

Lama Rinczen



Buddyjska tradycja Bencien Karma Kamtżang

Budda i jego nauka
Szkoły buddyjskie i mistrzowie Dharmy
Tradycja klasztoru Bencien

Autor: Lama Rinczen (Waldemar Zych)

Redakcja: Ireneusz Maślarz i Agnieszka Zych

Opracowanie graficzne, skład: Blanka Tomaszewska

ISBN 83-905126-1-0

Copyright © 2001 by Związek Buddyjski Tradycji Karma Kamtżang w Polsce

Wydane przez:

Związek Buddyjski Tradycji Karma Kamtżang w Polsce

Grabnik 4, 96-313 Jaktorów

tel. 0-46/856 49 69, fax. 0-46/856 49 70

e-mail: benchen@kamtzang.com.pl

www.kamtzang.com.pl

Na okładce:

Kolejne inkarnacje Jego Świątobliwości Karmapy

(copyright: klasztor Benchen Phuntsok Dargye Ling)

spis treści

CZĘŚĆ I

Budda i jego nauka

Droga Siddharty Gautamy do oświecenia	5
Zasadnicze elementy nauki Buddy, czyli Cztery Prawdy	7
Trzy nurty buddyzmu	12
Hinajana	12
Mahajana	12
Wadžrajana	14

CZĘŚĆ II

Szkoły buddyjskie i mistrzowie Dharmy

Buddyzm w Indiach	17
Buddyzm w Tybecie	18
Szkoła Kagju i Karma Kamtżang	19
Inkarnacje i system tulku	20
Karmapa i linia Karmapów	22

CZĘŚĆ III

Tradycja klasztoru Bencien

Klasztor Bencien w Tybecie	25
Ucieczka lamów z Tybetu i założenie klasztoru w Nepalu	29
Ośrodek odosobnieniowy w Parpingu	31
Rytuały w klasztorze Bencien	32
Filie klasztoru Bencien w Europie	34
Ośrodek w Allmuthen	34
Związek Buddyjski Tradycji Karma Kamtżang w Polsce	34
Ośrodek w Grabniku	35
Od redakcji	36

część pierwsza



Budda Siakjamuni

BUDDA I JEGO NAUKA

Droga Siddharty Gautamy do oświecenia

W VI wieku p.n.e. w hinduskim książęcym rodzie Siakjów w północnych Indiach urodził się Siddharta Gautama, późniejszy historyczny Budda, zwany Siakjamunim (mędrcelem z rodu Siakjów). Książę wychowywał się w iście królewskim dostatku. Spełniano wszystkie jego pragnienia. Otrzymał nadzwyczaj wszechstronne wykształcenie. Od najmłodszych lat wyróżniał się zresztą niezwykleymi zdolnościami i talentami zarówno umysłowymi, jak i cielesnymi. Wydawało się, że powinien być najszczęśliwszym z ludzi: młody, zdrowy, bogaty i uwielbiany przez wszystkich.

A jednak jego spokój zatruwały podstawowe pytania egzystencjalne. Dlaczego ludzie chorują i umierają? Jak można znaleźć ukojenie w przyjemnościach, skoro wiadomo, że one przeminą, a cierpienie, ból i śmierć i tak nas kiedyś osiągną? Ludzie chcą być szczęśliwi, nikt nie chce cierpieć, wszyscy stale dążą do uniknięcia tego, co bolesne. Ale szukając przyczyn cierpienia i radości jedynie na zewnątrz, nikt nie znalazł sposobu na autentyczne uwolnienie się od wszelkich trosk oraz na osiągnięcie trwałego szczęścia.

