde for kongen mere". Den gamle kone blev så forbløffet over at høre dette, at hun næsten tabte den lille skabning på gulvet. Hun havde aldrig drømt om, at den kunne tale, og slet ikke så omsorgsfuldt. Fra da af forkælede hun den lille frø endnu mere. Efter nogen tid sagde den lille frø til den gamle kone: "Mor, det er på høje tid, at du får en svigerdatter til at hjælpe dig. Vil du gå hen og arrangere ægteskabet?" Den gamle kone spurgte: "Hvor skal jeg gå hen? Hvem vil bryde sig om at blive gift med en lille frø som dig? Og hvad mere er, så er vi meget fattige". Den lille frø svarede: "Vær ikke bekymret! Gå hen til kongen og sig til ham: "Deres majestæt har tre prinsesser. Kan jeg få en af dem til svigerdatter? Han vil helt sikkert sige ja. Så kan hun hjælpe dig med arbejdet i huset, ikke også."

Den gamle kone lo: "Lille frø, sikke en humor du har! Hvordan kan en prinsesse gifte sig ind i en fattig familie som vor, og så oven i købet med en frø?" Men den lille frø blev ved med at plage: "Mor, mor, gå hen og prøv, bare én gang!" Da den gamle kone så, hvor ivrig han var, fandt hun det vanskeligt at afslå hans ønske, så hun besluttede at prøve lykken. Da den gamle kone kom hen til kongen, faldt hun på knæ og sagde: "Deres majestæt, jeg har en bøn." Kongen svarede: "Hvad er der i vejen? Mangler du mad eller klæder?"

Den gamle kone svarede: "Takket være deres gavmildhed har vi begge dele. Jeg er kommet for at bede om en kone til min søn. Deres majestæt har tre prinsesser, vær venlig og lade en af dem gifte sig med min søn."

Ikke så snart den gamle kone havde fuldført sin sætning, før kongen brød ud i latter. "Den gamle kone må være vanvittig eller konfus. Hvordan kan hun sige sådan noget sludder? Umuligt!" Han vinkede til sine vagter og beordrede: "Smid denne sindssyge gamle kone ud!" Efter hun var blevet smidt ud af paladset, vaklede den gamle kone hjemad, mens hun skældte ud på den lille frø hele vejen. Straks hun så den lille frø, bandede hun: "Din lille idiot! Du ved ikke hvad der er godt og hvad der er skidt. Du fik mig til at bede om problemer. Der er et gammelt ordsprog: Påfuglen og kragen flyver aldrig sammen; elefanten og oxen kan ikke komme ud af det med hinanden. Senere vil du forstå mere og ikke få sådan nogen tossede ideer." Uden at vente på, at hun var færdig med at skælde ud, sprang den lille frø højt op i luften: "Hvordan kan det være? Jeg må selv gå derhen. Uanset om de indvilliger eller ej, så vil jeg ægte en af prinsesserne. Gør du bare dit hjem klart til at modtage din svigerdatter!" Den lille frø hoppede hen til paladsets port og råbte: "Hej konge, ministre og embedsmænd, hør mig! Jeg er søn af den gamle kone, som bærer vand til paladset. Jeg er kommet for at fremsætte et tilbud om ægteskab. Luk hurtigt porten op. Jeg ønsker at tale med kongen." Selv bag paladsets mure lød hans råb så højt som torden og gav ekko i ørerne på folk i lang tid. Kongen og hans ministre blev chokerede over lyden, kiggede ud af vinduerne og så, at det var en lille frø, som lavede al den støj ved porten.

"Hvem er du?" spurgte kongen, "hvorfor råber du?" "Jeg er søn af den gamle kone, som bringer vand til paladset," sagde den lille frø. "Da hun kom for at foreslå ægteskab, afslog du det ikke bare, men du var også grov mod hende. Det var ikke rimeligt. Vil du acceptere at give mig en af dine døtre til kone?" Kongen skreg af grin og vendte sig mod sine ministre: "Hørte I, hvad han sagde? Den lille frø vovede at tale sådan. Hvordan kan det ske?" Han vendte sig mod frøen: "Hvordan kan mine døtre, de skønne blomster, blive gift med dig, en beskidt lille skabning, der ligner en kokage. Forsvind. Hvis du ikke gør det, pudser jeg hundene på dig, og de æder dig levende".

