

Program kursów w Grabniku jesień-zima 2008/2009

13 do 14.09.	Długa Pudża Białej Tary w intencji długiego życia naszych Lamów
11 do 12.10.	Abhiszeka i praktyka Czenrezika
18 do 22.10.	Praktyka dwóch njungne - prowadzi Lama Ngalang
25 do 26.10.	Praktyka szine w tradycji mahamudry - prowadzi Lama Ngalang
08 do 11.11.	Pudża Dordże Phagmo
22 do 23.11.	Abhiszeka i praktyka Białej Tary
29 do 30.11	Studiowanie tekstu "Namszie jeszie" - podsumowanie wiadomości
13 do 14.12.	Studiowanie tekstu Dakpo Thargjen - sześć paramit
27.12. do 3.01.	Pudża Mahakali
17 do 18.01.	O znaczeniu i praktyce guru jogi - na podstawie guru jogi z nyndro
31.01. do 1.02.	Ścieżka metod i ścieżka wyzwolenia - etapy wadźrajany

Wykład Lamy Ngalanga w Warszawie: czwartek, 23.10.2008

Program Lamy Rinczena, jesień-zima 2008/2009

4 do 7.09.	Gutenstein - udział w kursie Tengy Rinpoczego w Austrii
19 do 21.09.	Rzeszów - abhiszeka i praktyka Buddy Medycyny
26.09 do 6.10.	Ateny - wyjaśnienia do praktyki Guru Jogi Milarepy
11 do 12.10.	Grabnik - abhiszeka i praktyka Czenrezika
18 do 22.10.	Grabnik - praktyka dwóch njungne - prowadzi Lama Ngalang
25 do 26.10.	Grabnik - praktyka szine - prowadzi Lama Ngalang
31.10. do 3.11.	Gutenstein - abhiszeka i praktyka njungne
08 do 11.11.	Grabnik - pudża Dordże Phagmo
14 do 16.11.	Poznań - abhiszeka i praktyka Czenrezika
22 do 23.11.	Grabnik - abhiszeka i praktyka Białej Tary
29 do 30.11	Grabnik - studiowanie <i>Namszie jeszie</i> , podsumowanie wiadomości
13 do 14.12.	Grabnik - studiowanie tekstu Dakpo Thargjen
27.12. do 3.01.	Grabnik - pudża Mahakali
10 do 11.01.	Wrocław - objaśnienia do fragmentów tekstu <i>Bodhisattwaczarjawatara</i>
17 do 18.01.	Grabnik - o znaczeniu i praktyce Guru Jogi
23 do 25.01.	Kraków - o praktyce trzech ścieżek (sanskryt. <i>jana</i>) w codziennym życiu
31.01. do 1.02.	Grabnik - ścieżka metod i ścieżka wyzwolenia - etapy wadźrajany
10.02. do 25.03.	Katmandu - pobyt w klasztorze Bencien

Wykłady Lamy Rinczena w Warszawie

temat: wybrane pieśni z "Oceanu Pieśni Ojców Kagju" oraz objaśnienia do fragmentów tekstu *Bodhisattwaczarjawatara*
środy: 10 i 24 września, 8 października, 12 i 26 listopada, 17 grudnia 2008 r., 7 i 21 stycznia 2009 r., 4 lutego

11-12.10. (weekend) Praktyka Czenrezika

Prowadzi Lama Rinczen.

Warunkiem wzięcia udziału w kursie jest posiadanie abhiszeki Czenrezika.

Abhiszeka Czenrezika w sobotę o godz. 10:30. Zakończenie kursu w niedzielę o godz. 17:00.

Bodhisattwa Czenrezik (w sanskrycie: Awalokiteśwara) ucieleśnia współczucie wszystkich Buddów i Bodhisattwów. Nauki o nim przekazał Budda Siakjamuni w wielu sutrach i tantrach. Praktyka Czenrezika i recytacja sześciosylabowej mantry OM MANI PEME HUNG jest najbardziej rozpowszechnioną formą medytacji w Tybecie. Jego Świątobliwość XVII Gjalang Karmapa doradza, aby pudża Czenrezika była główną praktyką wykonywaną w ośrodkach Dharmy. Także czcigodny Tenga Rinpocze zachęca zwykle uczniów, aby rozpoczęli duchową ścieżkę od tej właśnie medytacji.

