

## Čöd (chöd)

Čöd dobesedno pomeni presekanje. Kot ponotranjenje zunanjega obreda čöd združuje filozofijo pradžnaparamite z zelo posebnimi meditacijami in tantričnimi obredi. Čöd izvajajo vse tradicije tibetanskega budizma z namenom, da bi presekale človekov ego oziroma sebični um. V obredu praktikant uporablja edinstveno zbirko svetih inštrumentov in melodij v podporo notranji vizualizaciji in meditaciji. Božanska glasba, petje in poslušanje melodij imajo preobražajoče in zdravilne učinke.

## Grleto petje (throat chanting)

Grleto petje izvajajo na samostanskih univerzah in tantričnih akademijah osrednjega Tibeta. Ta oblika petja se močno razlikuje od običajnega, saj pevec s pomočjo posebnih tehnik istočasno ustvarja dva ali več notnih glasov. Tibetanski menihi že več stoletij pojejo na ta način. Grleto petje je osupljiva, neprekosljiva izkušnja, ki osvetljuje možnosti človeškega glasu v povsem novi luči.



8. 6. 2011, SiTi Teater Ljubljana  
11. 6. 2011, Beltinci  
14. 6. 2011, ODU Koper  
18. 6. 2011, atrij graščine v Radovljici  
25. - 26. 6. 2011, Pedrovo nad Branikom



**KULTURA  
TIBETA**

**Častiti Geše Losang Šerab**  
Prikaz tibetanske svete glasbe in plesa

## ČASTITI GEŠE LOSANG ŠERAB

Geše Losang Šerab je bil rojen v Nepalju, v bližini Mont Everesta. Pri trinajstih letih je vstopil v slovití nepalski budistični samostan Kopan. Učil se je budističnega petja, igranja inštrumentov, obrednega plesa in budistične filozofije pa tudi tibetanskega, angleškega in nepalskega jezika in slovnice.

Leta 1998 je bil imenovan za glavnega vodjo obrednega petja v Kopanu. Odtlej s svojim bogatim baritonom vodi molitve na večini večjih festivalov.

Leta 2003 je prejel nagrado za najboljšega študenta in leta 2010 diplomiral s stopnjo gešeja, kar je v budistični filozofiji enakovredno zahodnemu doktoratu. Dostikrat je potoval v Rusijo, Latvijo, Francijo in Singapur, kjer je izvajal obredne ples in petje. Na prošnjo svojega prijatelja je izdal solo album »Choyang 2«, v petih drugih albumih, posnetih skupaj z drugimi menihi, pa je bil vodilni pevec.

Geše Šerab je nastanjen v samostanu Kopan v Kamanduju. Tam občasno poučuje zahodnjake, ki pridejo na tečaje meditacije.

## KULTURA TIBETA

### Prikaz tibetanske svete glasbe in plesa

»Tibetanska kultura je dragoceni del svetovne dediščine. Če bi se izgubila, bi bilo človeštvo siromašnejše.«  
Njegova svetost 14. dalajlama, Tenzin Gjatso

Na »strehu sveta« se tibetanska civilizacija, znana po vznemirljivih kulturnih in duhovnih tradicijah, razcveta že več kot tisoč let. Budizem je za Tibetance izjemno pomemben, ključni del njihovih življenj, vse odkar ga je v 8. stoletju predstavil veliki tibetanski kralj Songtsen Gampo.

Čeprav je tibetanska kultura pod komunističnim režimom po kitajski invaziji leta 1959 utrpela veliko škodo, se je, utemeljena na budističnem načelu nenasilja, na himalajskem območju ohranila skozi umetnost, literaturo in glasbo.

### Obredno petje (chanting)

Tibetanska glasba odseva kulturno dediščino transhimalajškega območja in pogosto vključuje petje v tibetansčini ali sanskrtu. Ti napevi so zapleteni, pogosto vključujejo recitacije svetih besedil, običajno pa jih izvajajo na festivalih, kakršen je *Monlam Čenmo* – Véliki festival molitve, na katerih je pred letom 1959 v prestolnici Lhasi praznovalo na desetine tisočev menihov in laičnih budistov. Menihi izvajajo molitve z globokim glasom, imenovanim grleno petje.

Drugi večji festival je *Gutor*, poteka pa v času *Losarja* (tibetanskega novega leta). Na ta dan se ljudje zberejo ob samostanu, kjer menihi vržejo v ogenj velike daritvene kolače, da bi prečistili ovire novega leta. *Čam*, obredni ples, izvajajo menihi, oblečeni v kostume, izdelane iz čudovitega brokata.

Čeprav so mnogi stari festivali izginili, smo danes srečni, da se lahko udeležimo številnih starodavnih kulturnih festivalov, ki so se z veliko truda ohranili.

### Obredni ples čam (cham)

*Čam* ali sveti ples je del mnogih tibetanskih festivalov. Pomen starodavnega plesa je večplasten, v osnovi pa ga lahko razumemo kot prakso očiščenja in preseganja negativnosti in ovir. Izročilo pravi, da ga je prvi izvajal Padmasambava, da bi očistil tla za izgradnjo samostana Samje. Ob spremljavi menihov, ki igrajo na tradicionalna tibetanska glasbila, plesalec *čama* izvaja slovesno zaporedje gibov, ki je prek ustnega izročila prehajalo z učitelja na učenca. *Čam* je meditacija v gibanju. Vsak gib ima pomen in ustvarja sveti prostor, v katerem se plesalec med predstavo osredotoča na določene centre in čakre.