Den lille frø svarede: "Prøv ikke at skræmme mig. Hvis du virkelig ikke vil efterkomme mit ønske, begynder jeg at le. Giv ikke mig skylden for, hvad der så sker". Kongen gav svar på tiltale: "Gør som du vil, men beklag dig ikke over, at du får ondt i maven af at le for højt". Den lille frø åbnede munden og begyndte at le, og det var en enorm latter. Lyden var så høj, at selv jorden og bjergene begyndte at ryste, vinden blæste, solen og månen skælvede, og paladset rystede, så det var lige ved at kollapse. Kongen, som var ved at dø af skræk, stak sit hoved ud af vinduet og råbte: "Hold op med at le. Jeg vil gå hen og spørge, hvem af mine

døtre, der vil gifte sig med dig". Frøen tav stille, og alt blev normalt igen. Kongen gik ind og spurgte sin ældste datter først. Hun svarede: "Far, elsker du mig ikke mere? Hvordan kan du foreslå, at jeg gifter mig med den gamle kones søn? Hvad mere er, så er han en lille, grim, snavset frø. Jeg vil hellere dø end at gifte mig med ham".

Kongen gik tilbage til den lille frø og sagde: "Min ældste datter vil ikke gifte sig med sådan en lille, grim, snavset frø som dig, og din latter var højst ubehagelig". Før han havde talt færdig, blæste den lille frø sin mave op som en ballon og afbrød ham med et højt skrig: "Hvad! Hvis du ikke vil lade mig gifte mig med en af dine døtre, begynder jeg at græde". Kongen sagde: "Gør som du vil. Tårer vil ikke hjælpe dig. Min ældste datter afslog, og jeg kan ikke gøre noget ved det. Man kan føre hesten til truget, men ikke tvinge den til at drikke". Ved at høre dette, åbnede den lille frø munden vidt op og begyndte at græde. Hans tårer flød i stride strømme. Inden længe var paladset oversvømmet af vand, som blev ved med at stige. Bølger slog voldsomt mod murene, og paladset så ud til at bryde sammen. Kongen, som var stiv af rædsel, råbte så højt, han kunne: "Hold op med at græde. Jeg går ind og spørger igen". Denne gang gik han hen til sin næst ældste datter. Hun svarede med tårer i øjnene: "Far, prøver du at slippe af med mig? Hvis ikke, hvorfor vil du da gifte mig bort til en fattig kones søn?"

Kongen gik hjælpeløs tilbage til den lille frø og sagde: "Lille frø, jeg var virkelig ude af stand til at overtale min næstældste datter. Hun siger, at du er søn af en slave, at du ikke er en mand, men en frø, så hun afslår at gifte sig med dig". Frøen sagde: "Du vil stadig ikke gifte en af dine døtre med mig, så nu vil jeg hoppe op og ned". Kongen gav igen: "Du har leet, og du har grædt. Gør hvad du vil". Så begyndte den lille frø at hoppe op og ned, mere og mere voldsomt. Ved hvert hop var der et hus, der kollapsede under dens fødder, og næsten alle huse rundt om paladset styrtede sammen. Selv paladset rystede. Kongen var skrækslagen og stammede: "Hold op med at hoppe. Jeg vil give dig min yngste datter". Selv om hun var ung, var den yngste datter meget klog. Hun sagde til sin fader: "Han har kendskab til kraftfuld magi. Jeg har ikke noget i mod, at han er søn af en slave. Jeg vil gifte mig med den lille frø, sådan at du og min moder, samt alle mennesker i paladset, kan blive frelst.

Kongen var lettet og skyndte sig udenfor: "Denne gang blev dit ønske imødekommet", sagde han til den lille frø. "Du må gifte dig med min kæreste datter, den yngste prinsesse". Den lille frø var tilfreds og udtrykte sin taknemmelighed over for kongen. Den unge prinsesse blev straks klædt i sit fineste tøj, og paladset blev pyntet op. Den yngste prinsesse og den lille frø blev fulgt hjem til den øredøvende lyd af klokker og trommer. De to ældre søstre surmulede, da de så, at deres søster havde giftet sig med frøen, og de gik misfornøjede tilbage til slottet.

Den gamle kone åbnede døren og så, at frøen virkelig havde bragt en prinsesse med tilbage som sin kone. Hun spurgte frøen, hvordan han havde været i stand til at overtale kongen og dronningen til at give ham prinsessen, og han fortalte, hvor mange gange han havde anmodet, og hvor mange gange han var blevet afvist.

Den gamle kone var meget glad, da hun så, at han havde hjembragt den sødeste, smukkeste og dygtigste af kongens døtre. Men hun begyndte at bekymre sig, da hun tænkte på, hvor fattig familien var, og at der ikke var noget ordentligt sted for kongens svigersøn og hans brud at leve. Uden at vise tegn på misfornøjelse begyndte den unge prinsesse straks at hjælpe den gamle kone, hun gjorde rent i huset, hentede vand og samlede tørre kokager som brænde til opvarmning og madlavning. Om natten sov hele familien i husets eneste rum. Den næste morgen, da den gamle kone vågnede, opdagede hun, at det lille, mørke rum, hvor de havde ligget, var forvandlet til en stor rummelig bygning, lys og ren, som om den var lavet af krystal. Der var masser af mad, klæder og andre fornødenheder til deres daglige liv, og deres hjem var mere komfortabelt end kongens palads. Først da fortalte den lille frø sin historie til prinsessen og den gamle kone:

