

# TIBETANERE I NEPAL

Nytårsfejring i eksil

*Indsamlet af Ditte Seeberg i 2003 og etableret i samarbejde  
med Malene Borre-Gude og Anna Makra i 2010*

Seneste opdatering: 04.04. 2017

*Hent den aktuelle tekstsamling på:*

[unescosamlingerne.dk](http://unescosamlingerne.dk)

Lærervejledning .....	2
Baggrundstekst .....	4
Websites og litteraturliste.....	18

## Lærervejledning

Samlingen består af genstande, som er indsamlet i et konkret geografisk område omkring Baudhanath Stupa i Katmandu, Nepals hovedstad, hvor et stort antal eksiltibetanske flygtninge har bosat sig. Samlingens genstande belyser først og fremmest eksiltibetanernes fejring af det tibetanske nytår, *Losar*. Men den giver også et indblik i eksiltibetanernes hverdagsliv og religiøse liv.

Genstandene er udvalgt således, at eleverne selv kan prøve at iscenesætte en religiøs begivenhed, som den folder sig ud omkring Losar ved tibetanernes helligdom, *stupaen*. I samlingen indgår der alt, hvad man skal bruge for at etablere et fuldt Losar-pyntet husalter med smørlamper, Buddhafigurer, blomster, mandala, vesignelsestørklæder, røgelsespinde, offerskåle, bedeflag på snore, der kan hænges op i klasselokalet mm.

Der indgår et stort antal Losar-festdragter, munkedragter, skjorter og jakker – nok til at beklæde en hel skoleklasse – fotopåklædnings-vejledninger, der viser, hvordan man iklæder sig dragterne, og foto-eksempler, der viser, hvordan man kan opstille et Losar-alter.

Endvidere er der rituel munkemusik og en opskrift på en nytårssuppe, så alle sanser kan blive inddraget. I faneblad 6 i lånermappen: aktiviteter, finder du et helt konkret forslag til, hvordan et sådant klassearrangement kan laves.

### Samlingen består af tre kasser med følgende indhold:

- Genstande til at etablere et komplet Losar-pyntet husalter
- Dragter i str. 6-15 år (overvejende str. 10-13 år) og pelshatte
- Genstande til at etablere et typisk tibetansk fotostudie
- De private ejendele, som en tibetansk flygtning havde sig med, da han ankom til Katmandu
- CD'er med rituel tibetansk munkemusik og tibetansk popmusik
- 3 korte portrætfilm på DVD, der giver et indblik i tibetanernes dagligliv i Nepal
- Rekvisitter som munkene har til rituel brug, f.eks. bedemølle, hellige tekster, musikinstrumenter, Buddhafigurer mv.
  
- En lånermappe der indeholder:
  - En genstandsliste med beskrivelser af genstandene
  - Samlingstekst, hvori du finder:
    - Lærervejledning
    - En baggrundstekst der fortæller om den tibetanske buddhisme, Baudhanath Stupa, det tibetanske nytår, *Losar*, husalterets anvendelse og betydning, fotografiets og musikkens betydning og buddhismens symboler
    - Referencer til relevant materiale

- Aktiviteter
  - Et konkret aktivitetsforslag til hvordan samlingen kan anvendes
  - En opskrift på tibetansk nytårssuppe og hertil hørende ritual
  - Fotopåklædnings-vejledninger til chubaer og munkedragter
  - Fotoeksempler på et Losarpyntet alter
- DVD med billedserie der viser tibetanernes liv omkring Baudhanath Stupa ved nytårstid.
  - Tekster til billedserien

## Baggrundstekst

*Jeg var syv år gammel da vi flygtede over Himalaya fra Tibet.*

*Jeg skal aldrig glemme den store blå himmel*

*– og jeg vil altid længes tilbage til mit land.*

-Sagt af Dolma, som med sin familie flygtede hen over Himalaya, da sneen lå højest i år 2000. Dolma er nu bosat nær ved Baudhanath Stupa i Katmandu.

## Introduktion

Denne UNESCO-samlings indhold er resultatet af flere studierejser i årene 2000-2004 med feltarbejde ved den hellige Baudhanath Stupa i Katmandu, hovedstaden i Nepal.

Baudhanath Stupa er et stort, hvidt kegleformet bygningsværk, som indeholder relikvier af gamle mestre. Bygningen er muret helt til og har ingen åbninger. Den er 1600 år gammel og symboliserer Buddha og hans lære.

Genstandene i kasserne er produceret og indsamlet i Boddha-kvarteret omkring denne stupa.

I Boddha bor der cirka 18.000 flygtninge fra Tibet. I Nepal er disse flygtninge statsløse – dvs. uden statsborgerskab, pas eller juridiske rettigheder. Hvert år ankommer 2.500–3.000 tibetanske familier og munke og nonner, der er flygtet over de høje Himalayabjerge. Ofte ankommer de i sparsom beklædning, gummisko og sandaler, og har en konstant frygt for at blive opdaget og fanget af de kinesiske myndigheder. Bliver de fanget under flugten, vil de blive sendt i kinesiske fængsler som straf for deres flugtforsøg.

Kina besatte Tibet i 1950 og har siden udøvet mange smertefulde krænkelse af tibetanernes menneskerettigheder. Tibetanerne i eksil har mistet meget af det, vi andre betragter som selvfølgeligheder: venner, hjem, skole og familie, bygninger, landskaber og religiøse monumenter – alt det som binder et folk sammen.

