



# SONGTSSEN HOUSE

tibetisch-asiatisches Kulturzentrum

Gubelhangstrasse 7, 8050 Zürich

Telefon 044 400 55 59

www.songtsenhouse.ch, info@songtsenhouse.ch

Postkonto 87-737299-0

## Jahresbericht 2025/2026



*Ariya Baumann übt ihr Mitgefühl nicht nur in der Meditation, sondern auch aktiv aus. (Foto: da)*

Wir beginnen mit einem Highlight! Dank der Unterstützung der beiden Landeskirchen können wir 2026 zwei grosse Projekte umsetzen: Zum einen die siebenteilige Reihe „Einblick in den Buddhismus“, die sich nicht nur an unsere üblichen Besucherinnen und Besucher, sondern an alle richtet, insbesondere an Interessierte aus dem Quartier. Entsprechend sind die vielfältigen Präsentationen als Einführung in den Buddhismus konzipiert. Für

die Anlässe konnten wir hochkarätige Referierende gewinnen. Als Zweites feiern wir das über 25-jährige Bestehen unseres Vereins mit einem Fest für alle, mit Musik, Tanz und Momo-Essen und einem Einblick in die tibetische Kultur. Wir laden auch unsere Mitglieder herzlich ein, am Jubiläumsfest am 12. September teilzunehmen! Die beiden Projekte entstanden in Teamarbeit, unter anderem mit Thomas Lempert, der uns, als den Buddhismus

vertretende Institution, beim Forum der Religionen repräsentiert, und mit Dechen Kaning, geübt im Organisieren von festlichen Anlässen.

Erfreulich ist auch, dass wir in der Person von Dechen Kaning mit der Tibetergemeinschaft Schweiz und Liechtenstein einen monatlich stattfindenden Nachmittag mit Langlebensgebeten für den Dalai Lama unter Anleitung eines Mönchs von Rikon und anschliessendem gemütlichem Beisammensein organisieren können, der allen offen steht.

Zudem war Peter Oberholzer, der neue Geschäftsleiter des Tibet-Instituts, bei uns zu Besuch, um uns das Kloster und sich selbst vorzustellen. Im



*Unser Besuch im Kloster Rikon (Foto DR)*

Spätsommer besuchten wir unter seiner Führung das Kloster und konnten im Essraum der Mönche den stimmungsvollen Abend mit einem Imbiss beschliessen. Den eindrücklichen Anlass möchten wir 2026 gerne wiederholen.

### **(Mangelnde) Sichtbarkeit**

Der Verlust stieg 2025 leider wieder etwas auf gut 5000 Franken. Wir haben immer noch etwas Luft, es sind Reserven von gut 30 000 Franken verfügbar. Das Defizit lässt sich vorderhand kaum reduzieren: Wir arbeiten alle ohne Entschädigung, die Ausgaben für Miete, Druck und Versand lassen sich kaum reduzieren und die Einnahmemöglichkeiten sind begrenzt.

Wir sind in Oerlikon gelegen, nur 5 Minuten vom Bahnhof entfernt – also mit Zug, Tram und Bus sehr gut erreichbar. Woran es uns mangelt, ist die



*H. Wettstein, Sitar, und F. Schierz, Tabla (Foto DR)*

Sichtbarkeit, da wir uns an einer wenig frequentierten Quartierstrasse befinden und Zürich ein sehr grosses Angebot an verschiedenen Anlässen bietet. Wir haben getan, was wir mit unseren Mitteln tun konnten: Wir haben ein gedrucktes Programm, das wir weitherum verschicken, wir haben einen monatlichen elektronischen Newsletter, eine gut aufgebaute Website, eine etablierte Verbindung zum Quartierverein und einen (bescheidenen) Auftritt auf Facebook. Wenn wir die personellen Ressourcen hätten, könnten wir uns auf Veranstaltungsseiten zu Zürich, die gratis oder günstig sind, mit unseren Anlässen zeigen. Es geht um Vernetzung, die noch ausgebaut werden könnte. Wenn dafür jemand Zeit hätte und sich einsetzen wollte, würden wir das sehr schätzen. Vorteil: Diese Aufgabe kann orts- und relativ zeitunabhängig ausgeführt werden. Wir haben personell aber nicht nur Lücken, sondern auch neue Unterstützung! Christiane Stöcklin und Vera Slosar leisten regelmässig Einsätze u. a. an den Freitagsanlässen, und Kalsang Dunchu half uns bei der Lösung unseres alten Telecom-Problems.

Unser Programm halten wir im bisherigen anspruchsvollen Umfang aufrecht. Wir organisieren fast jeden Freitag, ausser in den Sommer- und Weihnachtsferien, Veranstaltungen, die je nach Thema auf unterschiedliches und unvorhersehbares Interesse stossen. Die Mittwochs-Lu-Jong-Kurse sind sehr erfolgreich. Dazu kommen am Donnerstag jeweils die „Buddhistische Weisheit für den Alltag“ und einmal monatlich I Ging sowie die Klangmeditation.

## Schwerpunkt Himalaya und Buddhismus

Auch im vergangenen Jahr sind wir unserem Schwerpunkt Himalayaländer und Buddhismus treu geblieben. Das zeigt sich bereits an den Umschlagfotos unserer Programme: Buddha-Statuen in der Natur Burmas (Michael Beck), Novizinnen in einem Kloster in Burma (Ariya Baumann) und der Kailash als Kalenderblatt von Olaf Schubert. Dann gab es zahlreiche Freitagsveranstaltungen von der Geschichte der 14 Dalai Lamas und der Kulturrevolution in Tibet (Sejee Phurtag) über eine



Sejee Phurtag zur Geschichte Tibets (Foto DR)

Pilgerreise durch Indien sowie Betrachtungen zum Verhältnis von Buddhismus und Ökologie (Tenzin Michael) bis zu einem Ritual zur Aktivierung von Medizin in Nepal (Marietta Kind) und dem Film „Mola“ (Martin Brauen), sowie viele weitere.