Han var søn af Dragekongen i Dragekongeriget og var kommet til de dødeliges verden i en frøs skikkelse. Derpå fjernede han frøens skind og fremtrådte som en smuk prins. Den gamle kone og prinsessen blev så glade, at de brød ud i latter. Nu kunne hele familien leve lykkeligt, og den gamle kone behøvede ikke længere at arbejde i paladset. Inden længe vendte den gamle mand hjem, og de levede alle lykkeligt. En dag foreslog den unge prinsesse: "Hvorfor ikke invitere mine to søstre? Vi har ikke brug for deres tjenester, men vi er i slægt, og vi bør vise hengivenhed for hinanden".

Drageprinsen svarede: "Dine to søstre er grusomme. Det vil være bedre ikke at invitere dem". Men den unge prinsesse insisterede, og drageprinsen gav efter på betingelse af, at han ville forklæde sig som frø, således at hans hemmelighed ikke blev afsløret for de to prinsesser. De to søstre ankom. Da de så den store byg-

ning og de mange fine møbler, som endda var bedre end dem, der var i paladset, blev de mistænksomme over den gamle kones gode lykke. Om aftenen, da de drak vin, som var lavet af byg, udbragte de den ene skål efter den anden med deres yngste søster. Som man kunne forvente, blev den unge prinsesse beruset og snakkede så meget, at hun kom til at afsløre den lille frøs hemmelighed. De to søstre blev jaloux på den unge prinsesse, og de udtænkte en plan. Ubemærket af de andre kastede de den unge prinsesse i dammen, mens hun var beruset. Hvem havde tænkt, at de kunne finde på at myrde deres egen søster? Så tog den ældste søster den unge prinsesses pelskåbe på og lagde sig i hendes seng.

Da den lille frø stod op, skyndte den næst ældste prinsesse på ham og sagde: "Min storesøster var nødt til at gå tilbage til paladset i et vigtigt ærinde". Den lille frø så ikke efter, om det var rigtigt, selv om han undrede sig over, at hun var gået uden at sige farvel. Da de tre søstre lignede hinanden overordentligt meget, var det svært for ham at skelne den ene fra den anden. Tiden gik. Et valnøddetræ voksede op i dammen, og det bar mange nødder. Den lille frø bragte nødderne hjem. Den lille frø og det gamle ægtepar syntes, at nødderne smagte dejligt, men de to søstre syntes, at nødderne smagte som en bitter gift. I vrede fældede de to søstre valnøddetræet og brændte det. Asken spredte de ud over markerne. Senere voksede en frodig, grøn bygmark op. Da byggen var moden, lavede den lille frø den til tsampa. Det gamle ægtepar og frøen syntes, at tsampen smagte så godt som honning, men for de to søstre var den som bitter medicin. Vrede kastede de al byggen i dammen, men den forvandlede sig til lærker, og en af lærkerne fløj hen, og satte sig ved siden af den lille frø. Den lille frø tog lærken med ind i huset, og med tårer i øjnene fortalte fuglen ham, hvordan den var blevet dræbt. Kun den lille frø forstod, at det var hans kones sjæl, der var blevet genfødt som en lærke. Han bortviste de to søstre, trak frøskindet af og forvandlede sig igen til en prins, og han og hans familie levede lykkeligt til deres dages ende.

- Historien er én af mange fra Selskabets seneste bogudgivelse, "Tibetanske Folkeeventyr", der kan købes i Selskabets nye webshop: www.tibetanskkultur.dk





Nyt fra bestyrelsen

Kære medlem af Dansk Selskab for Tibetansk Kultur

Som næstformand i DSTK vil jeg takke alle medlemmer for deres trofaste medlemskab af foreningen, men der er desværre stadig en del, der ikke har betalt kontingent for 2022 og 2023. Derfor beder jeg venligst om at kontingent snarest bliver betalt.

Hvis du er i tvivl om du har betalt, er du velkommen til at kontakte mig, **Lillian Evang**, telefon 2883 8588 (19:30 - 21:00) eller på mail: lillian@evang.re

~ Hav en fortsat god sommer! ~





Aktuelle Projekter

Alle donationer går ubeskåret til de forskellige hjælpeprojekter.