Men de har ikke mistet håbet – den spirituelle drivkraft.

Som eksil-kultur i Nepal iscenesætter og genskaber tibetanerne deres kulturelle univers i de nye omgivelser. Hertil bruger de en overflod af religiøse og dagligdags genstande.

Intet menneske kan cirkulere rundt om Baudhanath Stupa sammen med tibetanerne uden at fornemme den glæde og det intense overskud af menneskeligt nærvær, som stråler ud af deres blik.

Genstandene i UNESCO-kasserne er en beretning om det tibetanske folk og dets forunderlige kultur. Den tibetanske kultur indeholder rigtig meget visdom, humor og livsglæde, og fra den kan vi lære meget om livets forgængelighed.

### **Tibetansk buddhisme i Nepal**

Ca. 400 år f.Kr. stiftede Prins Siddharta Gautama fra Indien – med tilnavnet Buddha, dvs. 'den oplyste' – den buddhistiske, religiøse filosofi. Hans lære 'dharma' som ikke havde egentlige guddomme, betragtede faktisk tilværelsen som en lidelse. Når begæret efter tilværelsens fristelser er udslukte, ophører lidelsen, og Nirvana ('udslukkelsen') opnås. Herved brydes genfødslernes hjul. Lidelsen ophører ved hjælp af den såkaldte 'middelvej' mellem askese og sanselig nydelse. Vejen fra lidelse til frelse er 'den hellige ottedelte vej' bestående af ret anskuelse, beslutning, tale, handlemåde, levevis, stræben, eftertanke og meditation.

Det samlede antal Buddhister på verdensplan anslås til at være ca. 250 mio. Der findes tre store retninger indenfor buddhismen: theravada, mahayana og vajrayana. Vajrayana kom fra Indien og vandrede nordpå mod Nepal, Bhutan, Mongoliet, Ladakh, Sikkim, Dharamsala og Tibet. Selvom vajrayana – den tibetanske buddhisme – bygger på klassisk theravada- og mahayanabuddhisme, så har den også nogle særlige træk: den har højtagtede lamaer, særlige esoteriske ritualer og en mangfoldighed af guder. Fra 1641 var Tibet et teokrati; et religiøst styre med en 'Dalai Lama' som overhoved. Dalai Lamaen opfattes som en inkarnation af Tibets guddommelige skaber.

Fra 1915 var Tibet formelt underlagt Kina. Men frem til 1950 bevægede det sig reelt støt og roligt i retning af selvstændig statsdannelse. I 1950 underlagde Kina sig så for alvor Tibet ved en regulær invasion. Efter en tibetansk opstand mod kineserne i 1959, flygtede mange tibetanere og deres åndelige ledere fra Tibet til de omkringliggende nabolande, deriblandt Nepal.

I Tibet undertrykker de kinesiske myndigheder buddhismen og dens udøvere. Der pågår en systematisk ødelæggelse af den selvstændige tibetanske kultur, hvor mange tusinde hellige tekster, templer og klostre destrueres. Den øverste leder, Dalai Lama, har siden 1959 levet i eksil i Dharamsala. Paradoksalt nok har den tibetanske buddhisme netop derfor fået en oplomstring. Den har nydt stor (medie)bevågenhed verden over og har i mange vestlige lande vundet stor popularitet. Blandt praktiserende berømtheder møder vi nu navne som Brandon Boyd, Richard Gere, Adam Yauch, Jet Li, Sharon Stone, Allen Ginsberg, Philip Glass og Steven Seagal, som har været udråbt som reinkarnation af Tulku Chungdrag Dordje.

I Nepal udgør buddhisterne kun en lille minoritetsgruppe på ca. 8 % (2010). Majoriteten er hinduister og den nepalesiske statsreligion var frem til 2006 hinduisme. Buddhismen i Nepal har på visse punkter væsentlige fællestræk med hinduismen: Begge religioner opererer med ideen om genfødsel, visse guder tilbedes af begge, og det hinduistiske kastesystem spiller også en stor rolle i buddhistiske kredse. Derfor kan disse religioner ikke siges at stå i et egentligt modsætningsforhold.

## **Symboler i den tibetanske buddhisme**

### De otte lykkesymboler

Tibetanerne har otte lykkebringende symboler, som hver markerer en kraft relateret til deres buddhistiske livssyn.

Lykkesymbolernes betydning er:

- Lotusblomsten: Guddommelig renhed
- Parasollen: Beskyttelse
- Fiskene: Lykke og frugtbarhed
- Vasen: Indeholde uendelige skatte
- Hjulet: Buddhas lære og åndelig udvikling
- Konkylien: Suverænitæt
- Evighedsknuden: Uendelig visdom og medfølelse
- Sejrsbanneret: Sejr over fristelser og begær

### Lotusblomsten

Lotusblomster symboliserer essensen af buddhismen: Lotusblomsten står for tibetanerne som guddommelig renhed. Den vokser op fra en mudret sø, og beviser at man ved at overholde buddhismes grundregler, kan nå til sindsræssig klarhed trods det, at alt omkring én er forstyrret/mudret.