W czasie kolejnych sesji zapoznamy się szczegółowo z medytacją Czenrezika oraz będziemy mieli okazję wspólnie medytować i recytować wiele mantr.

Sugerowana darowizna (kurs bez wyżywienia):

jeden dzień kursu (bez wyżyw.)	40 zł
jeden dzień ze zniżką	35 zł
cały kurs (bez wyżyw.)	80 zł
cały kurs ze zniżką	70 zł
1 dzień - dzieci i osoby towarzyszące	7 zł
dodatkowy nocleg (przed lub po kursie)	7 zł

Wyżywienie

	ś.	o.	k.	standard	pełne
z rezerwacją i wpłatą	6	7	6	26 zł	38 zł
bez rezerwacji lub bez terminowej wpłaty	9	10	9	38 zł	56 zł

wyżywienie "pełne" = wszystkie posiłki we wszystkie dni kursu;

wyżywienie "standard" = wszystkie posiłki z wyjątkiem śniadania w pierwszy dzień kursu i kolacji ostatniego dnia

Termin rezerwacji i przedpłaty na wyżywienie: **do 3 października włącznie.**

Dla uniknięcia nieporozumień prosimy zapoznać się z informacją "Wademekum kursanta".

18-22.10. Praktyka dwóch njungne

Prowadzi Lama Ngalang

Lama Ngalang urodził się w 1983 roku. W wieku trzynastu lat wstąpił do klasztoru Bencien. Do dwudziestego roku życia pobierał wszechstronne nauki dotyczące zarówno teorii, jak i praktyk buddyjskich. W wieku lat dwudziestu rozpoczął pod kierunkiem J.E. Sangje Njenpy Rinpoczego oraz czcigodnego Tengji Rinpoczego trzyletnie odosobnienie medytacyjne w ośrodku Bencien Drubde Ysal Ling. Doceniając jego wykształcenie oraz bardzo dobre rezultaty medytacji, obaj Rinpoczowie poprosili Lamę Ngalanga, aby został lamą prowadzącym główny ośrodek Bencien w Europie, "Benchen Phuntsok Ling" w Allmuthen. Lama regularnie odwiedza także inne ośrodki buddyjskie, pomagając wielu ludziom w głębszym zrozumieniu Nauk Buddy.

Warunkiem wzięcia udziału w kursie jest posiadanie abhiszeki Czenrezika.

Jeśli w praktyce chcą wziąć udział osoby, które nie otrzymały wcześniej tej abhiszeki, powinny zgłosić się do biura najpóźniej do 16 października. W takim przypadku abhiszeki może udzielić Lama Rinczen w piątek 17 października o godz. 19:00. W abhiszecie mogą uczestniczyć wyłącznie ci, którzy przeszli przez formalną ceremonię Schronienia w Trzech Klejnotach, które jest jednoznaczne z wkroczeniem na buddyjską ścieżkę.

Początek **I njungne** 18.10. (sobota) godz. 6 rano, zakończenie 20.10. (poniedziałek) około 8 rano.

Początek **II njungne** 20.10. (poniedziałek) godz. 6 rano, zakończenie 22.10. (środa) około 8 rano.

Możliwe jest wzięcie udziału tylko w jednym njungne. ale wówczas lepiej wybrać pierwszy z dwudniowych cykli, gdyż wyjaśnienia będą podawane raz, na początku praktyki.

