



THE HOUSE OF TIBET

ÅRSPROGRAM 2012

- Utbildning, Kultur och Miljö



Svensk-Tibetanska Skol- och Kulturföreningen

Vivstavarvsvägen 200, 122 43 Enskede

Telefon: 08-643 49 47 Telefax: 08-643 49 17 Pg 900666-9

Internet: www.tibet-school.org, E-post: info@tibet-school.org

Tibetanskt läkarbesök

Dr Tamdin Bradley besöker Stockholm

19 – 23 JAN

Välkomna att beställa tid för hälsokontroll, samtal om diet och livsstil. I konsultationen ingår alltid pulsdagnostik enligt tibetansk medicin. Det finns tid att ta upp frågor som kanske inte fått full förståelse tidigare, men som ändå är viktiga för just din hälsa.

Tibetansk medicin har visat sig vara speciellt värdefullt för behandling av kroniska sjukdomar. Behandlingen syftar till att förstärka kroppens naturliga immunförsvar.

Dr Bradley är utbildad inom den tibetanska läkekonsten i Dharamsala, norra Indien. Sedan många år är hon bosatt i London, där hon har två läkarmottagningar. Hon har även mottagningar i övriga Storbritannien samt på andra platser i Europa.

En konsultation kostar 500 kr. Medicinkostnad tillkommer.
(ca 380 kr. för två månader)

För bokning och konsultation kontakta Margaretha Stigsdotter på föreningens telefon 08-643 49 47 eller 073-927 80 57

Årets konsultationstillfällen

- ◇ 19 – 23 jan
- ◇ 12 – 16 maj
- ◇ 15 – 19 sept.



Losar

Det tibetanska nyåret

25 FEB



Välkommen att fira Vattendrakens år 2139 med bland annat föreläsning, traditionell nyårsceremoni, bildvisning, sång och dans. Vi bjuder på chang och kabse.

- ◇ Lördag den 25 feb kl 13.30-17.00
- ◇ Plats: Etnografiska Museet, Djurgårdsbrunnsv. 34 (Buss 69)
- ◇ Inträde: 50 kr. Fritt för barn

Meditation – en introduktion

- Helkurs med Vörd. Lama Lodru

31 MARS-
1 APRIL

Instruktioner i Stillhetsmeditation (Shiné), praktiska övningar, frågor och diskussioner kring ämnet.

Helgen är lämplig för alla som vill lära sig meditera.

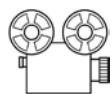
- ◇ Tid : lör/sön 31 mars- 1 april, kl.10.00 – 17.00 med paus för lunch
- ◇ Kursavgift : 1,200kr, medlemmar/faddrar 800kr (lunch ingår inte men kan beställas från skolföreningen)

Kursavgiften betalas på plats första dagen innan kursen börjar.

Föranmälan: Sofia Pettersson 0735-120803, sofia@tibet-school.org (även för beställning av lunch)



22 MARS



Filmkväll på Tibethuset

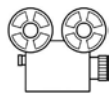
Vi visar filmer om tibetansk kultur och religion.

Ikväll visas *Brilliant Moon*.

En film om Dilgo Khyentse Rinpoches liv

- ◇ Tid : torsdag den 22 mars kl 18.30
- ◇ Inträde: 80 kr

26 APRIL



Filmkväll på Tibethuset

Vi visar filmer om tibetansk kultur och religion.

Ikväll visas *Little Buddha* av B. Bertolucci med bl. a. Keanu Reeves

- ◇ Tid : torsdag den 26 april kl 18.30
- ◇ Inträde: 80 kr

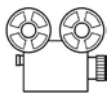
12-16 MAJ

Tibetanskt läkarbesök

Dr. Tamdin Bradley besöker Stockholm

Se innehåll i tidigare presentation (19 januari)

24 MAJ



Filmkväll på Tibethuset

Vi visar filmer om tibetansk kultur och religion.

