



ODOSOBNIENIE

“ODKRYWANIE ŚWIETLISTEJ CISZY” METODA CICHEJ ILUMINACJI

Zapraszamy na odosobnienie czan
prowadzone przez
SIMONA CHILDA

W dniach 19–26 lutego 2016 roku Simon Child poprowadzi siedmiodniowe odosobnienie w tradycji buddyzmu czan. Odbędzie się ono w Dłużewie, w Domu Plenerowym Warszawskiej Akademii Sztuk Pięknych. Rozpocznie się 19 lutego (piątek) o godz. 19:00, a zakończy 26 lutego (piątek) o godz. 10:00.

Osobnienie przeznaczone jest dla osób, które mają przynajmniej półroczne doświadczenie w medytacji buddyjskiej. Można wziąć udział w pięciu lub siedmiu dniach praktyki rozpoczynając w każdym wypadku od 19 lutego.

“Odkrywanie świetlistej ciszy” Tradycyjne siedmiodniowe odosobnienie zapewnia zaangażowanym w praktykę adeptom czas i przestrzeń do nauki znanej w czan metody, zwanej cichą iluminacją, i do coraz głębszego wchodzenia w nią. Jest ona prosta, a jednocześnie trudna. Skoncentrowana praktyka może doprowadzić do otwarcia umysłu, które pozwala zatrzymać się i odnaleźć spokój, jasność, przestronność i wyraźny wgląd w Dhamę. Na odosobnieniu w ciepłej i wspierającej atmosferze przedstawione zostaną nauki i metody medytacji zaczerpnięte od Mistrza Szeng-jena. Instrukcje dotyczące praktyki, wykłady i indywidualne spotkania będą dostosowane do mentalności ludzi świeckich o zachodniej umysłowości i zapleczu kulturowym. Napięty harmonogram tradycyjnego odosobnienia czan przewiduje wczesne poranne wstawanie, medytacje, gimnastykę i pracę. Całość wymaga niezwykle skupionego, wytrwałego wysiłku, podjętego z odprężonym umysłem. Wielu adeptów doświadcza wyraźnych wglądów, dzięki którym kroczą potem drogą bodhisatwy z większą pewnością i głębszym spokojem.

Nauczyciel Odosobnienie poprowadzi Simon Child, który w 2000 roku otrzymał przekaz Dharmy od Shifu Szeng-jena. Simon praktykował zarówno pod kierunkiem Johna Crooka, jak i Shifu. Od wielu lat prowadzi odosobnienia w Europie i w Nowym Jorku — część z nich prowadził wspólnie z Johnem Crookiem, część zaś samodzielnie.



Simon Child

Literatura dotycząca praktyki Cichej Iluminacji

- *“Illuminating Silence. The Practice of Chinese Zen”*, Editor John Crook, Watkins, London 2002 (w pierwotnej wersji *“Catching a Feather on a Fan”* 1991).
Wydanie polskie: *“Rozświechtanie ciszy”*, Pracownia Autorska DOMY POLSKIE, Warszawa 1999.
- *“Chan comes West”*, red. Rebecca Li, Dharma Drum Publications, New York 2002.
- *“The Method of No method”*, Chan Master Sheng Yen, Shambhala 2008
- *“The Practice of Silent Illumination (mo-chao)”*, Master Sheng Yen. Tekst opublikowany w trzech częściach w *“Chan Magazine”* dostępny na stronie

<http://chan1.org/ddp/chanmag.html>

- Wiele artykułów i raportów z tych odosobnień można znaleźć w numerach czasopisma *“New Chan Forum”*. Zobacz

<http://www.westernchanfellowship.org/retreat-reports.html>

Jak zgłosić się na odosobnienie? Proszę wysłać zgłoszenie i przedpłatę. Zgłoszenie należy przesłać listownie do 19 stycznia 2016 roku na adres:

Paweł Rościszewski
ul. Promienna 12
05-540 Zalesie Górne
lub emailem na adres: budwod@budwod.com.pl

Przedpłaty w wysokości 600 zł należy dokonać do 19 stycznia 2016 roku na konto podane poniżej. Przedpłata oznacza rezerwację miejsca na odosobnieniu, jeśli limit miejsc nie zostanie do tego momentu wyczerpany.

