

JESIEŃ-ZIMA 2005 / 2006

Informator 3/2005

Związek Buddyjski Tradycji Karma Kamtzang
zaprasza do Centrum Buddyjskiego w Grabniku

Na wszystkie kursy konieczna rezerwacja!

- 11-13.11.2005 r. **Kluczowe punkty nauki Buddy**
- 3-4.12 **Praktyka Cie (Milam lungten)**
prowadzi Lama Jinten Palzang
- 10-11.12 **Praktyka guru jogi Milarepy**
prowadzi Lama Jinten Palzang
- 14-15.01.2006 r. **Studiowanie tekstu "Dakpo thargjen"**
- 27.01 -12.02 **Praktyka ośmiu njungne**
- 20-26.02 **Gutor**
- 28.02 **Losar – obchody Nowego Roku**
-

W marcu Centrum w Grabniku nieczynne!

Wykłady Lamy Rinczena w Warszawie

ul. Dąbrowskiego 1/2b, w środy o godz. 18:00

2 i 16 listopada 2005 r. – pokaz slajdów z podróży z Tengą Rinpochem do Tybetu

30 listopada, 14 grudnia, 28 grudnia 2005 r. oraz 11 stycznia i 25 stycznia 2006 r. – wykłady

Wyjazdy Lamy Rinczena do innych miast

4-6 listopada 2005 r. – Wrocław

26-27 listopada – Rzeszów

16-18 grudnia – Poznań

7-8 stycznia 2006 r. – Łódź

11-13 listopada (piątek – niedziela)

Kluczowe punkty nauki Buddy – teoria i praktyka

prowadzi Lama Rinchen

Kurs szczególnie zalecany dla początkujących.

W czasie tego kursu zostaną zdefiniowane i usystematyzowane podstawowe pojęcia dotyczące nauk i praktyk buddyjskich. Bywa, że nawet jeśli praktykujemy Dhammę od wielu lat, to i tak mamy trudności z jasnym określeniem, co rozumiemy pod danym pojęciem albo do jakiej kategorii należą znane nam wyjaśnienia lub praktyki. Podczas tego kursu ci, którzy już wiele studiowali, będą mogli usystematyzować swoją wiedzę, a początkujący poznają zasadnicze elementy Dhammy. Wykłady połączone będą z medytacjami.

Wieczorami pokazy slajdów z tegorocznej podróży z Tengą Rinpochem do Tybetu.

Sugerowana darowizna (kurs bez wyżywienia)

jeden dzień kursu (bez wyżywienia) **30 zł**

jeden dzień dla członków Związku **25 zł**

cały kurs (bez wyżywienia) **90 zł**

cały kurs dla członków Związku **75 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 terminową wpłatą	5 zł	5 zł	5 zł	35 zł	45 zł
bez rezerwacji lub bez terminowej wpłaty	8 zł	8 zł	8 zł	56 zł	72 zł

Termin rezerwacji i przedpłaty na wyżywienie: **do 8.11.2005 r. włącznie.**

Dla uniknięcia nieporozumień prosimy zapoznać się z dołączoną informacją „Wademekum kursanta”.

Kursy z Lamą Jinteniem

Lama Jinten Palzang w wieku kilkunastu lat wstąpił do klasztoru Bencien w Katmandu. Przez blisko dziesięć lat studiował Dhammę pod kierunkiem Sangje Njenpy Rinpoczego i Tengi Rinpoczego. Pod ich kierunkiem ukończył tradycyjne trzyletnie odosobnienie w ośrodku odosobnieniowym klasztoru Bencien w Parpingu. Doceniając jego wszechstronne wykształcenie i głębokie doświadczenie medytacyjne, Rinpochowcie mianowali go lamą-rezydentem w ośrodku Benchen Phuntsok Ling w Allmuthen, europejskiej siedzibie Sangje Njenpy Rinpoczego i Tengi Rinpoczego. W osobistym kontakcie Lama Jinten ujmuje swoją skromnością i bezpośredniością oraz zdolnością do przedstawiania w prosty i jasny sposób nawet najtrudniejszych Nauk.

Przyjazd Lamy do Polski nie został jeszcze ostatecznie potwierdzony. Gdyby z niezależnych od nas powodów nie doszedł do skutku, kursy poprowadzi Lama Rinchen.

