



FOT. G. GRADALSKI

# Polski buddyzm zaczął się w Krakowie

Podczas Festiwalu Kultury Buddyjskiej przeżyjemy fascynującą podróż do świata Nauk Buddy, posłuchamy muzyki i obejrzymy filmy

Gdy w 1976 roku pierwszy zachodni uczeń największego mistrza buddyzmu tybetańskiego XX wieku – 16 Karmapy – Lama Ole Nydahl wraz ze swoją żoną Hannah przyjechali do Krakowa, nikt nie spodziewał się, co przyniesie z sobą ta wizyta. To właśnie stąd idee buddyzmu tybetańskiego zaczęły promieniować na całą centralną i wschodnią Europę, zaczynając oczywiście od Polski. Po 35 latach w naszym kraju jest już ponad 60 ośrodków medytacyjnych, w których tysiące ludzi uczestniczą w kursach i medytacjach.

Buddyzm nie jest religią wiary opartą na kulcie jakiegoś boga, lecz systemem, którego celem jest szczęście jak największej ilości istot. Nie jest też wyłącznie intelektualną teorią, ale przede wszystkim zbiorem praktycznych wskazówek do pracy z własnym umysłem. Te podstawowe założenia sprawiają, że buddyzm tak łatwo znajduje dla siebie miejsce we współczesnym świeckim społeczeństwie, przestając być wschodnią egzotyką i stając się naturalnym elementem zachodniego sposobu życia.

Zanim buddyzm dotarł na zachód, „wędrował” po kolejnych

krajach Azji, w których zawsze przynosił pożytek lokalnym społeczeństwom (Chiny, Japonia, Korea itd.). Z pewnością jego głęboki uniwersalizm pozwolił na to również na Zachodzie.

Dzięki Festiwalowi Kultury Buddyjskiej „Przestrzeń Umysłu” będzie można zapoznać się z 35-letnią historią buddyzmu Diamentowej Drogi w Polsce. Jest to historia wypracowania przejrzyściej, zrozumiałej dla współczesnego Europejczyka formy buddyjskiej praktyki pozwalającej na przeżywanie pełnego potencjału tkwiącego w umyśle każdego człowieka. Filmy i wystawy zabiorą nas w podróż do mi-

stycznych miejsc niedostępnych dla większości (np. klasztory Bhutanu, Tybetu), gdzie poznamy wyjątkowych mistrzów medytacji (np. Lama Tsechu Rinpocze).

Nie można przeoczyć wykładów z pogranicza psychologii, filozofii, medytacji i zachodniej historii, prowadzonych przez polskich i zagranicznych nauczycieli buddyzmu Diamentowej Drogi oraz dnia otwartego w ośrodku medytacyjnym. Dzięki tym wszystkim wydarzeniom będzie się można przekonać, z jaką łatwością ponadczasowe nauki Buddy asymilują się w nowoczesnym społeczeństwie.

Kolejną atrakcją będą spotkania z autorami filmów, prezentacja niezwykle ciekawego projektu filmowego „Lama 24h” – dokumentującego ogólnoswiatową aktywność Lamy Ole Nydahla, od kilkudziesięciu lat rozpowszechniającego nauki buddyzmu tybetańskiego na Zachodzie.

Zapraszamy również na koncerty muzyków związanych z buddyzmem oraz imprezę z okazji 35-lecia buddyzmu w Polsce. Wstęp na filmy kosztuje 12 zł (pod Baranami) i 5 zł (Sfinks) za seans, koncert w Alchemii – 10 zł. Wstęp na pozostałe wydarzenia jest bezpłatny.