Njungne jest postnym odosobnieniem medytacyjnym poświęconym praktyce Tysiącramiennego Czenrezika. Medytuje się w czterech sesjach, w sumie około dziesięć godzin dziennie. Pierwszego dnia zjada się tylko jeden, ściśle wegetariański posiłek, a drugiego dnia nie wolno jeść ani pić absolutnie niczego. Przez cały czas dwudniowego odosobnienia obowiązuje ściśle przestrzeganie ośmiu ślubowań: 1.Nie zabijać. 2.Nie kraść. 3.Nie kłamać. 4.Celibat. 5.Zakaz picia alkoholu, zażywania narkotyków, palenia papierosów. 6.Nie upiększać ciała (makijaż, perfumy, naszyjniki, kolczyki itp.), w tym zakaz śpiewania, grania muzyki, tańczenia i innych rozrywek. 7.Nie jeść o niewłaściwej porze. 8.Nie zajmować wywyższonych miejsc.

Njungne jest praktyką Jidama z tradycji krija tantr pozwalającą w krótkim czasie oczyścić wiele negatywnej karmy. Powiedziane jest, że czyste przepraktykowanie jednego njungne zamyka bramy do odrodzenia w niższych sferach, a czyste ukończenie ośmiu njungne prowadzi do odrodzenia w czystej krainie Delacien.

Sugerowana darowizna: jedno njungne - 50 zł, dwa njungne - 100 zł.

Uczestnicy kursu mają zapewnione następujące posiłki: kolację w dniu poprzedzającym njungne, obiad pierwszego dnia njungne oraz śniadanie po zakończeniu danego njungne. Inne posiłki nie są uwzględnione w ramach kursu i należy je dodatkowo rezerwować!

Termin rezerwacji i przedpłaty na wyżywienie: **do 10 października włącznie.**

Dla uniknięcia nieporozumień prosimy zapoznać się z informacją "Wademekum kursanta".

25-26.10. (weekend) Praktyka szine w tradycji mahamudry

Prowadzi Lama Ngalang

Początek w sobotę o godz. 10:30, zakończenie w niedzielę o godz. 17:00.

Opanowanie medytacyjnego wyciszenia, zwanego po tybetańsku "szine", jest warunkiem skuteczności wszelkich innych praktyk i dlatego stanowi niezmiernie ważny element buddyzmu. Techniki szine, stosowane w mahamudrze, dają możliwość dostosowania ich do indywidualnych upodobań i zdolności praktykującego oraz prowadzą do płynnego przejścia od medytacji wyciszających do praktyki wglądu (tyb.: lhaktong).

W czasie kursu główny nacisk położony będzie na medytację, ale sesje medytacyjne połączone będą z wyjaśnieniami do różnych aspektów szine.

Sugerowana darowizna (kurs bez wyżywienia):

jeden dzień kursu (bez wyżyw.) 50 zł

jeden dzień ze zniżką 45 zł

cały kurs (bez wyżyw.) 100 zł

cały kurs ze zniżką 90 zł

1 dzień - dzieci i osoby towarzyszące 7 zł

dodatkowy nocleg (przed lub po kursie) 7 zł

Wyżywienie

	ś.	o.	k.	standard	pełne
z rezerwacją i wpłatą	6	7	6	26 zł	38 zł
bez rezerwacji lub bez terminowej wpłaty	9	10	9	38 zł	56 zł

wyżywienie "pełne" = wszystkie posiłki we wszystkie dni kursu;

wyżywienie "standard" = wszystkie posiłki z wyjątkiem śniadania w pierwszy dzień kursu i kolacji ostatniego dnia

Termin rezerwacji i przedpłaty na wyżywienie: **do 17 października włącznie.**

Dla uniknięcia nieporozumień prosimy zapoznać się z informacją "Wademekum kursanta".

8-11.11. (4 dni) Długa pudża Dordże Phagmo (*Dordzie Phagmo Drubtab*)

Prowadzi Lama Rinczen.

Do czynnego udziału w kursie konieczne jest ukończenie praktyk wstępnych (nyndro) i posiadanie abhiszeki Dordże Phagmo
Początek w czwartek o godz. 9:00, zakończenie w niedzielę około godz. 17.