3-4 grudnia (weekend)

Praktyka Cie (Milam lungten)

Prowadzi Lama Jinten Palzang

Bardzo znana w Tybecie praktyka Cie opiera się na naukach o pustce, przedstawionych w Pradžnia Paramicie, i jest ich praktycznym zastosowaniem. Do jej rozpowszechnienia szczególnie przyczyniła się wybitna mistrzyni Macik Labdryn. Słowo "cie" znaczy po tybetańsku "odcięcie". Celem tej medytacji jest odcięcie podstawowej niewiedzy, polegającej na złudnym lgnięciu do poczucia "ja".

Możemy spotkać wiele rozmaitych tradycji praktykowania Cie. Lama Jinten udzieli wyjaśnień do krótkiego tekstu z tradycji karma kamtchang, zwanego „Milam lungten”, co znaczy „Przepowiednia we śnie”, ułożonego przez Karma Ciagme. Ten wybitny lama kagju otrzymał we śnie przepowiednię, że nawet osoba, u której pojawiły się już oznaki bliskiej śmierci, wykonując tę właśnie praktykę, jest w stanie przedłużyć swe życie o dwanaście lat.

Teksty do praktyki dostępne będą na miejscu.

Uwaga!

Może się zdarzyć, że ilość zgłoszeń przekroczy nasze możliwości lokalowe. Dlatego bardzo prosimy osoby, które zapiszą się na kurs, a potem będą musiały zrezygnować z kursu, by poinformowały biuro Centrum o swej rezygnacji. Dzięki temu na Wasze miejsce będzie mógł się dostać ktoś z ewentualnej listy rezerwowej!

Sugerowana darowizna (kurs bez wyżywienia)

jeden dzień kursu (bez wyżywienia)	40 zł
jeden dzień dla członków Związku	35 zł
cały kurs (bez wyżywienia)	80 zł
cały kurs dla członków Związku	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 terminową wpłatą	5 zł	5 zł	5 zł	20 zł	30 zł
bez rezerwacji lub bez terminowej wpłaty	8 zł	8 zł	8 zł	32 zł	48 zł

Termin rezerwacji i przedpłaty na wyżywienie: **do 25.11.2005 r. włącznie.**

Dla uniknięcia nieporozumień prosimy zapoznać się z dołączoną informacją „Wademekum kursanta”.

10-11 grudnia (weekend) Praktyka guru jogi Milarepy

Prowadzi Lama Jinten Palzang

*Milarepa, który dzięki niezwykle żarliwej i ascetycznej praktyce w ciągu jednego życia osiągnął pełen stan Buddy, jest najbardziej znanym i czczonym lamą tybetańskim. Powie-
dziano, że przed każdym, kto choćby tylko usłyszy jego imię, wrota do odrodzenia w niż-
szych światach zamknięte są na siedem żywotów. Błogostawieństwo guru jogi Milarepy jest
tak wielkie, że wykonuje się ją zwykle po ukończeniu wstępnych praktyk nyndro, jako przy-
gotowanie do medytacji Jidama. Ale warto ją praktykować również niezależnie od nyndro,
ponieważ jest cenną metodą, pomagającą rozwinąć i pogłębić oddanie dla lamy, a tym sa-
mym uzyskać jego błogostawieństwo, niezbędne do uczynienia postępów na ścieżce.*

Warunkiem otrzymania instrukcji i praktykowania jest uzyskanie wcześniej abhi-
szeki Milarepy. **Lama Jinten Palzang nie będzie udzielać abhiszeki!** Można
było ją otrzymać w tym roku w czerwcu od J.E. Sangje Njenpy Rinpoczego.

Sugerowana darowizna (kurs bez wyżywienia)

jeden dzień kursu (bez wyżywienia)	40 zł
jeden dzień dla członków Związku	35 zł
cały kurs (bez wyżywienia)	80 zł
cały kurs dla członków Związku	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 terminową wpłatą	5 zł	5 zł	5 zł	20 zł	30 zł
bez rezerwacji lub bez terminowej wpłaty	8 zł	8 zł	8 zł	32 zł	48 zł

Termin rezerwacji i przedpłaty na wyżywienie: **do 2.12.2005 r. włącznie.**

*Dla uniknięcia nieporozumień prosimy zapoznać się z dołączoną informacją
„Wademekum kursanta”.*

14-15 stycznia 2006 r. (weekend) Studiowanie tekstu "Dakpo thargjen" – sześć paramit

prowadzi Lama Rinczen

*Dzieło Gampopy, „Dakpo thargjen” („Ozdoba Wyzwolenia”), należy do najbardziej
podstawowych tekstów, na których opierają się nauki tradycji kagju. Analizujemy słowo
po słowie w języku tybetańskim „domtsigi”, czyli główne punkty, stanowiące strukturę
tekstu, oraz „dydyn” – krótkie objaśnienia do nich. Poznajemy ten sposób zagadnienia*

poruszane w tekście, wyjaśniające całość ścieżki buddyjskiej – od pierwszych kroków aż po stan Buddy. Jednocześnie mamy możliwość zapoznania się z podstawami języka tybetańskiego. Będzie to kolejne takie spotkanie, ale mogą w nim wziąć udział również osoby, które nie uczestniczyły w poprzednich. Studiowanie Dharmy, nawet w ograniczonym zakresie, przynosi ogromny pożytek.

