

IV Ogólnopolski Festiwal Kultury Buddyjskiej „Przestrzeń Umysłu”

Buddyzm

Jedna z najstarszych religii świata. Pochodzi od historycznego Buddy Siakjamuniego, który urodził się w północnych Indiach około 570 r. p.n.e. Po latach medytacji, w wieku 35 lat, Budda osiągnął Oświecenie – doskonały stan umysłu, stan umożliwiający doświadczanie otwartości, w której powstają, rozgrywają się i znikają wszelkie zewnętrzne zjawiska i wewnętrzne przeżycia.

Urzeczywistnienie Oświecenia powoduje, że przestajemy być zależni od ciągle zmieniających się okoliczności, myśli i uczuć. Pojawiają się natomiast naturalne właściwości umysłu, takie jak intuicyjna mądrość, nieustrasżoność, nieuwarunkowana radość i aktywne współczucie.

Budda nauczał przez 45 lat w tym czasie przekazując 84 000 nauk, w sanskrycie nazywanych Dhammą, co oznacza „jakimi rzeczy są”. Nie mają one charakteru zakazów i nakazów, a ich studiowanie, praktykowanie medytacji oraz stosowanie na co dzień buddyjskiego poglądu prowadzi do osiągnięcia pełnego rozwoju umysłu, czyli Oświecenia. Dlatego buddyzm nazywany jest religią doświadczenia w odróżnieniu od innych światopoglądów zakładających istnienie zewnętrznego Boga i opierających się na wierze i dogmatach.

„Nie wiercie w jakiegokolwiek przekazy tylko dlatego, że przez długi czas obowiązywały w wielu krajach. Nie wiercie w coś tylko dlatego, że wielu ludzi od dawna to powtarza. Nie akceptujcie niczego tylko z tego powodu, że ktoś inny to powiedział, że popiera to swoim autorytetem jakiś mędrzec albo kapłan lub że jest to napisane w jakimś świętym piśmie. Nie wiercie w coś tylko dlatego, że brzmi prawdopodobnie. Nie wiercie w wizje lub wyobrażenia, które uważacie za zesłane przez boga. Miejcie zaufanie do tego, co uznaliście za prawdziwe po długim sprawdzaniu, do tego, co przynosi powodzenie wam i innym.”

Budda, Kalama Sutra

Medytacja

Medytacja buddyjska to precyzyjna metoda pracy z umysłem. Umożliwia bezpośrednie doświadczanie zjawisk jako swobodnej gry przestrzeni, której wyrażeniem się jesteśmy również my sami. Medytacja równoważy umysł i niezależnia go od zmieniających się nieustannie warunków. Powoduje, że przeskadzające uczucia, takie jak niechęć, przywiązanie i pomieszanie, przekształcają się w odpowiadające im mądrości. Medytacje Diamentowej Drogi posługują się językiem symboli i działają na zasadzie identyfikacji z formami Buddy, które reprezentują doskonałe właściwości umysłu. Regularna praktyka sprawia, że w coraz większym stopniu wszystko, co się wydarza, jest przeżywane jako świeże i interesujące, a działanie dla dobra innych staje się naturalne i spontaniczne.

Linia Karma Kagyu

Linia Karma Kagyu jest jedną z czterech głównych szkół buddyzmu tybetańskiego; trzy pozostałe to Njingma, Siakja i Gelug (szkoła Dalaj Lamy). Jest to linia bezpośredniego, ustnego przekazu, w której szczególną wagę przykładą się do medytacji.

Metody linii Karma Kagyu pochodzą od historycznego Buddy, który przekazał je swoim najbliższym uczniom. Przez kolejne 1500 lat nauki Karma Kagyu rozwijane były w Indiach przez takich mistrzów medytacji (mahasiddhów), jak Padmasambhawa, Tilopa, Naropa i Maitripa. Następnie, przeniesiona do Tybetu, przekazywana była przez joginów Marpę i Milarepę oraz mnicha Gampopę. W XII wieku jego uczniem został I Karmapa – pierwszy świadomie reinkarnujący się jogin Tybetu. Dzięki kolejnym inkarnacjom Karmapy linia Karma Kagyu pozostaje żywym, nieprzerwanym przekazem do dzisiaj. Zawiera ona, jako jedna z niewielu tradycji buddyjskich, nauki Diamentowej Drogi.

Dziś głową szkoły jest tybetańczyk - XVII Karmapa Trinlej Taje Dordze.



IV Ogólnopolski Festiwal Kultury Buddyjskiej „Przestrzeń Umysłu”

Diamentowa Droga

Budda przekazywał nauki w zależności od indywidualnych właściwości zdolności swoich uczniów, w ten sposób powstało wiele tradycji, szkół i stylów praktyki. Diamentowa Droga to najwyższe nauki Buddy, których celem jest wykorzystywanie potencjału tkwiącego w każdej sytuacji.

Praktyka buddyzmu Diamentowej Drogi opiera się na trzech filarach: poglądzie, że wszystkie istoty i zjawiska są doskonałe, medytacji – przekształcającej ten pogląd w bezpośrednie doświadczenie oraz skutecznym działaniu, wypływającym z uzyskanego w ten sposób wglądu. Praktykowanie nie ogranicza się zatem tylko do medytacji, ale jest możliwe w każdym momencie, co szczególnie odpowiada ludziom na Zachodzie, którzy często prowadzą intensywny tryb życia.