Dordże Phagmo, znana również jako Wadžrajogini, jest głównym bóstwem medytacyjnym w tradycji Karma Kamtżang. Była sekretnym Jidamem wielkich ojców linii Kagju: Marpy, Milarepy i Gampopy, a także kolejnych Karmapów. Przez trzysta pokoleń nauki o niej przekazywane były przez mistrza tylko jednemu wybranemu uczniowi. Obecnie w naszej tradycji jest najczęściej stosowaną praktyką Jidama. Mówi się, że sadhana ta stanowi bramę wprowadzającą zarówno w praktykę mahamudry, jak i w Sześć Dharm Naropy, a jej błogosławieństwo szczególnie szybko doprowadza do osiągnięcia wglądu.

Jak co roku będziemy wykonywać długą pudżę Dordże Phagmo (*Dordże Phagmo Drubtab*).

Recytować tekst i brać czynny udział w praktyce mogą osoby, które spełniają trzy warunki:

- 1) ukończyły praktyki wstępne (nyndro),
- 2) wykonują praktykę Jidama (takiego jak np. Dordże Phagmo, Khorlo Demczok czy Dylkar),
- 3) otrzymały wcześniej abhiszekę (inicjację) Dordże Phagmo.

Pozostałe osoby mogą w tym czasie znajdować się w świątyni i wykonywać swoją własną medytację. Dzięki słuchaniu słów pudży otrzymają błogosławieństwo Dordże Phagmo.

Sugerowana darowizna (kurs bez wyżywienia):

jeden dzień kursu (bez wyżyw.)	25 zł
jeden dzień ze zniżką	20 zł
cały kurs (bez wyżyw.)	100 zł
cały kurs ze zniżką	80 zł
1 dzień - dzieci i osoby towarzyszące	7 zł
dotatkowy nocleg (przed lub po kursie)	7 zł

Wyżywienie

	ś.	o.	k.	standard	pełne
z rezerwacją i wpłatą	6	7	6	64 zł	76 zł
bez rezerwacji lub bez terminowej wpłaty	9	10	9	94 zł	112 zł

wyżywienie "pełne" = wszystkie posiłki we wszystkie dni kursu;

wyżywienie "standard" = wszystkie posiłki z wyjątkiem śniadania w pierwszy dzień kursu i kolacji ostatniego dnia

Termin rezerwacji i przedpłaty na wyżywienie: **do 31 października włącznie.**

Dla uniknięcia nieporozumień prosimy zapoznać się z informacją "Wademekum kursanta".

22-23.11. (weekend) Praktyka Białej Tary wg tekstu napisanego przez Tengę Rinpczego

Prowadzi Lama Rinczen

Warunkiem wzięcia udziału w kursie jest posiadanie abhiszeki Białej Tary

Sobota godz. 10:30 - abhiszeka Białej Tary. Zakończenie kursu w niedzielę ok. godz. 16:30.

Biała Tara jest emanacją Awalokiteśwary, Bodhisattwy Współczucia. Jest jednym z głównych jidamów Linii Kagju, a jej praktyka, należąca do annatarajogatantry przynosi błogosławieństwo długiego życia i ochrania od różnych lęków i niebezpieczeństw. Był to, obok Dordże Phagmo, szczególnie Jidam Gampopy i wielu wielkich mistrzów przeszłości. Również czcigodny Tenga Rinpcze od lat poświęcił się praktyce tego żeńskiego Buddy.

W czasie kursu podane zostaną wyjaśnienia do krótkiej medytacji ułożonej przez czcigodnego Tengę Rinpczego i będziemy odbywać wspólne sesje medytacyjne.

Sugerowana darowizna (kurs bez wyżywienia):

jeden dzień kursu (bez wyżyw.)	40 zł
jeden dzień ze zniżką	35 zł
cały kurs (bez wyżyw.)	80 zł
cały kurs ze zniżką	70 zł
1 dzień - dzieci i osoby towarzyszące	7 zł
dotatkowy nocleg (przed lub po kursie)	7 zł

Wyżywienie

	ś.	o.	k.	standard	pełne
z rezerwacją i wpłatą	6	7	6	26 zł	38 zł
bez rezerwacji lub bez terminowej wpłaty	9	10	9	38 zł	56 zł

wyżywienie "pełne" = wszystkie posiłki we wszystkie dni kursu;

wyżywienie "standard" = wszystkie posiłki z wyjątkiem śniadania w pierwszy dzień kursu i kolacji ostatniego dnia

Termin rezerwacji i przedpłaty na wyżywienie: **do 14 listopada włącznie.**

Dla uniknięcia nieporozumień prosimy zapoznać się z informacją "Wademekum kursanta".