Marietta Kind hat ein Bön-Ritual erforscht (Foto da)

Teil der buddhistischen Philosophie sind auch unsere Angebote von Lu Jong, dem tibetischen Yoga, das Übungen für Körper und Geist beinhaltet und jeweils mittwochs von Christine Albrecht und Rose-Marie Ntoulakis angeboten wird. Die Lektionen „Tibetisches Heilyoga & Meditation in Bewegung“ sind regelmässig ausgebucht. Christine Albrecht vermittelt buddhistische Weisheit als Verkörperung und macht Angewandte Buddhistische Psychologie nachhaltig erfahr- und fühlbar. Atemarbeit und verkörperte Einsichten sprechen ein klares Bedürfnis der Teilnehmenden an. Auf dem Programm stehen zudem die regelmässigen buddhistischen Belehrungen von Thomas Lempert, der auch unsere Veranstaltungen mit dem Forum der Religionen mit Inhalt füllt.

Bhutan ist ebenfalls ein Schwerpunktland, betreut von der Society Switzerland Bhutan, die den Film „With Love from Bhutan“ vorführte. Wir doppelten mit dem wunderbaren Streifen „Phörba“ über das Erleben der Fussballweltmeisterschaft in einem bhutanischen Kloster nach. Nepal war dank dem Freundeskreis Schweiz-Nepal stark präsent mit dem Film „The Lama's Son“ von Kesang Tseten und zwei weiteren Filmablässen mit reichlich Diskussionsmöglichkeit beim Apéro.

## Schlaglicht auf Taiwan

Die Familie L'Homme-Kuo sorgt dafür, dass Taiwan einen gebührenden Stellenwert bei uns einnimmt: Wei-Chuan Lan berichtete von der Lebendigkeit der Demokratie in Taiwan, der neue Botschafter Taiwans in Bern, Steve Szu-Wei Wang, versuchte unsere Sorgen vor einem unmittelbar bevorstehenden Krieg zu zerstreuen, und Jimmy Brainless stellte seinen Roman über das Aufwachsen in zwei Welten vor.

Politische Aspekte beinhaltet auch der Bericht von Yahya Bajwa zu den neuesten Entwicklungen in Pakistan. Nach China ging es mit dem Fotografen



Yahya Bajwa bringt News aus Pakistan (Foto DR)



Alte Freunde: Die nepalische Gruppe Sukarma (Foto DR)

Andreas Seibert und seinen Bildern über das Leben von Wanderarbeitern und Umweltverschmutzung; seine Unternehmungen wurden vom erst kürzlich preisgekrönten Villi Hermann verfilmt. Viel Publikum zog Christoph Zellwegers Vorstellung seiner Reise im Hippie-Bus nach Indien an. Drei Abende, je einer mit der nepalischen Gruppe Sukarma, einem Sitar-Konzert sowie einem Dhrupad-Konzert mit Amit Sharma, brachten meditative Musik ins Haus... Wir könnten noch mehr aufzählen – für Vollständigkeit verweisen wir auf unsere Programme.

### **Zusammen geht es besser**

Wir bedanken uns herzlich bei allen unseren Partnern: Das ist zunächst der Stiftungsrat von Rigpa, mit der wir die Räume teilen, und im Besonderen Vera Saj, unsere Verbindungsfrau. Zum Kreis unserer Partnerorganisationen gehört seit 15 Jahren der Freundeskreis Schweiz-Nepal. Zu den treuen Freunden zählen wir auch die Bhutan Society und den Taiwan-Verein Ananasli. Ebenso schätzen wir die erwähnte Zusammenarbeit mit dem Forum der Religionen. Auch die Meditationsgemeinschaft International Dzogchen Community Zhiwaling ist uns weiterhin verbunden. Ganz herzlich bedanken wir uns auch bei unseren Vorstands- und Aktivmitgliedern. Ohne sie wäre ein Bestehen des Songtsen House nicht möglich.

### **Herzlichen Dank für Ihre Unterstützung!**

Die Herausforderungen bleiben gross. Noch ist

unser finanzielles Gleichgewicht nicht erreicht, wir kämpfen, wie die Kinos, mit Publikumsverlust. Zudem schwankt die Anzahl Besucherinnen und Besucher. Deshalb sind wir weiterhin auf Ihre Unterstützung angewiesen und bedanken uns im Voraus für Ihre Treue.

Wir freuen uns nach wie vor über die Hilfe engagierter Menschen, die sich kontinuierlich einer Aufgabe (Vernetzung online) widmen oder die ihr Wissen über diverse asiatische Kulturräume oder Kontaktnetze einbringen können. Interessierte melden sich bitte bei der Präsidentin Dana Rudinger (mit Mail an [info@songtsenhouse.ch](mailto:info@songtsenhouse.ch)). Auch administrative Aufgaben stehen an, die sich bequem zu Hause erledigen lassen.

Wir hoffen, dass Ihnen die Vielfalt der asiatischen Anlässe Freude bereitet, uns geht es jedenfalls so. Gerne würden wir diese Freude mit mehr Menschen teilen. Machen Sie bitte Werbung und unterstützen Sie uns mit einer Mitgliedschaft!

Dana Rudinger, Präsidentin

Daniel Aufschläger, Vorstandsmitglied