



โลซาร์ วันปีใหม่ของทิเบต

ต้าซี เดเล็ก พุนซุม ซก

สุขสันต์ปีใหม่อันเป็นสิริมงคล



ในภาษาทิเบต คำว่า “โล” หมายถึง ปี และ “ซาร์” ย่อมาจาก ซาร์โป แปลว่าใหม่ โลซาร์ จึงแปลตรงตัวได้ว่า “ปีใหม่” ชาวทิเบตฉลองเทศกาลปีใหม่แห่งการเก็บเกี่ยวก่อนที่พระพุทธศาสนาจะเผยแผ่มายังทิเบต องค์ประกอบแต่เดิมหลายๆ อย่างที่เคยมีอยู่ในเทศกาลฉลองการเก็บเกี่ยวจึงยังคงเหลืออยู่ แต่พิธีกรรมทางพระพุทธศาสนาก็ได้หลอมรวมกลมกลืนอย่างง่ายดายเข้ากับการปฏิบัติแต่โบราณเหล่านี้

ปี 2565 ปีขาล ธาตุน้ำ

ปฏิทินโหราศาสตร์ของทิเบตใช้สัญลักษณ์สัตว์และธาตุต่างๆ สำหรับแต่ละปีในรอบ 12 ปีนี้ ปี 2565 นี้ เป็นปีขาล ธาตุน้ำ

ชาวพุทธทิเบตมีพิธีกรรมสำหรับปีใหม่เพื่อนำสิ่งที่ดี สิ่งที่เป็นสิริมงคลเข้ามา เราอาจถือว่านี้เป็นการสร้างกุศลกรรมสำหรับเริ่มต้นปีที่กำลังจะมาถึง

ด้วยเหตุนี้ สองสามสัปดาห์แรกของปีใหม่ ชาวทิเบตจึงมีประเพณีในการทำกิจกรรมต่างๆ ที่เป็นกุศลมากเป็นพิเศษ

วัดต่างๆ เช่น วัดกา-ณิง เซดรูบ ลิง ได้จัดพิธีบูชาอันประณีตเพื่อปัดเป่าสิ่งไม่ดีและป้องกันไม่ให้นำมาอิทธิพลต่อปีใหม่ที่กำลังจะถึงนี้



การเฉลิมฉลองเหล่านี้จะปิดท้ายด้วย “ซิม” หรือการรำของลามะที่ต้องใช้สมาธิ โดยปกติ จะมีผู้คนมากมายมาชุมนุมกันที่วัดเพื่อดูพิธีกรรมอันละเอียดประณีตนี้ ท่านสามารถอ่านข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับพิธีนี้ได้ [ที่นี่](#)

ตามประเพณีแล้ว ในวันแรกของโลซาร์ ผู้คนจะตื่นแต่ยังไม่สว่าง แต่งตัวด้วยเสื้อผ้าที่ดีที่สุด และไปชุมนุมกันที่วัดใกล้บ้าน เหล่าพระและลามะจะประกอบพิธีเพื่อนำสิริมงคล ทางวัดจะจัดเลี้ยงชาเนยทิเบตและอาหารพิเศษสำหรับทุกคน

เมื่อถึงท้ายพิธี ผู้คนจะตะโกนอวยพรปีใหม่กันอย่างสนุกสนานและโพรยส่วนผสมระหว่างแป้งบาร์เลย์และเนย (เซมาร์) บรรยากาศจะรื่นเริงสนุกสนาน และในวันนั้น ผู้คนจะไปกราบท่านลามะที่ตนนับถือเพื่อถวายผ้า *คาตะ* (ผ้าพันคอสีขาว) และของถวายอื่นๆ

### โอกาสในการทำบุญสำหรับโลซาร์

หากท่านไม่ได้อยู่ที่เนปาลและประสงค์จะถวายปัจจัยแก่ท่านพักชก รินโปเช วิธีที่ง่ายที่สุดคือ [คลิกที่นี่](#) ท่านยังสามารถคลิกลิงค์ที่ [เพจนี้เพื่อถวายปัจจัยแก่ท่านจิบเจ โชกิ ณีมา รินโปเช](#) หากท่านประสงค์ ด้วยวิธีนี้ ท่านสามารถส่งข้อความอวยพรที่ท่านรินโปเชจะได้อ่านด้วย

## วันที่สองของโลซาร์

วันที่สองของเทศกาลนี้ ผู้คนจะใช้เวลาอยู่กับครอบครัวและเพื่อนๆ ผู้ที่เป็นศาสนิกก็จะไปวัดเพื่อกราบพระ และทำนลามะเพื่อขอพร

## วันที่สามของโลซาร์

วันที่สามของโลซาร์ ชาวทิเบตจะมารวมตัวกันในงานฉลองบุญอันยิ่งใหญ่ ทำนลามะและพระภิกษุจะนำสวด และทำพิธีลาวัช (ถวายรูป) ซึ่งเป็นพิธีใหญ่ สำหรับข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับพิธีนี้ [กรุณาคลิกอ่านได้ที่นี้](#)