### Smørlampens lys

Afbrænding af smørlamper er en ofring til Buddha og et ønske om lykke og glæde for sine nærmeste og hele menneskeheden. Smørlampens lys symboliserer buddhismens vision om klarhed og visdom i sindet. Smørlampe (tibetansk: *dkar me*) benyttes overalt i tibetanske buddhistiske templer og klostre gennem hele Himalaya-regionen. Eksiltibetanerne ved Baudhanath Stupa ofrer hver morgen smørlamper på deres husaltre i hjemmet og ved små smørlampehuse langs med stupaen. Ved særlige, hellige lejligheder sættes der 100.000 smørlamper på stupaen.

### De fem farver

Farverne rød, blå, hvid, grøn, gul, symboliserer de fem grundelementer for tibetanske buddhister:

- Rød for ild
- Blå for himmel
- Hvid for skyer
- Grøn for vind
- Gul for jord

### 'De syv gifte'

De syv sinds-gifte, er ifølge buddhismen, det der ødelægger menneskets muligheder for at opnå lykke i deres liv. I det buddhistiske 'livshjul' (se mere nedenfor) kan man se hvorledes, det kan gå mennesket, hvis det opsluges af de - for buddhisterne - syv gifte for sindet. De syv sinds-gifte er følgende:

- Begær
- Misundelse
- Vrede
- Had
- Magt
- Jalousi
- Egoisme

### Livshjulet

Livshjulet er en illustration i buddhismen, som forsøger at vise Samsaras endeløse kredsløb. Den viser yderligere, at det er muligt for mennesket at bryde ud af Samsara. Samsara er et udtryk for sjælens vandring igennem forskellige tilværelsesformer, der starter med fødsel som bliver til lidelse og død for at genfødes på ny. Se et billede af livshjulet på thanka-maleri i samlingen: TB. 128.

- I centrum af hjulet ses de tre grundlæggende årsager og derved karmahandlingernes rod til menneskets fastholdelse i en eksistens præget af lidelse. Årsagerne er afbildet i form af tre dyr, der bider hinanden i halen: en sort gris, en rød hane og en grøn slange, der symboliserer hhv. uvidenhed, lidenskabeligt begær samt had. Disse tre kræfter danner grundlaget for skabelsen af karma og holder derved livshjulets kredsløb i gang.
- I den næste ring er de to karmaveje illustreret. Den højre del, "den sorte vej", illustrerer, hvordan dårlig karma medfører genfødsel på et lavere stade, hvorimod den venstre del, "den hvide vej", illustrerer, hvordan god karma medfører genfødsel på et højere stade.
- I næste ring afgrænser eger de seks karmaverdener: gudernes, menneskenes, dyrenes, helvedernes, dæmonernes samt halvgudernes verdener. Genfødsel er muligt i hver af de seks verdener, og til hver verden findes underverdener, hvori det også er muligt at blive genfødt.
- I livshjulets yderste ring ses årsagskæden (den betingede samopståen), der består af tolv led, hvilke symboliserer de årsager, der fastholder skabningen i et karmafyldt liv og derved Samsara. De tolv led er: uvidenhed, viljesytringer, bevidsthed, navn & form, de seks baser, kontakt, følelser, tørst, vedhængen, tilblivelse, fødsel og til sidst alderdom/død.

Hele livshjulets evige kredsløb og derved skabningens fastholdelse i Samsara symboliseres ved den buddhistiske djævel, Mara. Uden for livshjulet ses Buddha til højre for Mara, hvor han alt afhængigt af livshjulets illustration peger på enten livet hinsides Samsara, Nirvana, eller den buddhistiske lære, Dharma. Buddhas funktion i livshjulet er derfor at vise mennesket vejen til oplysning, Nirvana.

Kilde: Wikipedia under opslagene 'livshjulet' og Samsara

Buddhismen opdeler alle levende væsner i seks hovedgrupper: guder, halvguder, mennesker, dyr, sultne ånder og helvedesvæsner. Ingen væsner i livshjulet er fri for lidelse, for på et tidspunkt vil de dø og miste det de har kært. Det gælder også for guder, lige meget hvor mægtige de er, og hvor mange millioner år de har levet.

Guder er de væsner der har bedst karma. Guder har gennem mange tidligere liv ved gode handlinger, ord og tanker skabt basis for deres nuværende og overdådige liv. Men netop fordi deres gode liv skyldes noget de har gjort tidligere, kan det ikke vare evigt. Det vil falde fra hinanden, når grunden til den gode karma ophører. Halvguder er også væsner med god karma, men den er knap så god som gudernes. Halvguderne er konstant misundelige på gudernes bedre stilling og sørger derfor at indtage deres position ved at bekæmpe dem. Men da guderne er klogere og stærkere, taber halvguderne hele tiden. Mennesker er væsner med blandet karma, og de oplever derfor både nydelse og lidelse. Hvor guderne er mest stolte, og halvguderne mest misundelige, er det gennemgående træk ved menneskene deres tilknytning til forskellige ting. Mennesker ønsker for det meste at få mere af alting: penge, sex og prestige, store biler og et smukt udseende.

Det er tydeligt, at dyr er mindre intelligente end mennesker. Dyr er da også mest præget af dumhed eller uvidenhed. De lever kortere og fungerer ofte som arbejdskraft, hobby eller mad. Sultne ånder har dårlig karma og plages ikke af at få opfyldt deres behov. De er konstant grådige, er aldrig tilfredse med det, de får og lider derfor meget. Helvedesvæsner er fyldt med had og vrede. De har så meget dårlig karma, at de lever et liv i uophørlig lidelse. De har en oplevelse af konstant at blive tortureret, for derefter at blive slået ihjel. De opstår så igen, og den samme historie gentager sig.