Opłata za udział Opłaty za udział w odosobnieniu są następujące:

1. za udział w 7 dniach odosobnienia opłata wynosi 1250 zł, przedpłata 600 zł.
2. za udział w 5 dniach odosobnienia opłata wynosi 1050 zł, przedpłata 600 zł.

Brakującą kwotę, po uprzednim przekazaniu na konto przedpłaty, należy wpłacić do dnia 26 stycznia 2016 roku. Osobie rezygującej z powodów losowych z uczestnictwa w odosobnieniu wszelkie wpłacone na konto związku pieniądze zostaną zwrócone, jeśli rezygnacja będzie zgłoszona do 19 stycznia 2016. W wypadku późniejszej rezygnacji opłata nie zostanie zwrócona.

Konto, na które należy dokonywać wpłat:

właściciel konta: Związek Buddystów Czan
bank: PKO BP I Oddział Warszawa
adres banku: ul. Henryka Sienkiewicza 12/14, 00-010 Warszawa
numer konta: PL 78 1020 1013 0000 0002 0129 2572
kod swift: BPKO PL PW

Proszę pamiętać, że wszelkie opłaty i koszty przelewu ponosi wpłacający

Darowizna Można również dokonać wpłaty dowolnej kwoty na wyżej podane konto na rzecz osób pragnących wziąć udział w odosobnieniu, które z powodu trudnej sytuacji materialnej nie są w stanie ponieść kosztów uczestnictwa.

Zasady akceptowania uczestników W kwalifikacji na odosobnienie pierwszeństwo będą miały osoby zgłaszające się na 7 dni, a następnie zgłaszające się na 5 dni. Wśród osób zgłaszających się na tę samą ilość dni o pierwszeństwie decydować będzie data dokonania przedpłaty. Do 30 stycznia 2016 roku zostanie ustalona lista uczestników oraz lista rezerwowa. Osoby z listy rezerwowej będą kwalifikowane na odosobnienie w razie rezygnacji osób umieszczonych na liście uczestników. Osobom niezakwalifikowanym na odosobnienie wpłacone przez nie kwoty zostaną w całości zwrócone.

Dojazd Osoby przyjęte na odosobnienie proszone są o przybycie do Dłużewa 19 lutego 2016 do godz. 17.00. Mapę dojazdu na miejsce odosobnienia można znaleźć na stronie

<http://czan.eu/wp-content/uploads/2013/10/Dluzew-dojazd.jpg>

Jeżeli potrzebujesz pomocy w dojeździe z Warszawy do Dłużewa i/lub w drodze powrotnej po zakończeniu odosobnienia, poinformuj nas o tym emailem.

Jeśli osób potrzebujących pomocy w dojeździe w tą lub tamtą stronę będzie więcej, wynajmiemy autobus (lub minibus), który z centrum Warszawy wyjedzie 19 lutego ok. godz. 16:00. Wyjazd z Dłużewa przewidujemy 26 lutego ok. godz. 11:00. Koszt dowozu w obie strony wynajętym środkiem transportu wynosi ok. 110 zł, płatne na miejscu (podróż w jedną stronę – ok. 55 zł).

Praktyka Podczas odosobnienia każdy kolejny dzień rozpoczyna się pobudką o godz. 5:00 rano, a kończy się o godz. 22:00 ciszą nocną. Wypełnia go wiele okresów medytacji, której poszczególne rundy trwają ok. 30 minut, a także ćwiczenia fizyczne, praca, spotkania indywidualne z nauczycielem i wykłady.

Uwagi

- Osoby, które mają trudną sytuację materialną, mogą ubiegać się o zniżki w opłacie za odosobnienie. Prośbę o zniżkę można dołączyć do zgłoszenia.
- Nie jest konieczne zabieranie ze sobą śpiwora, maty oraz poduszki do medytacji. Na miejscu każdy otrzyma pościel od właściciela obiektu oraz maty i poduszki od organizatorów odosobnienia. Jeśli jednak używasz ławeczki do medytacji zabierz ją ze sobą.
- Informacje na temat odosobnienia znajdują się na stronach internetowych Związku Budystów Czan:

<http://www.czan.eu/odosobnienie-czan-19-26-lutego-2016/>

21-dniowe odosobnienie czan odbędzie się w dniach od 31 lipca do 21 sierpnia 2016 roku w Dłużewie. Poprowadzi je Czcigodny Chi Chern Fashi. Szczegółowe informacje dotyczące tego odosobnienia zostaną podane wkrótce.