Du kan støtte et eller flere af de nedenstående projekter ved at indbetale valgfrie beløb på:

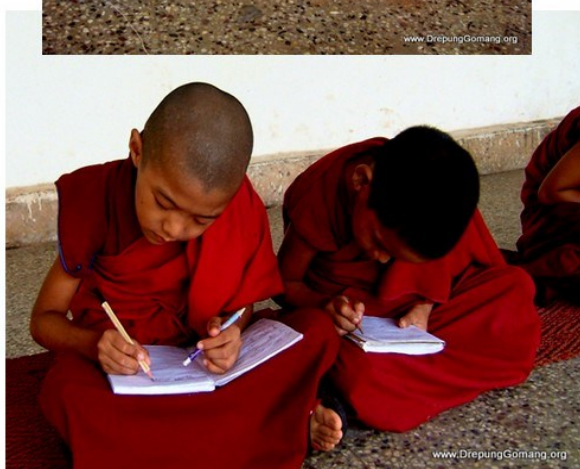
Reg. nr. 9570, kontonummer: 342 87 88

Drepung Gomang

(Kodeord: DG)



Drepung Gomang School er en underafdeling af Drepung Gomang Cultural Association og det berømte kloster Drepung. Skolen, der huser ca 200 munke i alderen 7-18 år, er en moderne folkeskole fra 1. til 10. klasse. I tillæg til at undervise i buddhisme, undervises der også i almene og kreative fag, som fx engelsk, matematik, naturvidenskab, litteratur, kalligrafi, historie og tibetansk.



Skolen er først og fremmest et uddannelsesstilbud til meget fattige eller forældreløse tibetanske børn, og til munke, der for nyligt er flygtet fra Tibet.

Skolen er fuldt og helt baseret på sponsorgaver, og har behov for hjælp til lærernes løn, skoleprojekter, studiemateriale, mad, tøj og udgifter til vedligehold af bygninger.

Hvis du gerne vil støtte dette projekt, kan du betale via netbank til: reg.nr. 9570, kontonr.: 342 87 88, og skrive projektets kodeord DG på din indbetaling.

The Tsering Elder's Home

(Kodeord: TEH)



To af beboerne på Tsering Elders Home. Det fremkommer tydeligt, på billedet, at beboerne spiser sundt, mediterer hver dag og primært bliver behandlet med tibetansk medicin, hvis hovedformål er at balancere krop og psyke. Således slipper de for det meste, for de bivirkninger, som man ofte får ved behandling med kemisk medicin. (Foto: Yangji Sherpa Eliassen).

The Tsering Elder's Home er et moderne plejehjem, grundlagt i 2003 af 'Tibet Fund', der er tilknyttet eksilregeringens indenrigsministerium.

Plejehjemmet, der ligger i Boudha, udenfor Kathmandu, har pt. 30 ældre og handicappede beboere og 6 ansatte - en leder, en sygeplejerske, to kokke og to medhjælpere. En

tibetansk læge er også fast tilknyttet plejehjemmet.

Plejehjemmet har behov for økonomisk støtte til hjælpemidler til pleje og genoptræning, mad og tøj til beboerne, vedligehold, løn til de ansatte, og alt det, der er forbundet med at drive et moderne plejehjem.

Hvis du gerne vil støtte dette projekt kan du betale via netbank til: reg.nr. 9570, kontonr.: 342 87 88, og skrive projektets kodeord: TEH på din indbetaling.



Tsering Elders Home har været lukket for udenforstående i ca 2 år pga. Corona, men frivillige underholder og aktiverer beboerne med bl.a video-belæringer af HH Dalai Lama (tv), kort og andet spil, og traditionel tibetansk sang og - for dem med gode ben - også dans. På billedet til højre synger beboerne et hymne og ofrer kathaks til H.H. Dalai Lama. (Foto: Tsering Elders Home)

Dharamsala Animal Rescue

(Kodeord: DAR)



Dharamsala Animal Rescue er en velfungerende sponsorbaseret veterinærklinik i Dharamsala i Indien, hvis arbejde er internationalt anerkendt og har resulteret i flere internationale priser. Alle dyr, både de hjemløse og privatejede, får gratis veterinærhjælp af organisationen, der også vaccinerer alle de hjemløse hunde de kan finde i området mod rabies, hvalpesyge o.a., og steriliserer dem. Gadehunde bliver desværre ofte udsat for trafikulykker, og mange af dem har desuden smertefulde hudsygdomme. Disse hunde bliver indlagt på klinikken til kirurgisk og medicinsk behandling, og bliver boende der til de er raske nok til at klare sig på gaden igen. Andre bliver på klinikken til de bliver adopteret. Klinikkenes medarbejdere besøger også lokale skoler og underviser børnene i hvordan de skal behandle gadehunde, dvs. sætte mad ud til dem, ikke skade dem, undgå dem hvis de viser symptomer på rabies og at ringe klinikken hvis de ser skadede eller syge dyr. De formidler også adoption af hunde til indiske og udenlandske "forældre", og hjælper til med papirarbejde og fragt af hundene. Organisationens har behov for hjælp med penge til dyrefoder, medicin, husleje og løn til veterinærer og andre ansatte.