Af alle disse forskellige væsner kan vi som mennesker kun se dyrene, mens guderne og de andre væsner er usynlige for os. Derfor tror vi måske at de ikke eksisterer. Men verden er mere end det, man kan se man kan se med det blotte øje. Ifølge buddhistiske tekster er de andre verdener lige så virkelige som vores egen menneskeverden.

*Menneskene er de eneste væsner der kan blive befriet fra livshjulets lidelse.* Gudernes og halvgudernes liv er ofte for behageligt til, at de bekymrer sig om meditation og udvikling. De er optaget af at nyde deres fantastiske evner og store styrke. Mennesker lever et normalt liv, hvor de oplever både godt og skidt. De fleste er derfor mere motiverede for at udvikle sindets muligheder. Er man som menneske født et sted, hvor man ikke hele tiden skal flygte fra sult, sygdomme og krig, kan man forstå Buddhas lære, og har man tid og overskud til at praktisere meditation, er menneskelivet en kostbar mulighed til at blive befriet fra livshjulets lidelse.

Kilde: Undervisnings / læringsportal <http://hval.dk>

## Hjulet

Hjulets symbolske betydning og ophav stikker i mange retninger. I den indiske tradition er det symbol for øjet med associationer til visdom og i buddhismen taler man om Buddhas visdomsøje. Hjulet er også symbol på solen, der igen i de fleste



kulturer refererer til lys, renhed, klarhed og guddommelighed – og man taler om Buddha som 'verdens lys'. Endvidere associeres hjulet med bevægelse, og der berettes om et himmelsk hjul, der engang rullede gennem luften, da en god verdenshersker spredte sin indflydelse rundt i verden. I forlængelse af den tankegang taler man om at 'dharma-hjulet' blev sat i gang, dengang Buddha holdt sin første prædiken efter sin oplysning. Og man taler om at hjulet sidenhen blev sat i gang for anden gang med mahayana-læren og for tredje gang med vajrayana-læren.

## **De buddhistiske munke**

Munkene er Buddhas disciple og repræsentanter på jorden. De efterstræber et liv i askese, på samme måde som Buddha og de første disciple gjorde det. Som ledetråd bruges de gamle klosterregler, hvortil høre et nogenlunde fast tilrettelagt dagsprogram med meditation, skriftstudier og messe samt en række forskrifter for korrekt opførsel blandt munkene og nonnerne i hver sine klostre.

### Munkenes religiøse liv på templerne ser omtrent således ud:

Kl. 05/05.30:	morgenrecitation og meditation	
Kl. 07.30:	morgenmad	
Kl. 09.00:	meditation	
Kl. 11.00:	ofring af mad til munkene	
Kl. 11.30:	frokost	
Kl. 13.00:	meditation	
Kl. 15.00:	studier, meditation, fritid	
Kl. 19.30:	aften-ceremoni, meditation	
Kl. 22.00:	hvile/søvn	(Jørn Borup, 2005, s.67)

Munkene er underlagt flere hundrede klosterregler, der fordrer alt fra sømmelighed optræden til cølibat, mad og tøj-koder. Blandt andet må munkene ikke spise efter middag, og de forventes altid at bevæge sig rundt i munkeklæder, uanset om det er sommer eller vinter. Desuden må en munk ikke eje mere end otte ting: tre stykker beklædning til munkerober, tiggerskål, nål, barberblad/negleklipper, bælte og vandflaske/-kop. Men templets ejendele fungerer dog som munkenes brugsgenstande. Munkene må heller ikke berøres af kvinder og ikke køre i egne transportmidler, hvorfor der nogle steder er særlige munkesæder i busserne.

En lama har ofte levet et traditionelt klosterliv som munk – og i sjældnere tilfælde som nonne. Lama er det tibetanske ord for 'guru', dvs. en religiøs lærer. Lamaen forventes at have opnået et vist spirituelt niveau og at være god til at belære andre. Lama-titlen gives fra lærer til elev og er statusgivende. Titlen er i lige så høj grad en

social æresbetegnelse, og det siges, at mange tibetanske flygtninge ved ankomsten til Nepal automatisk fik tildelt en lama-titel.

Det hører med til munkenes arbejde at lytte til lægfolks problemer. Det kan være såvel religiøse, sociale, psykologiske eller sågar økonomiske problemer. Principielt kan lægmænd komme i templerne, når de har lyst. De kommer for at gøre ofringer til Buddha eller for at få råd og vejledning. Den gode lægmænds-buddhist forventes at følge og overholde de fem eller otte buddhistiske forskrifter, der udgør de vigtigste etiske leveregler i den buddhistiske verden: At afholde sig fra drab, tyveri, utroskab, løgn og indtagelse af rusmidler, og ved særlige religiøse lejligheder, at afholde sig fra mad efter middag, sansenydelser/underholdning (dans, sang etc.) og parfume, samt total seksuel afholdenhed.