Ikväll visas *Destroyer of Illusion. The secret word of a Tibetan Lama*

- ◇ Tid : torsdag den 24 maj kl 18.30
- ◇ Inträde: 80 kr

26 MAJ

En tyst manifestation för fred och ickevåld

Meditation på Mynttorget

I en tid då våld och övergrepp tycks eskalera, både synligt och dolt, ordnar vi för fjärde året i rad denna manifestation som motvikt – tillsammans med Drömmen om Det Goda. (www.dreamofthegood.org). Kom gärna förbi och bidra med din stund av tystnad tillsammans med meditatörerna.

- ◇ Tid : Lördag den 26 maj, kl.15.00 – 16.00
- ◇ **Obs!** Plats : Mynttorget, Stockholm.



9-10 juni



Shamatha to Mahamudra

- Helgkurs med Professorn Vörd.Konchok Tamphel.

Vördade Konchok Tamphel föddes 1975 i Tingmosgang, Ladhak. Efter en grundläggande klosterutbildning på Yungdrung Tharpa Ling-klostret fortsatte han 1987 sina studier på Drikung Kagyu-institutet i Dehradun, Indien. Där studerade han de olika grenarna av buddistisk filosofi i nio år. Han genomgick sin Acharyaexamen år 1995. För närvarande arbetar han som Songtsen Librarys ordinarie Dharmalärare och översättare.

Khenpo Tamphel har rest och undervisat i väst och har besökt oss tidigare. Han pratar utmärkt engelska och kommer att grunda sin undervisning på en traditionell text som han har översatt till engelska med titeln Shamatha to Mahamudra. (Boken finns att köpa i Katselshopen, pris 110kr). Boken handlar om meditation och hur den utvecklas på ett sunt sätt. Kursen är lämplig för de som redan har en viss erfarenhet av meditation.

- ◇ Tid : lör/sön 9 – 10 juni, kl.10.00 – 17.00 med paus för lunch
- ◇ Kursavgift : 1,200 kr, medlemmar/faddrar 800kr
(lunch ingår inte men kan beställas från skolföreningen)

Kursavgiften betalas på plats första dagen innan kursen börjar.
Föranmälan: Sofia Pettersson 0735-120803, sofia@tibet-school.org
(även för beställning av lunch)

Obs! Kursen hålls på engelska.

Sommarfest på The House of Tibet

17 juni

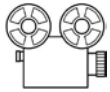
Vårt vackra tibetanska tält är återigen rest i The House of Tibets trädgård. Ett utmärkt tillfälle för medlemmar, faddrar och dig som är intresserad av Tibet att träffas, umgås och äta mat tillsammans. Det blir även underhållning. Om du inte tidigare hälsat på hos oss kan du passa på att få en visning av vårt hus med den vackra Tarasalen bl a. Välkommen!

- ◇ Måltid: 50 kr
- ◇ Tid: Lördag den 17 juni
kl 14.00 – 17.00



SOMMARUPPEHÅLL

23 AUG



Filmkväll på Tibethuset

Vi visar filmer om tibetansk kultur och religion.

Ikväll visas *Kundun*

En film om Dalai Lamas liv.

- ◇ Tid : torsdag den 23 augusti kl 18.30
- ◇ Inträde: 80 kr

1-2 SEPT



Att bana väg!

- Helkurs med professorn, Vördade Geshe Lamsang

Vördade Geshe Lamsang är född i Tibet och är sedan år 2000 verksam på Nagarjuna Center i Valencia, Spanien. Geshe är en titel som betyder att man har doktorerat inom buddhismen – något som tar många år av gedigna studier. Geshe Lamsang har besökt oss vid flera tillfällen och är en mycket uppskattad lärare!

Under denna helg kommer Geshe att ge formella instruktioner i hur man skapar de rätta omständigheterna och den rätta atmosfären för att meditera. Som tidigare kommer det att finnas utrymme för att ställa frågor och diskutera.

Instruktionerna passar alla som är intresserade av buddhism, såväl nybörjare som erfarna.

- ◇ Tid : lör/sön 1-2 september, kl.10.00 – 17.00 med paus för lunch.
- ◇ Kursavgift : 1 200kr, medlemmar/faddrar 800kr, betalas på plats första dagen innan kursen börjar. (Lunch ingår inte men kan beställas från skolföreningen.)