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

Tibetan Nuns Project

Kodeord: TNP



Tibetan Nuns Project er en paraplyorganisation for 7 tibetanske nonneklostre i Indien, Ladakh og Nepal, der tilsammen huser 700 nonner. Organisationens kontaktes af de forskellige klostre når de har behov for økonomisk hjælp til reparation af bygninger, til større indkøb, fx af cisterner, vandrør, undervisningsmateriale o.l., og organiserer undervisning i buddhisme og i almene fag, som fx geografi, historie, matematik, engelsk, tibetansk, computer o.l. på hvert kloster. Ved at støtte dette projekt, hjælper man således flere nonneklostre økonomisk.

Tibetan Nuns Project hjælper også nonner, der lige er flygtet fra Tibet med at finde plads på et kloster i Indien eller Nepal.

Det er også Tibetan Nuns Project, der står bag succes med, at tibetanske nonner nu har mulighed for at studere højere buddhistisk filosofi, og rigtigt mange nonner har nu taget den højeste mulige eksamen, og kan kalde sig "Geshe-ma" der er ækvivalent med munkenes højeste titel, "Geshe" hvilket kan sammenlignes med en vestlig professortitel i buddhistisk filosofi og religion.

Hvis du gerne vil støtte dette projekt kan du betale via netbank til: reg.nr. 9570, kontonr.: 342 87 88, og skrive kodeordet TNP på din indbetaling.

Rachen Kloster

Kodeord: RA



Rachen nonnekloster har fået nye, ekstra forstærkede tage på de fleste af bygningerne. (Foto: Kopan)



Den smukke og svært tilgængelige Tsum-dal er et såkaldt Beyul - 'en hellig skjult dal' - velsignet og forseglet af Guru Rinpoche i det 9. årh. Mange berømte yogier og lamaer har mediteret her i århundreder. (Foto: Kopan).



Rachen kloster ligger ved foden af bjergkæden Ganesh, hvis højeste tinder er 7000 m høje, og bliver ofte beskadiget af laviner, stenskred og jordskælv. (Foto: Kopan)



Drupa Rinpoche, der grundlagde Rachen i sin forrige inkarnation, under et besøg på klostret i 2018. (Foto: Kopan)

Tsum-dalen og Rachen kloster

Rachen nonnekloster ligger i den mystiske Tsum-dal, på grænsen mellem Nepal og Tibet, på 3500 meters højde. Selvom dalen ligger i det nuværende Nepal, er befolkningen og deres religion og kultur, pga. nærheden til Tibet og fordi dalen ligger så isoleret fra resten af det nepalesiske samfund, tibetansk. Rachen og det nærliggende munkelklostret, Mu, blev etableret i 1936 af den bhutanesiske lama, Drupa Rinpoche, der i mange år mediterede i forskellige huler i området. Da Drupa Rinpoches nuværende inkarnation ikke har mulighed for at tage sig af driften af klostrene, fordi han som regel er i tilbagetrækning, bad han for nogle år siden Kopan klostrets abbed, Zopa Rinpoche, om at overtage ansvaret for dem. Fra at være to meget faldefærdige klostre, med meget ringe boligforhold, især for nonnerne, der hele tiden forværredes af laviner, jordskælv og andre naturkatastrofer, er Rachen nu, under Zopa Rinpoches ledelse og dygtighed mht. at skaffe sponser, fx os - igen begyndt at blomstre.

Klosterbygningen på Rachen er nu ved at udbygges og forbedres. Tagene, og de dele af klostret der har ryggen mod de 7000 meter høje Ganesh-bjerge, og som hver vinter udsættes for laviner, er blevet forstærket og nye bygninger er kommet til, bl.a. en ny gompas (tempelbygning). Modsat tidligere år, hvor nonnene sultede og sov på kolde jordgulve, har alle de 80 nonner nu egne, varme klosterceller. På grund af donationer fra Vesten bliver der nu ofte sendt madvarer, tøj, undervisningsmateriale og andre fornødenheder op til Rachen, enten med Yakokser eller helikopter.

Mange af Rachens nonner bor nu på Kopan kloster i Boudha om vinteren, hvor de modtager buddhistiske belæringer og undervisning i tibetansk, engelsk, computer og andre mere almene fag, og opnår viden, som de viderebringer til Tsum-dalens børn, der nu får den uddannelse de ellers ikke ville have mulighed for at få. Der bor nu også en tibetansk læge på klostret, der også betjener alle dalens beboere. Da det for det meste er munkelklostre, der traditionelt modtager donationer, er nonnerne på Rachen meget glade for, at vi har valgt at kun hjælpe dem, og vi får hvert år takkebreve og små gaver fra dem, og denne tak vil vi viderebringe til alle Jer, der donerer penge til projektet!