### **Baudhanath Stupa**

Stupaen er et gigantisk hvidt buddhistisk monument. Hver dag bliver stupaen tilbedt af hundreder af troende buddhister, og den er det naturlige samlingspunkt for tibetanske flygtninge, tilflyttere fra det nepalesiske Himalaya og andre buddhistiske befolkningsgrupper. Baudhanath Stupa er anslået til at være 1600 år gammel. Dens nuværende udseende har den haft i omkring 150 år.

Ifølge den tibetanske legende blev stupaen opført af en hønseopdrætter og hendes fire forskellige sønner fra fire forskellige ægteskaber. Hun selv døde inden stupaen blev færdig. Da hendes sønner havde bygget stupaen færdig, fik hver af dem lov til at fremsætte et ønske. Dydige, som de var, ønskede de sig alle fire, at de i fremtidige liv kunne hjælpe buddhismen med at få fodfæste i snelandet nord for Himalaya, det land der idag hedder Tibet. Stupaen og guderne, der beskytter den, opfyldte deres ønsker. Mens moren blev den gudinde, der i dag beskytter stupaen, blev de fire sønner i deres senere liv vigtige personer i Tibets buddhistiske historie. Den ældste blev den munk, der bragte buddhismen til Tibet. Den næste blev den tantriske mester, der besejrede Tibets lokale guder og fik dem omvendt til buddhismen. Den næste blev den konge, der indførte buddhismen, og den sidste af sønnerne blev en af kongens ministre, siden kendt som en stor beskytter af buddhismen. På en måde kan hele Tibets buddhistiske historie altså føres tilbage til opførelsen af den store stupa i Bodḍha. Mange af de tibetanere, der lever i stupaens nærhed i dag, kendte allerede til og tilbad stupaen, da de levede i Tibet.

En stupa symboliserer Buddha og hans lære. Den siges at være Buddhas mentale krop. Hver eneste lille detalje i en stupas konstruktion symboliserer elementer i Buddhas lære om vejen til oplysning. Den er ikke kun et abstrakt symbol. Indkapslet i den, er der hellige skrifter, statuer, ædelsten eller forskellige helgeners knogler.

Det siges, at knoglerne fra den første Buddha (fra tidsalderen forud for vores) ligger inde i Baudhanath Stupaen. Stupaen siges at være massiv, og der er ikke nogen, der

har hverken mod eller lyst til at slå hul på den for at finde ud, af om det er rigtigt. Alene den måde, den er bygget på og troen på dét den indeholder, får den troende til at betragte den med stor ærefrygt. Mange mennesker anser faktisk Baudhanath Stupa og Buddha for at være ét og det samme, og de beder til stupaen, ligesom de ville bede til Buddha.

Omkring stupaen kan man ofte høre folk fortælle om hændelser, hvor stupaen har hjulpet dem. Den har hjulpet barnløse par med at få børn, arbejdsløse har den skaffet arbejde til, og den holder mange mennesker raske. Mest af alt hjælper den dog de besøgende mennesker med at komme tæt på Buddha og hans lære og måske derved opnå et bedre liv nu eller næste gang, de bliver født.

Baudhanath Stupa blev i 1979 optaget på UNESCOs liste over verdens kulturelle arv på grund af dens arkitektoniske egenart og dens store kulturelle og religiøse betydning. Den er i dag en af Nepals vigtigste turistattraktioner, og den ligger omgivet af et utal af souvenirbutikker. Stupaen besøges hver dag af mange udenlandske gæster, der tilbringer alt fra en time til mange måneder i dens nærhed. Turisterne kommer både for at se det gamle bygningsværk og for at opleve den buddhistiske religion. Stedets vigtighed som politisk markør for det tibetanske eksil skaber også interesse blandt udlændingene.

De lokale beboere og turisterne deler stedet imellem sig. Om formiddagen og lidt ud på eftermiddagen er området turisternes. Butikkerne har åbent og de talrige turistgrupper guides rundt om det store bygningsværk. Men tidligt om morgenen, inden dagen går i gang, og om aftenen ved eftermiddagens afslutning er området fyldt med bydelens eksiltibetanere, som vandrer med urets retning omkring stupaen. De er der for med deres rundgang at tilbede stupaen og modtage Buddhas kraft – og ikke mindst for også at hygge sig og møde hinanden.

## Tibetanere i eksil

Det er meget svært for en eksilbefolkning overhovedet at kunne definere sig selv som ét folk og én kultur og dermed adskille sig fra de andre indbyggere i værtslandet. Derfor er de nødt til at lægge ekstra vægt på deres egen kulturs udtryksformer i eksilet. Dette er et fænomen, der ses mange steder i verden, hvor flygtninge samles.

Rundt om stupaen kommer tibetanernes identitet til udtryk i byggestil og i mad, genstande og lægekunst. Identiteten ses også i den nærværende spiritualitet i de omkringliggende buddhistiske klostre, som er blevet bygget som erstatning for de mange klostre, der blev ødelagt i Tibet af kineserne under kulturrevolutionen.

## Synliggørelse

Udefra kommende turister ved Baudhanath Stupa kan ind imellem opfatte eksiltibetanerne her som mere "tibetanske" end tibetanerne hjemme i Tibet. Tibet som *Det Tabte Land* er blevet et salgbart varemærke, som eksiltibetanerne nu ivrigt sælger til turisterne og vestlige buddhister, som gerne vil opleve den "autentiske tibetanske kultur". Baudhanath Stupa samler hermed mange forskellige typer mennesker, som alle har deres eget billede af, hvad "Tibet" indeholder.

