



TIBET

Zwei junge Männer haben mit der Unterstützung eines Mönches die Puja an einem für die Tibeter heiligen See durchgeführt. Puja bedeutet „Verehrung“ oder „Ehrerweisung“ und ist eine Zeremonie, in der speziell geweihte Gaben dargebracht werden, um Buddha zu ehren. Pujas sind fest im tibetischen Buddhismus verwurzelt. Sie werden oft durchgeführt, um negative Energien oder Hindernisse abzuwenden oder zu beseitigen, die der Erreichung weltlicher und spiritueller Ziele im Wege stehen, sodass in allen Aktivitäten Glück und Wohlstand erreicht werden kann. Die Tibeter kennen verschiedene Arten von Pujas. Bei der Langlebens-Puja wird darum gebeten, die Lebensspanne zu verlängern und die Gesundheit zu fördern. Die Feuer-Puja (Jangwa) ist eine intensive Reinigungszeremonie, bei der spezielle Opfergaben in einem rituellen Feuer verbrannt werden. Schutz-Pujas (Gutor), um Schutz vor negativen Einflüssen und Unglück zu erbitten und die Dakinis-Puja, bei der die Dakinis, weibliche Geistwesen, geehrt werden, um ihre Unterstützung und Weisheit im Alltag zu erlangen. Die Vorbereitung einer Puja umfasst die Reinigung des Ritualplatzes, das Aufstellen von Opfergaben wie Blumen, Nahrung, Wasser und Räucherwerk sowie das Anordnen religiöser Objekte wie Thangkas (religiöse Rollbilder) und Statuen. Die Zeremonie beginnt in der Regel mit der Rezitation von Mantras und Gebeten. Musikinstrumente wie Trommeln, Zimbeln und Hörner werden verwendet, um die spirituelle Atmosphäre zu verstärken. Die Ritualhandlungen variieren je nach Art der Puja. Oft werden die Teilnehmer dazu angeleitet, bestimmte Meditationen oder Visualisierungen durchzuführen. Zum Abschluss wird oft ein Segen verteilt, der durch das Besprengen mit heiligem Wasser oder das Anlegen eines gesegneten Fadens (Rakshe) erfolgt. Für viele Tibeter ist die Puja ein wesentlicher Bestandteil der spirituellen Praxis und des täglichen Lebens. Sie hilft, eine Verbindung zur spirituellen Welt herzustellen, das tägliche Leben zu segnen und Unterstützung bei persönlichen und gemeinschaftlichen Anliegen zu erhalten.

