

# LINGGÄN

FRTA KNOWLEDGE  
BUSINESS TRAINING & ADVICE

Extra editie februari 2024

FRTA KNOWLEDGE webinars & coaching | [www.frta.nl](http://www.frta.nl) | E-mail: [froelfsema@frta.nl](mailto:froelfsema@frta.nl)

## Losar Tashi Delek 2024

Tibetaans nieuwjaar, Losar, valt in 2024 op zaterdag 10 februari tot en met maandag 12 februari.

Nieuwe maan in februari / maart. 'Losar' is het 'Tibetaanse Nieuwjaar' en de belangrijkste feestdag in Tibet. De viering van Losar bestond al in de voor-boeddhistische tijd in Tibet. Voorbereidende oefeningen met het lezen van teksten en meditatie beginnen gewoonlijk vijf dagen eerder.

Losar staat symbool voor reiniging en het nieuwe verwelkomen. Er wordt als het ware een nieuw leven begonnen. De huizen worden grondig schoongemaakt, maar ook reinigen in de vorm dat ruzies bijgelegd en schulden vereffend worden. Boze geesten die op de loer liggen, worden ceremonieel verdreven. Het is een echt familiefeest.

Losar, de Tibetaanse nieuwjaarsviering, is terug te voeren tot de pre-boeddhistische tijd toen de Tibetanen de Bön-religie beoefenden. Het was een jaarlijkse spirituele ceremonie waarbij mensen wierook offerden aan lokale geesten, goden en beschermers.

Lo betekent Jaar en Sar betekent Vers of Nieuw. Traditionele Tibetaanse Losar-feesten worden gedurende vijftien dagen gevierd met wierook, mantra's, offers aan kloosters, monniken en lama's, gebeden voor verzoening, evenals bezoeken aan familieleden en verschillende feesten. Tibetaanse boeddhisten zien het festival als een overwinning van het goede op het kwade.

Ter voorbereiding op Losar, in de laatste dagen van het oude jaar, spannen mensen zich in om problemen op te lossen en negativiteit van het voorgaande jaar te verwijderen. Gedurende deze tijd voeren Tibetaanse kloosters en tempels speciale ceremonies uit om negatieve elementen uit het oude jaar te verdrijven, zodat ze niet naar het nieuwe jaar worden meegenomen. Lama's en monniken doen een week lang rituelen, vaak met als hoogtepunt lama dansen. Vervang oude gebedsvlaggen door nieuwe. Bezoek je plaatselijke klooster, doe offers van smaken en gebeden aan Lama's en geesten. Betaal je schulden, verontschuldigd je voor enig wangedrag .



### Gebedsvlaggen

Gebedsvlaggetjes worden verondersteld vrede, compassie, kracht en wijsheid te verspreiden. Tibetanen geloven dat bij het wapperen in de wind de gebeden en mantra's opstijgen naar de goden, die voorspoed brengen aan de degene die ze ophangt, zijn familie, vrienden, bekenden en zelfs vijanden.

Door de vlaggetjes op hoge plekken op te hangen kan de ta, het windpaard, de zegeningen naar alle levende wezens brengen. Daarbij wordt de lucht zelf door de vlaggetjes gezuiverd.

Oude vlaggetjes verliezen vaak door weer en wind hun kleuren. Men gelooft dat dit komt doordat de gebeden langzaam worden opgenomen in de omgeving. Net als het leven een cyclus van dood en wedergeboorte is, hangen Tibetanen nieuwe vlaggetjes op naast de oude, om het zelfvernieuwend aspect aan het leven te symboliseren.

### Ophangen van gebedsvlaggen

De verschillende kleuren moeten van links naar rechts in de volgende volgorde worden opgehangen: blauw, wit, rood, groen en geel.

Soms wordt gedacht dat als de vlaggetjes worden opgehangen op een verkeerde datum of tijdstip volgens de Tibetaanse astrologie, het negatieve invloed op hun werking heeft. De beste tijd om vlaggetjes op te hangen zou in de morgen op een winderige zonnige dag zijn.