Podczas tego spotkania skupimy się na praktycznym zastosowaniu nauk o bodhiciccie. Zaczniemy omawiać sześć paramit, którymi są: ćwiczenie się w dobroczynności, etyce, cierpliwości, pilności, medytacji i mądrości.

Sugerowana darowizna (kurs bez wyżywienia)

jeden dzień kursu (bez wyżywienia)	30 zł
jeden dzień dla członków Związku	25 zł
cały kurs (bez wyżywienia)	60 zł
cały kurs dla członków Związku	50 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 terminową wpłatą	5 zł	5 zł	5 zł	20 zł	30 zł
bez rezerwacji lub bez terminowej wpłaty	8 zł	8 zł	8 zł	32 zł	48 zł

Termin rezerwacji i przedpłaty na wyżywienie: **do 6.01.2006 r. włącznie.**

Dla uniknięcia nieporozumień prosimy zapoznać się z dołączoną informacją „Wademekum kursanta”.

W Święta Bożego Narodzenia i w Sylwestra – Centrum nieczynne.

27 stycznia -12 lutego (piątek – niedziela)

Praktyka ośmiu njungne

prowadzi Lama Rinczen

Uwaga: warunkiem wzięcia udziału w kursie jest posiadanie abhiszeki (inicjacji). W abhiszece mogą uczestniczyć wyłącznie ci, którzy przeszli przez formalną ceremonię Schronienia w Trzech Klejnotach, które jest jednoznaczne z wkroczeniem na buddyjską ścieżkę. Osoby, które są zdecydowane przyjąć Schronienie, mogą poprosić Lamę Rinczena o przeprowadzenie tej ceremonii (należy wcześniej uprzedzić o tym telefonicznie).

26 stycznia (czwartek) godz. 19 **abhiszeka Tysiącramiennego Czenrezika**,
wyjaśnienia do praktyki.

12 lutego (niedziela) rano zakończenie ósmego njungne,

12 lutego po południu tsok pudża.

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 krijā tantr pozwalającą w krótkim czasie oczyścić wiele negatywnej karmy. Powiedziane jest, że czyste przeprowadzenie jednego njungne zamyka bramy do odrodzenia w niższych sferach, a czyste ukończenie ośmiu njungne prowadzi do odrodzenia w czystej krainie Detacien.

Wyjaśnienia będą podawane tylko raz, na początku całego cyklu, dlatego osoby wykonujące tę praktykę po raz pierwszy powinny zacząć od I njungne.

Sugerowana darowizna

Ilość njungne	jedno	dwa	trzy	cztery	pięć	sześć	siedem	osiem
bez zniżek	45 zł	90 zł	135 zł	180 zł	225 zł	270 zł	315 zł	360 zł
dla członków Związku	40 zł	80 zł	120 zł	160 zł	200 zł	240 zł	280 zł	320 zł
BONUS	–	–	–	–	215 zł	255 zł	295 zł	330 zł
BONUS dla członków Zw.	–	–	–	–	180 zł	210 zł	250 zł	280 zł

BONUS dotyczy tych osób, które dokonają zgłoszenia i wpłacą całą wymaganą kwotę najpóźniej do 19 stycznia.

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: **do 19.01.2006 r. włącznie.**

Dla uniknięcia nieporozumień prosimy zapoznać się z dołączoną informacją „Wademekum kursanta”.

I njungne – początek 27.01 godz. 6 rano, zakończenie 29.01 około 8 rano,
II njungne – początek 29.01 godz. 6 rano, zakończenie 31.01 około 8 rano,
III njungne – początek 31.01 godz. 6 rano, zakończenie 2.02 około 8 rano,
IV njungne – początek 2.02 godz. 6 rano, zakończenie 4.02 około 8 rano,
V njungne – początek 4.02 godz. 6 rano, zakończenie 6.02 około 8 rano,
VI njungne – początek 6.02 godz. 6 rano, zakończenie 8.02 około 8 rano,
VII njungne – początek 8.02 godz. 6 rano, zakończenie 10.02 około 8 rano,
VIII njungne – początek 10.02 godz. 6 rano, zakończenie 12.02 około 8 rano.