Tibetanerne understreger deres kultur ved at vælge meget farvestrålende chubaer (klædedragter i silkebrokade) og ved deres kærlighed til farvestrålende smykker med turkiser, koraller og guld. Derved adskiller de sig fra nepaleserne, som bærer hinduistiske dragter og smykker – i højere grad sølvsmykker og andre typer ædelsten.

De adskiller sig også ved synlige spirituelle gøremål som f.eks. at vandre rundt om stupaen og tænde smørlamper i smørlampehusene, dreje bedemøller 108 gange og hænge bedeflag op. I de omkringliggende buddhistiske klostre kan de møde deres gamle tibetanske mester og overbringe ham et velsignelsestørklæde, for dermed at ønske lykke og gode tanker til ham og hele menneskeheden.

De mange tibetaneres dagligdags spirituelle gøremål ved Baudhanath Stupa vidner om, at dette sted er et "miniature Tibet" for den længselsfulde rejsende. På denne måde gennemlever flygtningene deres egne drømme og længsler efter den kultur, religion og de landskaber i Tibet, som de ikke længere har adgang til.

## Losar – tibetansk nytårsfejring

Nytårsfesten *Losar*, der afholdes i februar måned, er tibetanernes vigtigste højtid. *Lo* betyder 'år' og *sar* betyder 'nyt' på tibetansk. Udover at være indgangen til et nyt år er Losar karakteriseret ved en bred vifte af ritualer og små dagligdags iscenesættelser.

I tiden før Losar-festen vaskes, nettes og fejes der. Rundt om stupaen ser man en hektisk aktivitet med tæppebanken og udsmidning af alt det gamle. Man Losar-dekorerer husalteret og får munke til at rense hjemmet for dårligdom. Kroppen gnides med bygmel for at få sjælens og kroppens elendigheder fjernet. Alt, hvad der er ødelagt og i dårlig stand i huset, skal smides ud, for at det nye år kan blive lykkeligt.

Til gengæld må man ikke gøre rent lige efter Losar, for så fjerner man al det gode held, som man har plantet i huset under forberedelserne.

Dagen før selve Losar-dag tilbereder familien en speciel suppe *Guthuk*, hvortil man serverer melboller, som indeholder 9 forskellige 'ingredienser' med forskellige symbolske betydninger: sukkerknald, uldsnor, træstykke, bønner, småsten, chilipeber, bomuld, papirstykke og stumper af trækul. Under stor latter pakkes de symbolske ingredienser ud af melbollerne og afslører noget om personens karakter (som vedkommende evt. kan arbejde på at bedre) og spår om personens lykke eller ulykke det kommende år. For eksempel symboliserer en uldtråd et langt liv, hvidt uld indikerer et rent hjerte/godhjertethed, medens kul indikerer ondskab, og chili indikerer falsk eller skarp tunge etc. Melbollerne kasseres, og derefter spises suppen. (se opskriften på suppen under faneblad 6: aktiviteter)

Ved Losar renser man så at sige alt det dårlige bort og forventer, at det nye år kan blive lykkeligt og godt efter denne intense hovedrengøring. I Tibet varer festen i femten dage. Blandt eksiltibetanerne i Katmandu festes der kun i fire dage, men så gøres det også grundigt. De besøger hinanden, drikker meget og spiser meget god mad og kager. De besøger også de forskellige klostre rundt om stupaen for at få de tibetanske mestres velsignelse og dermed lykke og glæde i det nye år. Man tager altid et velsignelsestørklæde - en *kata* - med til mesteren som et offer. Og man tager måske en amuletsnor med, som mesteren kan velsigne ved at berøre ens hoved med den.

Munkene laver store *torma*-figurer sirligt formet i smør og som siden ofres til guderne (se billedserien nr. 29 og 34). Der blaffer tusindvis af bedeflag på stupaen, og der males kæmpemæssige gul-orange lotusblomster på stupaens sider ved at tibetaneren kaster safran op på det. Nytårs morgen går alle tibetanere op til stupaen og kaster *tsampa* (byg) op i luften for at bringe lykke.

I forlængelse af rengøringstanken med at rense huset for alt det dårlige for at starte på en frisk i det nye år, får både børn og voksne syet en helt ny *chuba* (kjole til piger og jakke til drenge) hos den lokale skrædder. Munkene får også nye dragter.

## Husalteret

Der er et buddhistiske husalter i ethvert tibetanske hjem. På alteret står der altid mindst syv offerskåle og et rigt antal smørlamper i forskellig størrelse. For tibetanere er syv et lykketal. Hvis et husalter har flere end syv offerskåle, er det vigtigt at tallet går op i syv.

Øverst på alteret står en Buddhafigur i messing. Hvis det er en velhavende familie kan der stå flere Buddhafigurer og andre gudfigurer i forskellige størrelser. På alteret står der også altid mange fotografier og billeder af nulevende mestre, Lamaer.

En høj "kranscake" af bronzeringe, en *mandala*, symboliserer med sin symmetri, at hele verden hænger sammen. Børn og voksne fylder mandalaen med ris eller perler, halvædelstene, statuetter, gudebilleder og andre små souvenirs fra hellige steder.

Der stilles altid mange blomster frem – friske eller i plastik. På alteret står en kop eller en skål med ukogte ris, hvor der er stukket røgelsespinde ned i.