29-30.11 (weekend) Studiowanie tekstu "Namszie jeszie" - podsumowanie wiadomości

Prowadzi Lama Rinczen.

Początek w sobotę o godz. 10:30, zakończenie w niedzielę ok. 17.

Kurs przewidziany jest głównie dla osób, które w lipcu br. brały udział w studiowaniu traktatu "Namszie jeszie dziepa tencie", ale do grupy mogą dołączyć także inni zainteresowani. Zajęcia będą polegać na powtórzeniu i uporządkowaniu przerobionego materiału.

Sugerowana darowizna (kurs bez wyżywienia):

jeden dzień kursu (bez wyżyw.)	40 zł
jeden dzień ze zniżką	35 zł
cały kurs (bez wyżyw.)	80 zł
cały kurs ze zniżką	70 zł
1 dzień - dzieci i osoby towarzyszące	7 zł
dodatkowy nocleg (przed lub po kursie)	7 zł

Wyżywienie

	ś.	o.	k.	standard	pełne
z rezerwacją i wpłatą	6	7	6	26 zł	38 zł
bez rezerwacji lub bez terminowej wpłaty	9	10	9	38 zł	56 zł

wyżywienie "pełne" = wszystkie posiłki we wszystkie dni kursu;

wyżywienie "standard" = wszystkie posiłki z wyjątkiem śniadania w pierwszy dzień kursu i kolacji ostatniego dnia

Termin rezerwacji i przedpłaty na wyżywienie: **do 21 listopada włącznie.**

Dla uniknięcia nieporozumień prosimy zapoznać się z informacją "Wademekum kursanta".

13-14.12. (weekend) Studiowanie tekstu "Dakpo Thargjen" - sześć paramit

Prowadzi Lama Rinczen.

Początek w sobotę o godz. 10:30, zakończenie w niedzielę ok. 17:00.

Dzielo Gampopy, „Dakpo Thargjen” („Ozdoba Wyzwolenia”), należy do najbardziej podstawowych tekstów, na których opierają się nauki tradycji Kagju. Zagadnienia tu poruszane wyjaśniają całość ścieżki buddyjskiej – od pierwszych kroków aż po stan Buddy. W czasie kolejnych spotkań analizujemy strukturę tekstu oraz omawiamy poszczególne tematy. Jednocześnie mamy możliwość zapoznania się z podstawowymi terminami buddyjskimi w języku tybetańskim. Tym razem przedstawione będą wyjaśnienia na temat sześciu paramit.

Uwaga:

Chęć udziału w zajęciach wyraziło wiele osób, których nie było na poprzednich kursach poświęconych temu tekstowi, dlatego sześć paramit omawianych będzie od początku.

Sugerowana darowizna (kurs bez wyżywienia):

jeden dzień kursu (bez wyżyw.)	40 zł
jeden dzień ze zniżką	35 zł
cały kurs (bez wyżyw.)	80 zł
cały kurs ze zniżką	70 zł
1 dzień - dzieci i osoby towarzyszące	7 zł
dodatkowy nocleg (przed lub po kursie)	7 zł

Wyżywienie

	ś.	o.	k.	standard	pełne
z rezerwacją i wpłatą	6	7	6	26 zł	38 zł
bez rezerwacji lub bez terminowej wpłaty	9	10	9	38 zł	56 zł

wyżywienie "pełne" = wszystkie posiłki we wszystkie dni kursu;

wyżywienie "standard" = wszystkie posiłki z wyjątkiem śniadania w pierwszy dzień kursu i kolacji ostatniego dnia

Termin rezerwacji i przedpłaty na wyżywienie: **do 5 grudnia włącznie.**

Dla uniknięcia nieporozumień prosimy zapoznać się z informacją "Wademekum kursanta".