Hvis du gerne vil støtte dette projekt kan du betale via bankoverførsel til: reg.nr. 9570, kontonr.: 342 87 88, og skrive kodeordet RA på din indbetaling.

Kong fu Nonnerne

Kodeord: KN



Drukpa Kagyu-nonneme på klosteret Druk Amitabha Mountain udenfor Kathmandu - de såkaldte Kong fu-nonner - har, i tillæg til, at de er seriøst praktiserende buddhister og har højere eksamener i buddhistisk filosofi, også en meget velfungerende og mange-facetteret humanitær organisation. De bringer fx ofte mad og medicin ud til afsidesliggende landsbyer i Nepal og Ladakh, hvor de samtidigt underviser befolkningen i bæredygtig landbrug o.a.

De har også fokus på kvinders rettigheder, og underviser landsbybefolkningen i dette, samt i det naturlige i kvinders månedlige cyklus, hvilket stadigvæk er tabu i visse landsbysamfund i Nepal. Nonnerne syr selv genanvendelige hygiejnebind, som de deler ud til landsbykvinderne, sammen med nonnernes egen hjemmeproducerede sæbe og andre hygiejneartikler.

De har også stort fokus på klimaet, og tager ofte på flere måneder lange rejser i Himalayaregionen, enten til fods eller på cykel, hvor de renser naturen for affald, får landsbyboerne med, og lærer dem hvordan de kan tage hensyn til naturen og klimaet.

Mange af nonnerne er også uddannet i grundlæggende sygepleje, og assisterer de vestlige kirurger, der årligt besøger regionen for at give gratis øjenkirurgi.

Nonnerne dyrker selv det meste af deres egen mad på klosterets grund. Her har de også oprettet et dyreinternat for hjemløse dyr, og dyr, der ellers skulle slagtes, hvor dyrene kan leve et godt liv, uden frygt, til de dør en naturlig død.

Deres spirituelle overhoved, Gyalwang Drukpa Rinpoche, er en stor pioner med hensyn til nonners rettigheder, bl.a. ved at give dem ret til at studere buddhistisk filosofi på et højt niveau og til at lave de lama-danse, som traditionelt og i århundreder kun har været forbeholdt munke. Dette har resulteret i trusler om vold fra mere konservative buddhistiske institutioner, der bl.a. har truet med at brænde deres kloster ned. Dette igen resulterede i, at Rinpoche ansatte en lærer i kampsporten Kong fu, så nonnerne kunne beskytte sig selv og deres kloster. Deraf betegnelsen 'Kong fu-nonneme'. Efterhånden som nonneme er blevet dygtigere til Kong fu, er

de også begyndt at undervise kvinder i Nepal og Ladakh i sporten, så de kan beskytte sig mod de overfald og voldtægter, der efterhånden er blevet så udbredt i Indien og Nepal. Praktiseringen af Kong Fu anbefales også af nonneme, som en del af spirituel praksis, da det gør det nemmere at fokusere sindet under meditation.



Nonnerne bringer mad og andre fornødenheder til fods og nogle gange på cykel til afsidesliggende landsbyer i Himalayaregionen. Foto: Abutchernesbitt.



Nonnerne har vundet flere priser for deres arbejde. I 2022 på Den Internationale Kvindedag, fik de igen en pris fra den indiske regering for deres arbejde for kvinders rettigheder og sikkerhed. Foto: Druk Amitabha.

Hvis du gerne vil støtte dette projekt kan du betale via bankoverførsel til: reg.nr. 9570, kontonr.: 342 87 88, og skrive kodeordet KN på din indbetaling.

Kancha Sherpa Foundation

Kodeord: SHE



Kancha Sherpa Foundation uddeler stipendium, skoleudstyr og andre gaver til børnene i Namche,

Kancha Sherpa Foundation er Selskabets nære samarbejdspartner i Namche ved Everest Basecamp i Nepal. Organisationen hjælper skolebørn fra mindre bemidlede familier i Namche Bazaar og landsbyer i omegnen, med alt fra bøger, ransler (et stort hit), skriveudstyr og tøj, og hvert år får flere elever stipendier til videre skolegang og studier.

Organisationen deler også ud varmt tøj, tæpper, køkkenudstyr og andre fornødenheder til områdets fattige og enlige ældre, og hjælper både praktisk og økonomisk med genopbygning af huse efter laviner, jordskælv og andre naturkatastrofer, der ofte indtræffer i området, der ligger 3.400 meter over havet. Organisationen underviser også turister og lokalbefolkning i miljø- og naturbevarelse og bæredygtig turisme i området.