เมื่อจบพิธีถวาย ทุกคนจะกอบแป้งจัมป้าหรือแป้งบาร์เลย์ที่คั่วแล้วไว้ในมือ สวดบทสวดแล้วโยนแป้งของถวายนี้ขึ้นไป ทุกคนจึงขวาวออกไปด้วยแป้งและบรรยากาศฟุ้งอบอวลไปด้วยแป้ง การโปรยแป้งจัมป้านี้เป็นสิ่งที่เพิ่มความมั่งคั่ง โภคทรัพย์ ความสุขแก่ทุกสรรพชีวิต ทั้งยังเป็นการปลุก “มัลม” หรือโชค นำมาซึ่งสิ่งอันเป็นมงคล

## ประเพณีที่เกี่ยวกับปีใหม่ของทิเบต

### การทำความสะอาด

ก่อนจะถึงวันโลซาร์ ชาวพุทธทิเบตจะทำกิจกรรมที่ปราบสิ่งไม่ดีและชำระล้าง ซึ่งเป็นสัญลักษณ์ถึงการปิดเป่าอิทธิพลที่ไม่ดีทั้งหมดให้หันไป ผู้คนจะทำความสะอาดบ้านเรือนและซื้อเสื้อผ้าใหม่ๆ เพื่อแสดงออกถึงการเริ่มต้นใหม่ ในวันที่ 29 ของเดือนสุดท้าย เราจะเห็นพระ นักบวชหญิง และฆราวาส วุ่นกับการทำความสะอาดครั้งใหญ่ ตามบ้านเรือนและวัดต่างๆ ทุกคนจะมาช่วยกันปิดฝุ่น เช็ดล้างและจัดเก็บห้องทุกห้องให้สะอาดเรียบร้อย ทุกๆ อย่างจะได้รับการปิดฝุ่น กวาด ขัดถูและล้างจนสะอาด

## อาหารตามเทศกาล

### กู่ทูก

ในคืนวันสุดท้ายก่อนขึ้นปีใหม่ (เช่นวันที่ 29 ของเดือนสิบสองตามปฏิทินทิเบต) ชาวทิเบตส่วนใหญ่จะสืบทอดธรรมเนียมพื้นบ้านด้วยการชุมนุมสมาชิกครอบครัวทุกคนสำหรับอาหารเย็นมื้อพิเศษที่เรียกว่า “กู่ทูก” อาหารประจำเทศกาลปีใหม่นี้ได้ชื่อตามกวีเดี่ยว “ทูกป้า” คำว่า “กู่” มาจากเลข 29 คือวันสุดท้ายของเดือนที่จัดฉลองกัน

พิธีนี้เป็นสัญลักษณ์แทนการจัดสิ่งชั่วร้ายและพลังวิญญาณที่ไม่ดีทั้งหมดที่อาจล่องลอยอยู่ในบ้าน ธรรมเนียมนี้ดูเหมือนจะมาจากนิทานความเชื่อที่เก่าแก่มากๆ เกี่ยวกับวิญญาณชั่วร้าย แต่พิธีนี้ไม่ต้องมีพระหรือผู้ปฏิบัติตันตระ ไม่ว่าเพ็นหรือพุทธเข้าร่วมเลย ไม่มีการสวดหรือถวายอะไรเป็นพิเศษในมื้ออาหารนี้ ทำให้นักมานุษยวิทยาสงสัยว่าจะมีที่มาจากความเชื่อทางโลกมากกว่า สมาชิกทุกคนในครอบครัวทั้งชายและหญิง

ผู้เฒ่าและเด็ก มากิน “ก๊วยทุก” ด้วยกัน และทำพิธีจัดพลังวิญญาณชั่วร้ายทั้งหมดโดยไม่ต้องอาศัยความช่วยเหลือจากคนนอกครอบครัวเลย



### **คั๊บเซ่**

ผู้คนทั้งเด็กและผู้ใหญ่ ทุกวัยต่างเบิกบานกับการกินขนมแป้งทอดนี้ที่ทำมาจากเนย แป้งธัญพืช ไข่ และน้ำตาล ชาวทิเบตมักจะทำขนมนี้เป็นขนมเกลียวสีเหลืองผืนผ้าเล็กๆ แจกแขกเหรื่อ แต่ตามวัดและชุมชนใหญ่ๆ เราอาจเห็นขนมร้อยยอดนิยมนี้เป็นรูปร่างสวยงาม มากมายหลากหลายแบบ คั๊บเซ่ขนาดใหญ่ในรูปที่เห็นนี้เป็นขนมที่เรียกกันทั่วไปว่า *บงกั๋ อัมไจ้* หรือ “ขนมหูลา” เพราะมีรูปร่างเหมือนหูของลา

### **เซมาร์ (ถังใส่แป้งเนย)**

วัดและบ้านหลายแห่งจะไหว้เซมาร์ (แป้งเนย) เมื่อเปิดประตูรับแขก ไม้กระดานแผ่นหนึ่งจะถูกวางลงในถัง แป้งถังออกเป็นสองด้าน ในถังจะมีแป้งจัมป้า แป้งบาร์เลย์คั่วซิงเก้ และเม็ดข้าวบาร์เลย์ ตกแต่งด้วยต้นอ่อนของข้าวสาลีและเนยใส่สี เซมาร์เป็นสัญลักษณ์แทนพรอันเป็นมงคลเพื่อให้เก็บเกี่ยวพืชผลได้ดี