## Program

### 17 PAŹDZIERNIKA

Godz. 18.00

Kino Agrafta

Wykład: „Jak mądrość Wschodu dotarła na Zachód” – Marek Witek

### 18 PAŹDZIERNIKA

Godz. 18.15

Kino Pod Baranami

„Nauka o stanie umysłu”

Godz. 19.15

„Buddyzm we współczesnym świecie”

### 19 PAŹDZIERNIKA

Godz. 19

Collegium Medicum, Aula C

Wykład: „Świat jest tylko umysłem, czyli psychologia buddyjska z przymrużeniem oka” – Artur Przybysławski

### 20 PAŹDZIERNIKA

Godz. 18

Kino Agrafta

Wykład: „Buddyjski pogląd w codziennym życiu człowieka Zachodu”, Marcin Barański

### 21 PAŹDZIERNIKA

Godz. 18

Kino Agrafta

Wykład: „Pustka jako pełnia, czyli filozofia buddyjska z przymrużeniem oka” – Artur Przybysławski

### 22 PAŹDZIERNIKA

Buddyjskim Ośrodkiem

Medytacyjnym

Warsztaty medytacyjne

### 23 PAŹDZIERNIKA

Godz. 19

Klub Alchemia

Koncert „Przestrzeń umysłu” – Makaruk & Rajski

### 24 PAŹDZIERNIKA

Godz. 19

Piwnica Pod Baranami

Prezentacja filmu „Lama 24h”, spotkanie z ekipą filmową

### 25 PAŹDZIERNIKA

Godz. 18

Kino Agrafta

Wykład: „35-lecie buddyzmu DD w Krakowie. Historia powstania krakowskiego ośrodka medytacyjnego” – Karol Ślęczek

### 26 PAŹDZIERNIKA

Godz. 18

Empik, Rynek Główny

Wykład: „Ponadosobiste właściwości umysłu” – Karol Ślęczek

(uw)

Szczegóły na

[www.przestrzenumyslu.pl](http://www.przestrzenumyslu.pl)

## Szczęśliwe chwile przeżywamy tu i teraz

Rozmowa z teoretykiem i praktykiem buddyzmu – **Arturem Przybysławskim**

### Co może dać nam dziś buddyzm?

Jeśli przyjrzymy się, że buddyzm jest badawczym spojrzeniem w głąb naszego wewnętrznego świata, możemy odkryć, jak funkcjonuje nasz umysł i nauczyć się rozwijać nasze naturalne skłonności, takie jak otwartość na innych, współczucie, a nawet mądrość i nieustraszonność.

### Czy rozwój ten możemy osiągnąć dzięki praktyce medytacji?

Tak. Ta precyzyjna metoda, która stanowi niejako trening umysłu, polegający w dużej



FOT. ANDRZEJ SZOPA

mierze na koncentracji, służy temu, by po prostu lepiej żyć. Zasady buddyzmu weryfikuje się bowiem zawsze w codziennym życiu. Sprawdzamy, ile mamy dystansu do świata i ile potrafimy czerpać z niego radości. Każdą, nawet banalną, sytuację próbujemy przekształcić w krok na drodze rozwoju.

### Czy o medytacji usłyszymy także podczas wykładów, które odbędą się w ramach Festiwalu Kultury Buddyjskiej?

Medytacji będą poświęcone specjalne warsztaty, a pod-

czas wykładów usłyszymy przede wszystkim o europejskim obliczu buddyzmu i historii tej religii w Polsce. Ja sam wygłoszę wykład o buddyjskiej psychologii z przymrużeniem oka.

### A dlaczego z przymrużeniem oka?

Ponieważ buddyzm to inteligentne, ale i radosne przeżywanie świata, którego wcale nie trzeba traktować aż tak poważnie, jak to zwykliśmy robić. A jedyną świętością dla buddyzmu jest szczęście drugiego człowieka i jego podstawowe prawo do wolności.

### Czy w Festiwalu Kultury Buddyjskiej mogą wziąć udział wyznawcy innych niż buddyzm religii?

Oczywiście. Mam nadzieję, że wezmą w nim udział osoby o różnych światopoglądach.

### Jaka buddyjska zasada towarzyszy Ci w życiu?

Bliskie mi są nauki o tym, jak przeżywać szczęście już tu i teraz, bez oglądania się na przeszłość i przyszłość. Gdyż, jak powiedział Budda, „Nie istnieje droga do szczęścia – to samo szczęście jest drogą”.

Rozmawiała Urszula Wolak