Kancha Sherpa, organisationens grundlægger, der er den sidste overlevende af den gruppe af sherpas, der hjalp Hillary med at blive den første, der nåede toppen af Everest, er en berømt og meget æret person i Nepal, der har modtaget mange æresbevisninger, inkl. fra den nepalesiske regering. Han er også en elsket landsby-lama i Namche, hvor han især er optaget af, at egnens børn får skolegang og uddannelse. Kancha og hans familie har også i mange år hjulpet mange tibetanske flygtninge med mad og husly på deres vej over bjergene, og således reddet mange tibetanere fra at blive fanget af nepalesiske grænsevagter, der sender tibetanske flygtninge tilbage til Tibet. - Der er for nyligt udkommet en bog om Kancha Sherpas liv. Bogen kan købes i Selskabets butik.



Kancha Sherpa, organisationens grundlægger. Hvis man kigger godt efter, kan man nederst til venstre på plakaten, bagved Kancha, se at Selskabet står som en af hovedsponsorerne.

Hvis du gerne vil støtte dette projekt kan du betale via netbank til: reg.nr. 9570, kontonr.: 342 87 88, og skrive kodeordet SHE på din indbetaling.



Individuelt Sponsorship

Kodeord: AMA

Chimey Yuton er 81 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 betale via netbank: reg.nr. 9570, kontonr.: 342 87 88, og skrive kodeordet AMA på din indbetaling

Tsawa Association

Kodeord: TSAWA



Central Tibetan Tsawa Association er en organisation der er blevet grundlagt for at hjælpe fastboende og flygtninge fra Tsawa-regionen i Kham i Øst Tibet. De giver økonomisk bistand til uddannelse, læge- og hospitalsudgifter, medicin og til juridisk hjælp. Deres store stab af frivillige hjælper desuden ældre og handicappede flygtninge med indkøb, madlavning, rengøring, reparation af deres boliger o.a. Organisationen, der har hovedkontor i Dharamsala, Indien, blev grundlagt i 2003 af lamaer fra Tsawa-regionen i Kham.

Hvis du gerne vil støtte dette projekt kan du betale via netbank: reg.nr. 9570, kontonr.: 342 87 88, og skrive kodeordet TSAWA på din indbetaling.

Sangye Menla Trust

Kodeord: MENLA



Sangye Menla Patient's Charitable Trust, der blev indviet og fik sit navn af både H.H. Dalai Lama og Karmapa Ogyen Trinley Dorje, er en tibetansk organisation i den nordindiske by Chandigarh, der ligger lige syd for Dharamsala.

Denne velfungerende organisation blev grundlagt i 2008 for at hjælpe landsbyboere fra hele Himalayaregionen, der kommer rejsende til Chandigarh for at besøge en læge eller for at indlægges på hospital.

Mange af patienterne har aldrig før besøgt en storby, og taler ofte ikke hindi. Organisationen hjælper således patienterne med kørsel til det rigtige hospital, oversættelse og

samtale med læger, indkøb af medicin, og med overnatning på deres center, hvor der også er plads for ledsagende familiemedlemmer, ofte i flere uger, så patienterne kan blive helt færdigbehandlet før de rejser hjem igen. Mange patienter har ingen penge, og organisationen hjælper således også med at betale alt, inkl. rejse til og fra Chandigarh, hvis nødvendigt.

Da Sangye Menla Trusts grundlægger og leder, Lobsang Thubten Bhutia, har et halvfærdigt medicinstudie bag sig, og da flere af de frivillige på stedet har fået en grundig plejeuddannelse, kan de også give patienterne adækvat og god pleje under opholdet.

Centeret arrangerer også 'Free Medical Camp' en gang i mellem, hvor patienter, både lokale og andre, kan få gratis undersøgelse, diagnosticering og behandling, både af vestlige og tibetanske læger.

Centeret har plads til 22 patienter og pårørende i smukke og hygiejniske omgivelser, hvor man kan lave sin egen mad i et fælles køkken, og samle kræfter inden rejsen hjem.

I tillæg til at drive dette center, bygger Sangye Menla Trust også et plejehjem i et afsidesliggende område af Zaskar i Ladakh, og hjælper afsidesliggende og fattige landsbyer i Himalayaregionen med at bygge brønde o.a., samt med andre fornødenheder, der gør hverdagen lettere for landsbyernes beboere.

Hvis du gerne vil støtte dette projekt kan du betale via netbank: reg.nr. 9570, kontonr.: 342 87 88, og skrive kodeordet MENLA på din indbetaling.

Individuelt Sponsorship

Kodeord: Phurbu



Phurbu Dölma er 38 år, bor i Kathmandu i Nepal og mor til to børn. Hun flygtede fra Lhasa da hun var 14 år gammel. Hun blev uddannet skrædder i landflygtighed og har arbejdet som sådan i mange år, men efter at have udviklet spinal tuberkulose pga. en ubehandlet TB for få år siden, har hun næsten ikke været i stand til at arbejde, hvilket har resulteret i en meget lille indtægt.