På væggene omkring alteret hænger store og små *thangka* malerier. Billederne forstiller Buddha og guderne, og motivernes renhed og klarhed hjælper den bedende til at rense tankerne under meditation.

### **Alterets brug til hverdag og fest**

Tidligt om morgenen inden frokost hælder familiens ældste frisk vand i offerskålene, som er blevet omhyggeligt rengjort aftenen før. Lamperne fyldes med flydende smør og en væge stikkes i, så de står klar at til tænde. Man sætter altid en kop the frem på alteret til guderne, inden man selv drikker noget.

Efter smørlamperne er blevet tændt, begynder bønnerne til guderne.

Roligt og meditativt tændes en røgelsesspind, og røgen føres over alteret i runde, bølgende bevægelser, mens man beder en tavs bøn. Røgelsespinden stilles derefter i koppen med ris, hvor den sidenhen brænder ud. Nogen gange tænder man også røgelse i en speciel blanding kaldet *san*. Den lugter sødt og holder onde ånder borte. For at være sikker på at ingen ånder sniger sig ind alligevel, svinger man røgelseskaret med *san* i rummets fire hjørner. Endnu bedre er det, hvis man samtidig beder en bøn.

Nogle af offerskålene på husalteret er pyntet med ris, røgelsespinde og blomster for at tilfredsstille alle sanserne. I Himalaya kan det nogle steder være vanskeligt at finde blomster til offerskålene. Derfor sætter tibetanerne meget stor pris på sjældne, næsten gennemsigtige, hvide roseblade til at dekorere offerskålene med.

Måske har en *lama*, en buddhistisk læremester, velsignet en lille kæde med et Buddha-billede. Måske har han gået rundt i hjemmet og velsignet det med toner fra sit klarinetagtige blæseinstrument.

Når tibetanere ofrer og læser bønner ved husalteret, er det ikke bare for at gøre guderne blide og rare. Bønnerne læses for at hjælpe alle levende væsner. Tibetanere beder også for menneskenes genfødsel - *reinkarnationen*. En reinkarneret person er for buddhister en person, som har opnået stor visdom og kundskab, men som har valgt at vende tilbage til den menneskelige verden for at hjælpe andre.

På særligt hellige dage som nytåret *Losar*, køber man mængder af frugt, kager, søde sager og blomster. Først skal guderne have deres del inden familien kan forsyne sig med godterne. På den slags dage lyser mange smørlamper op.

## Fotografiets betydning for eksiltibetanerne

*"Tibetanerne elsker at lade sig fotografere i et fotostudie med deres farverige losar-chubaer på – de er jo i eksil her i landet, og derfor har de mange familiemedlemmer både i Tibet og spredt i resten af verden. Jeg tror, at de synes det dejligt at kunne sende disse familiemedlemmer et smukt fotografi"*

Sagt af den nepalesiske indehaver  
af Losar Foto Studio, Boddha

Fotografiet synes at have en særlig plads i bevidstheden for eksil-tibetanerne i Kathmandu. I breve udveksles der talrige fotografier blandt familiemedlemmer mellem Tibet og Kathmandu. Desuden er man meget begejstret for at lade sig fotografere sammen med familie og venner ved enhver højtids og fest.

Til festlige lejligheder iklæder man sig flotte farvestrålende *chubaer* og går ind i et af de mange små fotostudier, som ligger i boligkvarteret rundt om Baudhanath Stupa.

Som baggrundstapet kan man hos fotografen vælge mellem motiver som Matterhorns alpetinde eller den brølende kronhjort i Yorkshire!

I denne UNESCO-samling er det en indisk te plantage, som er baggrundstæppet i det fotostudio, som eleverne selv kan sætte op, og hvor de kan fotografere hinanden med de farverige dragter på.

## Fotos af Dalai Lama og hellige mænd

Fotografiet bruges også på en helt særlig måde inden for det tibetanske, religiøse rum.

Overalt ved Baudhanath Stupa kan man købe mange pudsige varianter af fotografier af Dalai Lama – gamle sort/hvide barndomsportrætter af ham siddende på tronen i Potalapaladset i Lhasa, og nutidige fotografier fra de mange begivenheder i hans righoldige liv. I små kiosker og buddhistiske fotografi-biblioteker sælges der også hundredvis af genoptryk af fotografier af de mange andre lamaer og højtstående oplyste mænd *rinpoche*'er.

Man går ofte rundt med et fotografi af sin yndlings-lama i jakkelommen, i en konvolut eller i en kæde rundt om halsen.

I hjemmet hænger der gerne flere fotografier på væggen eller stillet op på det smukke husalter, som er fast inventar i de tibetanske hjem i eksilet.

I modsætning til mange andre folkeslag i verden har tibetanere et meget konkret forhold til fotografiets mentale nyttepotentialer:

*»Sindet mildnes ved synet af en stor lama eller rinpoche«*

sagde lamaen Ngawang Phuntsok (hvis hat, smørlampe, fotografi og billede af Dalai Lama er med i denne UNESCO-samling) og fortsatte:

*»Jeg bærer altid min mester tæt ind til kroppen. Hans ufattelige store kraft sidder i fotografiet, og jeg mærker lidt af denne kraft, når jeg fordyber mig i billedet«*

I lighed med de mange andre smukke amuletter, som tibetanerne har hængende rundt om halsen, betragtes fotografiet af mange som en beskyttelse mod onde ånder og en konkret styrkelse af spirituelle kræfter. Fotografiet rummer helt konkret lidt af det hellige fra mesteren selv. Ved at dvæle ved fotografiet kan man sanse noget af den spirituelle kraft, som personen på fotografiet besidder.