27.12. - 3.01. (6 dni) Pudża Mahakali

prowadzi Lama Rinczen

Do czynnego udziału w kursie konieczne jest posiadanie abhiszeki Mahakali Bernagciena.

Początek w sobotę 27 grudnia o godz. 19:00, zakończenie w sobotę 3 stycznia o godz. 9:00.

Praktyka Opiekuna Dharmy Mahakali, jest metodą pozwalającą oczyścić zewnętrzne, wewnętrzne i sekretne przeszkody na duchowej ścieżce, a także przynosi pokój wśród ludzi i harmonię żywołów w otaczającym nas świecie. Mahakala Bernagcien wraz z Palden Lhamo są głównymi Strażnikami Nauk linii Karmapów i dlatego rytuały poświęcone tym bóstwom wykonywane są regularnie we wszystkich klasztorach i ośrodkach Karma Kamtżang na świecie. W czasie tej praktyki stosować będziemy te same teksty, co podczas Gutoru: Tsalmę wraz ze wszystkim dodatkami.

Tekst pudży będą recytować ci, którzy wcześniej otrzymali abhiszekę Mahakali Bernagciena. Pozostali uczestnicy w tym czasie mogą wykonywać swoją własną medytację. Dzięki przebywaniu w świątyni i słuchaniu słów pudży każdy otrzymuje błogosławieństwo Mahakali. Codziennie będziemy ofiarowywać tsok dla Strażników.

Uwaga:

Osoby, które po raz pierwszy będą czynnie uczestniczyć w pudży, proszone są o składanie zamówień na tekst do praktyki najpóźniej do 15 grudnia 2008 r.

Każdy może mieć swój udział w tym wydarzeniu. Można przyjechać do Centrum w Grabniku i recytować znane sobie modlitwy, można sponsorować pobyt lub wyżywienie dla uczestników pudży, można też ofiarować produkty (na przykład owoce, orzechy, słodczyce, soki) lub pieniądze na pudżę ofiarną tsok.

Sugerowana darowizna (kurs bez wyżywienia):

jeden dzień kursu (bez wyżyw.)	25 zł
jeden dzień ze zniżką	20 zł
cały kurs (bez wyżyw.)	150 zł
cały kurs ze zniżką	120 zł
1 dzień - dzieci i osoby towarzyszące	7 zł
dodatkowy nocleg (przed lub po kursie)	7 zł

Wyżywienie

	ś.	o.	k.	pełne (z kolacją 27.12 i śniadaniem 3.01)
z rezerwacją i wpłatą	6	7	6	126 zł
bez rezerwacji lub bez terminowej wpłaty	9	10	9	186 zł

Termin rezerwacji i przedpłaty na wyżywienie: **do 19 grudnia włącznie.**

Dla uniknięcia nieporozumień prosimy zapoznać się z informacją "Wademekum kursanta".

17 - 18.01. (weekend) O znaczeniu i praktyce guru jogi - na podstawie guru jogi z nyndro

Prowadzi Lama Rinczen.

Początek w sobotę o godz. 10:30, zakończenie w niedzielę ok. 17:00.

W kursie mogą wziąć udział wszyscy, którzy przyjęli Schronienie i praktykują buddyzm - także ci, którzy nie rozpoczęli praktyk wstępnych nyndro.

We wszystkich tradycjach buddyjskich warunkiem skuteczności wysiłków podejmowanych na ścieżce jest oparcie swojej praktyki na błogosławieństwie Buddy, którego źródło, dzięki nieprzerwanej Linii Przekazu, stanowi nasz Lama. Wadźrajana idzie o krok dalej: Lama staje się centralną postacią wśród obiektów Schronienia i bez jego przewodnictwa nie możemy nawet rozpocząć praktyki. W szczególności tradycja Kagju znana jest z wielkiego oddania, jakie praktykujący rozwijali dla swoich guru. Dlatego tak ważna jest tutaj praktyka guru jogi, będąca metodą, która prowadzi do otwarcia się na błogosławieństwo płynące od naszych mistrzów.