Da tibetanere har meget svært ved at få fast arbejde i Nepal, er hendes mands arbejdssituation og dermed indtægt, ustabil og lille. Phurbu har behov for 5000 kr. pr. år som hjælp til at betale for sønnens skolegang, hvilket inkluderer udgifter til tøj, mad og transport..

Hvis du gerne vil støtte dette projekt kan du betale via netbank til Reg.nr. 9570, kontonr. 342 87 88, og skrive kodeordet PHURBU på din indbetaling.

Nyt fra butikken

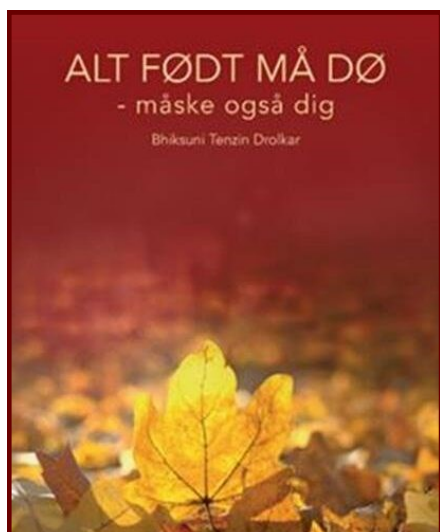
Selskabet har fået ny netbutik med egen webadresse:

www.tibetanskkultur.dk

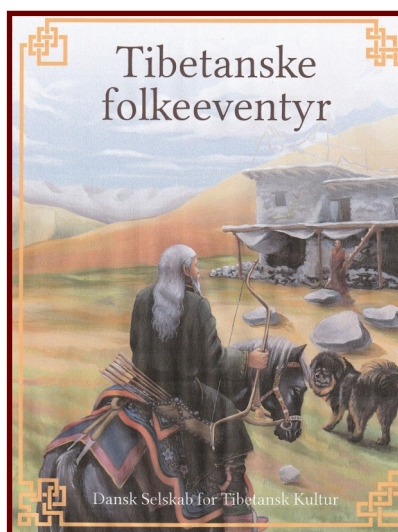
Varer kan bestilles via Selskabets netbutik:

www.tibetanskkultur.dk

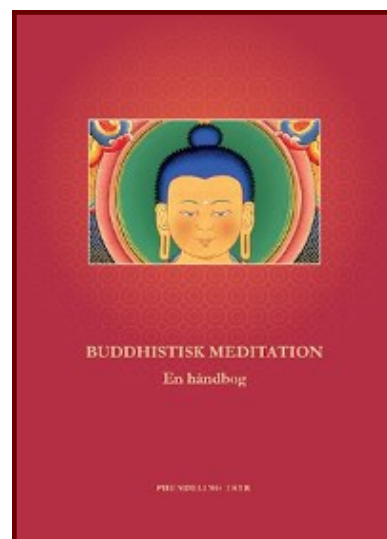
Bøger på dansk



'Alt Født må Dø - måske også dig', af Bhiksuni Tenzin Dolkar. 138 sider. **Best.nr. 14011. Pris: Kr. 200,00**



'Tibetanske Folkeeventyr'. Oversat af Jens K. Walter, smukt illustreret af Tashi Nam-gial. 146 sider. **Best.nr.: 14007. Pris: Kr. 200,00**



'Buddhistisk Meditation - En håndbog'. Flere forfattere. 181 sider. **Best.nr.: 14013. Pris Kr. 200,00.**

Gau

*Halssmykke, der kan åbnes: til lama-
medicin, mantras, talismaner o.l.*

Du finder varerne i vores netbutik:
www.tibetanskultur.dk



Gau med Langtlivssymbol i messing lagt ind i turkis. Str. Diam.: 2,5 cm. **Best.nr.: 8003. Tilbud: Pris: 125,00.**



Gau i tibetansk sølv, dekoreret med pulveriseret og varme-presset koral og turkis, og Buddhas kærlige visdomsøjne i messing. Str.: diam. 4,8 cm. **Best.nr. 8005. Pris kr. 250,00**

Varer kan bestilles via Selskabets netbutik:
www.tibetanskultur.dk

Dørforhæng



Tibetansk dørforhæng med De Otte Lykkebringende symboler. L: 178 cm. B: 88 cm. **Best.nr.: 6008. - Pris: Kr. 300,00**



Tibetansk dørforhæng med De Otte Lykkebringende symboler. L: 178 cm. B: 88 cm. **Best.nr.: 6007. - Pris: Kr. 300,00**



Tibetansk dørforhæng med det tibetanske langtlivssymbol. L: 178 cm. B: 88 cm. **Best.nr.: 6005. - Pris: Kr. 300,00**