Föranmälan: Sofia Pettersson 0735-120803, sofia@tibet-school.org
(även för beställning av lunch)

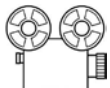
15-19 SEPT

Tibetanskt läkarbesök

Dr. Tamdin Bradley besöker Stockholm

Se innehåll i tidigare presentation (19 januari)

27 SEPT



Filmkväll på Tibethuset

Vi visar filmer om tibetansk kultur och religion.

Ikväll visas *Limi Valley*

En film om livet i en Nepalesisk by nära gränsen till Tibet.

- ◇ Tid : torsdag den 27 september kl 18.30
- ◇ Inträde: 80 kr

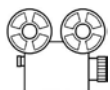
20 OKT



Höstfest på The House of Tibet
Ännu ett tillfälle för medlemmar, faddrar och dig som är intresserad av Tibet att träffas och umgås tillsammans. Vi bjuder på tilltugg och underhållning. Välkommen!

- ◇ Tid: Lördag 20 oktober kl. 14.00 – 17.00
- ◇ Inget inträde

25 OKT



Filmkväll på Tibethuset

Vi visar filmer om tibetansk kultur och religion.

Ikväll visas *Amongst white clouds*

En film om Buddhistiska yogis i Zhongnan bergen i Kina.

- ◇ Tid : torsdag den 25 oktober kl 18.30
- ◇ Inträde: 80 kr

17-18 NOV

De Fyra Dharma av Gampopa

- Helgkurs med Vörd. Lama Lodru

Fyra berömda strofer av den store mästaren Gampopa (1079 – 1153) kommer att användas som underlag för en helg i kontemplation och meditationens tecken.

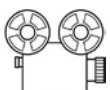
- ◇ Tid : lör/sön 17 – 18 november, kl.10.00 – 17.00 med paus för lunch
- ◇ Kursavgift : 1,200kr, medlemmar/ faddrar 800kr (lunch ingår inte men kan beställas från skolföreningen)

Kursavgiften betalas på plats första dagen innan kursen börjar.



Föranmälan: Sofia Pettersson 0735-120803,
sofia@tibet-school.org
(även för beställning av lunch)

29 NOV



Filmkväll på Tibethuset

Vi visar filmer om tibetansk kultur och religion.

Ikväll visas *Windhorse*

En film om situationen i Tibet idag.

- ◇ Tid : torsdag den 29 november kl 18.30
- ◇ Inträde: 80 kr



Hjälp oss hjälpa barnen i Tibet

Platsen för alla aktiviteter är:

The House of Tibet, Svensk-Tibetanska Skol- och Kulturföreningen

Vivstavarvsvägen 200, 122 43 Enskede, om inte något annat anges

Här hittar du vägen:



Från Stockholms Central

till Enskede

Vivstavarvsvägen 200

Ta pendeltåg från Stockholms central mot Södertälje eller Västerhaninge, Du stiger av vid Älvsjö station.

Restid 9 minuter.

Vid Älvsjö station byter du till buss 144 mot Gullmarsplan, stig av vid Tussmötevägen.

Restid 8 minuter.

Från busshållplatsen är det ca. 500 meter till Vivstavarvsvägen 200. Gå uppför trapporna och den lilla backen på höger sida där du stiger av. Gå fram till Östrandsvägen och följ den åt vänster tills den korsar Vivstavarvsvägen. Gå till höger.

Från T-centralen (Stockholm)

till Enskede

Vivstavarvsvägen 200

Ta tunnelbanans gröna linje från T-centralen mot Skarpnäck, Farsta strand eller Hagsätra. Du stiger av vid Gullmarsplan. Restid 9 minuter.

Vid Gullmarsplan byter du till buss 144 mot Fruängen, stig av vid Tussmötevägen. Restid 9 minuter.

Från busshållplatsen är det ca. 500 meter till Vivstavarvsvägen 200. Gå uppför trapporna på den högra sidan och sedan över viadukten. Gå till vänster på Östrandsvägen tills den korsar Vivstavarvsvägen. Gå till höger.