Podczas tego kursu zapoznamy się nie tylko z technicznymi szczegółami medytacji guru jogi z nyndro, ale także ze sposobami rozwinięcia oddania, znaczeniem utrzymywania czystych więzi z naszym Lamą, a także z historią Linii Kagju. Omówione zostanie także znaczenie czterech stopni abhiszeki, dzięki którym otrzymujemy błogosławieństwo Lamy.

Sugerowana darowizna (kurs bez wyżywienia):

jeden dzień kursu (bez wyżyw.)	40 zł
jeden dzień ze zniżką	35 zł
cały kurs (bez wyżyw.)	80 zł
cały kurs ze zniżką	70 zł
1 dzień - dzieci i osoby towarzyszące	7 zł
dodatkowy nocleg (przed lub po kursie)	7 zł

Wyżywienie

	ś.	o.	k.	standard	pełne
z rezerwacją i wpłatą	6	7	6	26 zł	38 zł
bez rezerwacji lub bez terminowej wpłaty	9	10	9	38 zł	56 zł

wyżywienie "pełne" = wszystkie posiłki we wszystkie dni kursu;

wyżywienie "standard" = wszystkie posiłki z wyjątkiem śniadania w pierwszy dzień kursu i kolacji ostatniego dnia

Termin rezerwacji i przedpłaty na wyżywienie: **do 9 stycznia włącznie.**

Dla uniknięcia nieporozumień prosimy zapoznać się z informacją "Wademekum kursanta".

31.01. - 1.02. (weekend) Ścieżka metod i ścieżka wyzwolenia - etapy wadźrajany

Prowadzi Lama Rincczen.

Początek w sobotę o godz. 10:30, zakończenie w niedzielę ok. 17:00.

Ścieżka wyzwolenia polega na medytacji skierowanej wprost na naturę umysłu. Jednak większość praktykujących nie jest w stanie, opierając się wyłącznie na tej medytacji, przebić się przez splamienia umysłu i pojawiające się na duchowej ścieżce przeszkody. Dlatego w tradycji Kagju łączy się ścieżkę wyzwolenia ze ścieżką metod. Ta ostatnia prowadzi od praktyk wstępnych, zwanych nyndro, do sześciu Dharm Naropy (znanych też na Zachodzie jako sześć jog Naropy).

Podczas kursu omówione zostaną, na podstawie modlitwy ułożonej przez XIII Karmapę, etapy ścieżki wyzwolenia, czyli dwanaście stopni czterech jog mahamudry. Dowiemy się także, jakie jest znaczenie kolejnych praktyk na stopniowej ścieżce metod oraz jak oba aspekty ścieżki nawzajem się uzupełniają.

Sugerowana darowizna (kurs bez wyżywienia):

jeden dzień kursu (bez wyżyw.)	40 zł
jeden dzień ze zniżką	35 zł
cały kurs (bez wyżyw.)	80 zł
cały kurs ze zniżką	70 zł
1 dzień - dzieci i osoby towarzyszące	7 zł
dodatkowy nocleg (przed lub po kursie)	7 zł

Wyżywienie	ś.	o.	k.	standard	pełne
z rezerwacją i wpłatą	6	7	6	26 zł	38 zł
bez rezerwacji lub bez terminowej wpłaty	9	10	9	38 zł	56 zł

wyżywienie "pełne" = wszystkie posiłki we wszystkie dni kursu;

wyżywienie "standard" = wszystkie posiłki z wyjątkiem śniadania w pierwszy dzień kursu i kolacji ostatniego dnia

Termin rezerwacji i przedpłaty na wyżywienie: **do 23 stycznia włącznie.**

Dla uniknięcia nieporozumień prosimy zapoznać się z informacją "Wademekum kursanta".