

**Zeitschrift:** Freidenker [1956-2007]  
**Herausgeber:** Freidenker-Vereinigung der Schweiz  
**Band:** 86 (2001)  
**Heft:** 3

**Artikel:** Tipps vom Dalai Lama  
**Autor:** Caspar, Reta  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1041797>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 25.03.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

### Neu-Organisation des Zentralsekretariates

Das Sekretariat der FVS befindet sich ab 1. März 2001 offiziell in 2545 Selzach – dem Domizil von Hans-Ruedi Zihlmann, den wir an der letzten Delegiertenversammlung zum neuen Zentralsekretär gewählt haben.

Beachten Sie bitte die Einzelheiten auf der letzten Seite dieses FREIDENKERS unter "Zentralsekretariat".

Die Übergabe der nötigsten Akten wird in der ersten Hälfte März stattfinden und Hans-Ruedi Zihlmann hat sich bereit so weit vorbereitet, dass das Sekretariat ohne Unterbruch weiter funktionieren kann.

Ich habe aus meiner Amtsmüdigkeit kein Geheimnis gemacht und bin echt erleichtert, die Arbeit nun in jüngere Hände weitergeben zu können. Hans-Ruedi Zihlmann freut sich auf diese Aufgabe und so kann sich dieser Wechsel für unsere gemeinsame Sache nur positiv auswirken.

In diesem Sinne bitte ich die Sektionen und die Mitglieder, meinem Nachfolger ihr Vertrauen zu schenken und ihn in seiner Arbeit zu unterstützen.

Selbstverständlich stehe ich in meiner Funktion als Zentralpräsident den Sektionen und Mitgliedern für besondere Anliegen ebenfalls zur Verfügung.

Jürg L. Caspar

### Sitzung des Zentralvorstands

**Samstag, 7. April, 9.30 Uhr**

**Hotel Emmental, Olten**

Haupttraktanden: Jahresrechnung 2000 und Vorbereitung der Delegiertenversammlung 2001

**Anschliessend Mittagessen und allgemeine Aussprache mit den Sektionspräsidenten gemäss den separat versandten Einladungen.**

### Delegiertenversammlung 2001

**Sonntag, 6. Mai, Olten**

Erstmals wird am Samstag zuvor am gleichen Ort ein Freidenker-Seminar stattfinden. Für Delegierte und andere Interessierte besteht dadurch die Möglichkeit, ein ganzes Wochenende im Gespräch mit Freidenkerinnen und Freidenkern zu verbringen.

Der Zentralvorstand hofft, dass möglichst viele Mitglieder diese Gelegenheit wahrnehmen, zur eigenen Weiterbildung und zur Kontaktpflege unter den Mitgliedern. (Bitte Inserat Seite 7 beachten)

**Anträge zuhanden der Delegiertenversammlung sind bis spätestens 31. März 2000 an das Zentralsekretariat zu richten.**

### Freidenkerspende 2001

Die freien JungdenkerInnen freuen sich auf Ihre Vorschläge für Projekte, denen Sie gerne die diesjährige



Freidenkerspende zukommen lassen würden. Bitte nennen Sie uns Projekte, die Ihnen im letzten Jahr durch besondere humanitäre Leistungen aufgefallen sind.

**Senden Sie Ihre Anregungen bitte bis zum 15. März 2001 an: daniel.aellig@bluewin.ch oder Daniel Aellig, Im Moser 17, 3704 Krattigen.**

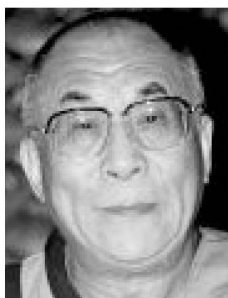
An ihrer Sitzung Ende März werden die Freien JungdenkerInnen wiederum einen Dreivorschlag zu Handen der Delegiertenversammlung auswählen, die dann ihrerseits im Mai dieses Jahres das definitive Projekt bestimmen wird.



rc

### Tipps vom Dalai Lama

Nicht wenige Leute haben Anfang Jahr



eine E-mail folgenden Inhalts auf dem Computer gefunden: **"Anleitungen für das Leben im neuen Jahrtausend vom Dalai Lama:"** (dt. R. Caspar)

1. Grosse Liebe und grosse Errungen-schaften bedeuten grosse Risiken.
2. Wer verliert, hat eine Lektion gelernt und gewonnen.
3. Verfolge drei Prinzipien: Selbst-respekt, Respekt gegenüber Anderen und Verantwortung für dein Tun.
4. Nicht zu erhalten, was man möchte, kann ein grosses Glück sein.
5. Lerne die Regeln, dann kannst du sie

besser umgehen.

6. Ein Freundschaft zerbricht nicht an einer Meinungsverschiedenheit.
7. Wenn du einen Fehler erkennst, dann versuch ihn sofort zu beheben.
8. Sei jeden Tag eine Weile allein.
9. Sei offen für Veränderung, aber lass dabei deine Werte nicht los.
10. Schweigen ist manchmal die beste Antwort..
11. Führe ein gutes, ehrenhaftes Leben, so wirst du es im Alter in der Rückschau ein zweites Mal geniessen können.
12. Eine liebevolle Atmosphäre zu Hause ist die Basis für ein gutes Leben.
13. Bleib bei Unstimmigkeiten mit Familienmitgliedern bei der Aktualität und lass Vergangenes ruhen.
14. Teile dein Wissen, dies ist ein Weg unsterblich zu werden.

15. Achte die Erde.

16. Besuche jedes Jahr einmal einen dir bisher unbekannten Ort.
17. Die beste Beziehung ist jene, in der die gegenseitige Liebe grösser ist als die gegenseitige Abhängigkeit.
18. Bewerte deinen Erfolg stets nach dem, was du dafür aufgeben musstest.
19. Liebe und koche mit gleicher Hingabe."

Sie sind ja ganz vernünftig, diese Lebenshilfe-Tipps; aber weil der Dalai Lama auch halt nur ein gewöhnlicher Kettenbriefler ist, kommt anschliessend gleich das Unvermeidliche:

"Behalte diese Botschaft nicht für dich, das Mantra muss innert 96 Stunden weitergehen..." und dann folgen die Glücksversprechungen entsprechend der Anzahl versandter E-mails!

rc