20-26 lutego (poniedziałek – niedziela)

Gutor

prowadzi Lama Rinczen

Zgodnie z wielowiekową tradycją linii kagju ostatni tydzień roku wg kalendarza księżycowego poświęca się intensywnej praktyce Mahakali, aby pokonać zło nagromadzone w ciągu mijającego roku. Szczególnie wiele niepomysłnych znaków pojawia się dwudziestego dziewiątego dnia miesiąca księżycowego (w tym roku będzie to 26 lutego). Aby je odwrócić, wykonuje się w tym dniu rytuały przywołujące gniewną aktywność Strażników. W klasztorach karma kagju odbywają się wówczas wieńczące tygodniową pudżę Mahakali tańce lamów.

Gutor polega na intensywnej całodniowej praktyce. Tekst pudży będą recytować ci, którzy wcześniej otrzymali abhiszekę Mahakali Bernagciena. Pozostali uczestnicy w tym czasie będą wykonywać swoją własną medytację, ale dzięki przebywaniu w świątyni i słuchaniu słów pudży również otrzymają błogosławieństwo Mahakali. Codziennie będziemy ofiarowywać tsok dla Strażników.

Początek w poniedziałek o godz. 6:30, zakończenie w niedzielę ok. 20:30.

Błogosławieństwo płynące z praktykowania pudży Mahakali Bernagciena usuwa przeszkody w praktykowaniu ścieżki Dharmy, a także przynosi pokój wśród ludzi i harmonię żywiołów w otaczającym nas świecie.

Wykonywanie tego rytuału na zakończenie roku tybetańskiego jest bardzo ważne dla całej naszej buddyjskiej społeczności. Każdy może mieć swój udział w tym wydarzeniu. Można przyjechać do Centrum w Grabniku i recytować znane sobie modlitwy, można ofiarować produkty lub pieniądze na pudżę ofiarną tsok (przypominamy, że zgodnie ze zwyczajem klasztoru Bencien nie przynosimy mięsa ani alkoholu), można też sponsorować pobyt lub wyżywienie dla uczestników pudży.

Sugerowana darowizna (kurs bez wyżywienia)

jeden dzień kursu (bez wyżywienia) **15 zł**

jeden dzień dla członków Związku **10 zł**

cały kurs (bez wyżywienia) **105 zł**

cały kurs dla członków Związku **70 zł**

1 dzień - dzieci i osoby towarzyszące **7 zł**

dodatkowy nocleg (przed lub po kursie) **7 zł**

BONUS: osoby, które przyjadą na cały kurs, płacą 90 zł (dla członków Związku – 60 zł) pod warunkiem, że dokonają zgłoszenia i wpłacą całą tę kwotę najpóźniej do 13 lutego.

Wyżywienie	ś.	o.	k.	standard	pełne
z rezerwacją i terminową wpłatą	5 zł	5 zł	5 zł	95 zł	105 zł
bez rezerwacji lub bez terminowej wpłaty	8 zł	8 zł	8 zł	152 zł	168 zł

Termin rezerwacji i przedpłaty na wyżywienie: **do 13.02.2006 r. włącznie.**

Dla uniknięcia nieporozumień prosimy zapoznać się z dołączoną informacją „Wademekum kursanta”.

28 lutego (wtorek)

Losar

Abhiszeka Długiego Życia i tsok pudża Milarepy

prowadzi Lama Rinczen

Abhiszeka (inicjacja) Długiego Życia o godz. 15:00.

Dla pomyślnego rozpoczęcia Nowego Roku otrzymamy błogostawieństwo abhiszeki Długiego Życia (Tse Łang) Buddy Amitajusa (tyb. Tsepame). Ucieleśnia on tę aktywność wszystkich Buddów, która pomnaża siły witalne, powiększa długość życia oraz wszelki dobrobyt.

Tsok pudża Milarepy o godz. 17:00.

Uwaga: Na wzór klasztoru Bencien nie ofiarowujemy w czasie tsoku mięsa ani alkoholu; można przywieźć owoce, stodycze i soki.

Wstęp wolny. Ilość miejsc ograniczona z powodów lokalowych. Prosimy dokonywać rezerwacji jak w przypadku weekendowych kursów, **najpóźniej do 26.02.2006 r.**

W marcu Centrum w Grabniku nieczynne!