Man må aldrig rive et fotografi af en *lama* eller en *rinpoche* i stykker – skal man skille sig af med det, skal det brændes.

## **Tibet ud i verden**

Der er en enorm omsætning af tibetanske genstande så som medbragte antikviteter, souvenirs, smykker med koraller og turkiser, røgelse, Buddhafigurer og specielle traditionelle mad- og drikkevarer som smør-te og tørret yak kød. Thanka-malerier har især turisternes interesse. Det er små og store håndmalede lærreder med velkendte gudemotiver og fortællinger fra Buddhas univers. De bruges til at meditere foran, og de findes både i klostre og private hjem.

Den store omsætning beror også på, at vestlige rejsende betragter produkterne som ægte tibetanske, selvom de er fremstillet i Nepal.

Det internationale samfunds store kendskab til tibetanernes skæbne og flugt til Nepal og Indien er også forbundet med hele den forestillingsverden, som er bygget op omkring det tibetanske folks skæbne og lidelser. Antallet af tibetanske flygtninge er på verdensplan "kun" ca. 130.000, og nær stupaen lever et sted mellem 18.000 og 20.000. Men i kraft af deres åndige leder Dalai Lamas ihærdige synliggørelse af situationen for flygtningene og den tibetanske sag, er der stort fokus på det tibetanske folks lidelser under kinesernes besættelse af Tibet.

## **Eksiltibetanernes musik**

I UNESCO-kasserne ligger forskellige CD'ere med musik komponeret af unge tibetanere i eksil. Gennem musikken kan de udtrykke deres længsel efter det tabte land, som de drømmer om at vende tilbage til. Tibet har altid haft en stærk og livlig musiktradition med mange særprægede instrumenter og former for strubesang.

Tibetanerne har ikke nogen stor tradition for litteratur i moderne forstand. Teksterne har gennem historien været med religiøs baggrund og har tilhørt munkene og klostrene. Landflygtigheden uden for Tibet har lagt grunden for ny skønlitteratur, som har omdrejningspunkt i hjemløsheden og længslen efter det mistede land.

*Da jeg voksede op i Tibet var der ingen frihed. Jeg voksede op i fattigdom og var nægtet de rettigheder, som de fleste mennesker tager for givet. Dette er, hvad de almindelige tibetanere er udsat for, dengang og nu.*

*Siden flygtede jeg til fods over Himalaya. Som for mange andre tibetanere lykkedes det også for mig at finde frihed i Vesten.*



*Arbejdet med dette album har muliggjort, at jeg kunne eksperimentere med at bruge min tibetanske stemme med vestlig lyd. Det er et udtryk for frihed – en frihed til at arbejde og udtrykke mig selv, som jeg aldrig kendte til i Tibet.*

*Tibet har mange unge, modige og talentfulde mennesker, som arbejder for at bibeholde vores kultur dynamisk og levende. Tibetansk kultur vil aldrig dø eller forblive statisk. Vi vil vokse som en del af den moderne verden, så længe vi har en chance for frihed – noget de fleste tibetanere desværre ikke har.*

*Mit største ønske er at se det tibetanske folk stærkt og frit arbejdende og leve sammen i harmoni. Jeg håber, at mit arbejde her kan bidrage til at styrke min kultur i denne moderne verden og hjælpe med til at synliggøre vores kamp. Sangene på dette album er rige på politiske og spirituelle metaforer og er tilegnet min søn Tenzin Shaydrup og alle de tibetanske børn, som bærer Tibets fremtid i deres hjerter og i deres sind.*

Yunchen Lhamo,  
tibetansk musiker i eksil.

Følgende litteratur er anvendt i udformningen af baggrundsteksten:

'Dansk Dharma – Buddhisme og buddhister i Danmark' af Jørn Borup, 2005, side 16-18, 67-68, 151, 154, og 208.

'Historisk Opslagsværk', 1994, side 55 og 436.

'Den Store Danske', Gyldendals åbne encyklopædi på internettet under opslaget "Nepal religion".

## Websites og litteraturliste

### Web sites:

Tibetanere i eksil

<http://www.dalailama.com/>

<http://www.tibetkomite.dk/om-tibet/eksilsamfundet>

<http://www.dstk.dk/>

<http://www.frittibet.dk/17011098>

<http://www.tibetkomite.dk/>

<http://www.freetibet.org/>

<http://www.tibet.com>

### Litteraturliste

Højholt, Lene (2002). Buddhas lære - og den tibetanske buddhisme. København: Gyldendal Uddannelse [ISBN 87-00-40484-5](#)

Ikeda, Daisaku (1990). Buddhas liv. Et fortolkende portræt. Oversat fra engelsk af Bente Jørgensen, Forlaget Cicero [ISBN 87-7714-072-9](#)

Ikeda, Daisaku (1992). Buddhismen. De første Tusind År. Oversat fra engelsk af Anne Ziersen, Forlaget Cicero [ISBN 87-7714-097-4](#)