

Religiøse begreber i tibetansk buddhisme

Avalokitesvara	En bodhisattva, hvis mest fremtrædende egenskab er medfølelse. Den nuværende Dalai Lama er den 14. inkarnation af Avalokitesvara.
Bedeflag	Flag, som hænger på snore i naturen, fx over en bjergkløft – ofte flere hundrede i række. På flagene står skrevet Om mani padme hum, dvs. O du juvel i lotusblomsten. Det er en hyldest og en bøn til Buddha. Når vinden blæser, bliver bønnerne bedt.
Bedekrans	En snor med perler, oftest af ben eller træ, som man bærer på sig. Man beder en bøn for hver perle en eller flere gange om dagen.
Bedemølle	Aflangt, rundt hylster, hvor der er lagt små sedler med bønnerne Om mani padme hum (se under bedeflag). Bedemøllen kan være lille og drejes på en pind man har i hånden, eller stor og sidde på et stativ. Når bedemøllen drejes, bedes bønnerne.
Beskyttende guddomme	Et stort antal guddomme, som har deres oprindelse i hinduisme og shamanisme (Bøn), og som er blevet inkorporeret i den tibetanske buddhisme. De populære guddomme er ofte knyttet til et bestemt sted i Tibet.
Bodhisattva	Et menneske, der har opnået den højeste oplysning, men som ikke har ønsket at indgå i nirvana, men i stedet er vent tilbage til det jordiske liv for at hjælpe andre mennesker til frelse. I tibetansk buddhisme har bodhisattvaerne gudestatus.
Buddha	Det betyder ”Den oplyste”. Den historiske Buddha levede i det 5. århundrede før vor tidsregning i det nordlige Indien. Han var indstifteren af den buddhistiske filosofi, som efterhånden udviklede sig til en religion, hvor Buddha ophøjedes til en gud.
Bönreligion	Den oprindelige, shamanistiske religion i Tibet. Bönreligionen bekæmpes af de buddhistiske herskere, men overlever som folkelig religion i de områder, der ligger langt fra magtcentrene. Efterhånden tilpasser bøn sig buddhismen og bliver en buddhistisk sekt.
Dalai Lama	Ordet betyder ocean af visdom, dvs. uendelig visdom. Dalai Lamaerne anses for at være inkarnationer af bodhisattvaen Avalokitesvara og dermed guddommelige. Den nuværende Dalai Lama er den 14. inkarnation.
Dharma	Vejen til oplysning og frelse. Dharma fremstilles ofte symbolsk som et hjul, der er udtryk for Buddhas belæringer.
Dorje	Stiliseret fremstilling af en tordenkile, oftest i kobber eller andet metal. En dorje er et symbolsk udtryk for det maskuline princip, som bekæmper uvidenheden. I samspil med klokken, det kvindelige princip, skabes visdom.
Gelugpa (gelug)	Tibetansk, buddhistisk sekt, som opstår i 1400-tallet for at reformere den tibetanske buddhisme. Gelugpaksekten bliver den mest magtfulde sekt i Tibet. Dalai Lama tilhører Gelugpa sekten.
Gliddefald	En hellig handling, hvor man fra stående stilling i en glidende bevægelse lægger sig på maven med armene udstrakt foran sig.
Hinayana	Den ene af de to hovedretninger, som buddhismen deles i ca. 100 år efter Buddhas død. Hinayana betoner de individuelle vej til oplysning, som først og fremmest munkene følger. Hinayana kaldes også for Theravada (de ældstes lære), og det er den retning, som kommer til at dominere i Sydøstasien og i Japan.
Hinduisme	Den dominerende religion i Indien. Hinduismen menes at være opstået for mere end 4000 år siden i Indusdalen. Hinduismens gudeverden har visse lighedspunkter med andre indoeuropæiske gudeverdener, fx det oldgræske og det oldnordiske gudehierarki, og dette antyder påvirkningsforhold i forhistorisk tid.
Karma	Ordet betyder handling. Karmaloven er en universel lov om årsag og virkning, som siger, at enhver handling har en konsekvens. Hver gang man handler, skaber man karma, positiv eller negativ. Karmaloven har også et psykologisk aspekt. En persons karma kan forstås som summen af personens handlinger.
Klokke	Symbol på det kvindelige princip, der skaber visdom.
Knude, uendelig	Symbol på lykke.
Lama	Betegnelse for en buddhistisk lærd. Ordet betyder ”den højeste” og henviser til en person, som har

en højere visdom end en selv.

Mahayana	Den ene af de to hovedretninger, som buddhismen deles i ca. 100 år efter Buddhas død. Mahayana betoner det fællesmenneskelige aspekt af buddhismen frem for det individuelle. Mahayana udvikler sig til egentlig religion med et gude hierarki. Mahayana bliver den dominerende retning Indien og Tibet. Se realkommentar.
Mandala	En firkant omkredset af en cirkel. Et symbolsk billede af universet og samtidig et tantrisk meditationsredskab. Se realkommentar.
Mani	Ordet betyder bøn. Manisten er sten med indskriften ”Om mani padme hum”: O juvel i lotusblomsten, dvs. en bøn og en hyldest til Buddha.
Mantra	En serie af stavelser som reciteres under meditationen. Mantraet indeholder guddommelig energi, som overføres til den mediterende.
Meditation	Meditation betyder fordybelse. Nogle former for meditation drejer sig om at få ro i sindet og øve sig på koncentration. Gennem iagttagelsen af strømninger i sindet, sker en forvandling, så sindet bliver roligt og klart. Andre former for meditation drejer sig om at skabe en forståelse af og klarhed om Buddhas lære og hvad den indebærer for en selv.
Nirvana	En tilstand af tomhed og intethed uden for tid og rum, som man kan opnå ved gennem oplysning og meditation at frigøre sig enhver drift og livslyst. Den kristne forestilling om paradys og evighed svarer ikke til den buddhistiske idealforestilling. (Se reinkarnation)
Prostere	En ubrudt række af glidefald, hvor man lægger sig på jorden og markerer, hvor langt man når med hænderne. Derefter rejser man sig, går et par skridt frem til, hvor hænderne har nået, og gentager processen. Man måler jorden med sin krop. Det er en særlig hellig pilgrimsgang, som godt kan strække sig over 100 km. eller mere.
Reinkarnation	Genfødsel. Alt levendes lod er at dø og genopstå i en ny skikkelse. Kæden af genfødsler kan bringes til ophør gennem oplysning, der kan opnås ved meditation og etisk korrekt livsførelse. Herved kan man opnå Nivarnatilstanden.
Smørlampe	Skål, hvori man anbringer yakfedt og/eller smør samt en væge, der antændes. Bruges som offergave.
Svastika	Hagekors. Et urgammelt hinduistisk og buddhistisk symbol, som betyder både lov og lykke.
Tantra	En retning inden for Mahayanabuddhismen, som prioriterer meditation som vejen til oplysning. En tantrisk meditation bygger på tantriske tekster, hvori visdommen udtrykkes billedligt, og som reciteres under meditationen.