W wyniku takich przemyśleń książę Siddharta, mając dwadzieścia dziewięć lat, porzucił swe królestwo i udał się na poszukiwanie Prawdy. Wybrał los bezdomnego ascety, idąc za przykładem wielu podobnie niespokojnych umysłów owych czasów. Rozpoczął od studiowania jogi i filozofii bramińskiej. Potem zdecydował się na skrajną ascezę i praktykował ją przez kilka lat. Ale wciąż nie osiągnął celu. Mając trzydzieści pięć lat zrozumiał, że ani skrajne folgowanie przyjemnościom, ani wyczerpująca siły asceza nie są właściwymi ścieżkami. Wkroczył wówczas na „drogę środka”, która do dziś pozostaje wyznacznikiem życiowych zasad dla milionów buddystów.

Po okresie intensywnej kontemplacji przebił się przez ostatnie zasłony niewiedzy. Pojął, że zarówno prawdziwe szczęście, jak i cierpienie są stanem umysłu, a zewnętrzne warunki to tylko wtórne okoliczności, sprzyjające radości czy udręce. Czyż świat nie jest pełen bogatych, zdrowych, a jednak nieszczęśliwych ludzi? Czy nie znamy

szczęśliwych biedaków? Zrozumiał także, iż to my sami, własnym postępowaniem sprawiamy, że w przyszłym życiu znajdziemy się w takich a nie innych warunkach, zaś obecne nasze zdrowie czy bogactwo jest efektem czynów dokonanych w przeszłych żywotach. Księżę Siddharta Gautama osiągnął oświecenie. Został Buddą, czyli Przebudzonym. Stało się to, wedle tradycyjnych przekazów, pod drzewem bodhi w Bodh Gaja, w Indiach.

Przez pierwszych siedem tygodni po osiągnięciu Oświecenia, Budda z nikim nie rozmawiał o swym urzeczywistnieniu. Kiedy jednak dawni przyjaciele, widząc majestat i blask, jaki zeń promieniował, poprosili go o podzielenie się z nimi tym, co odkrył, nie widział powodu, aby im odmówić. Przez następne czterdzieści pięć lat stale nauczał, a grono tych, którzy zwracali się do niego po duchowe przewodnictwo, nieustannie rosło.

Budda przekazywał innym swą wiedzę i doświadczenie, jeśli tylko był o to proszony. Ta zasada, czyli brak misjonarowania, do dziś pozostaje wyznacznikiem postępowania nauczycieli buddyjskich. Nie mówi się o Naukach tym, którzy nie mają intencji ich słuchania, ale też nie można odmówić tym, którzy pragną słuchać.

Historyczny Budda Siakjamuni, opuścił swe ciało w wieku osiemdziesięciu lat, pozostawiając liczne rzesze uczniów i wielką duchową spuściznę, która przez stulecia miała ogromny wpływ na rozwój wielu narodów i nadal pozostaje żywą tradycją religijną dla setek milionów ludzi na całym świecie.



Zasadnicze elementy Nauki Buddy, czyli Cztery Prawdy:

1. Prawda o istnieniu cierpienia,
2. Prawda o przyczynach cierpienia,
3. Prawda o uwolnieniu od cierpienia,
4. Prawda o ścieżce prowadzącej do wyzwolenia.

Prawda o istnieniu cierpienia

Pierwsza z tych prawd to stwierdzenie faktu, że życie nierozzerwalnie związane jest z cierpieniem. Jako cierpienie rozumie się w tym kontekście wszelkie nieprzyjemne doświadczenia, od fizycznego bólu aż po najsubtelniejszy brak poczucia satysfakcji i spełnienia. Mówi się zatem o trzech rodzajach cierpienia: cierpieniu bólu, przemijania i egzystencji.

– Cierpienie bólu jest jak zgniły ryż. Nikt nie chce go jeść. A jednak przechodzimy przez ból narodzin, chorób, starości i śmierci. Nie potrafimy też uniknąć rozłąki z tymi, z którymi chcielibyśmy przebywać. Musimy spotykać tych, których wolelibyśmy unikać. Nie możemy zdobyć wszystkiego, czego pragniemy, ani pozbyć się wszystkiego, co nam wadzi.

– Cierpienie przemijania jest jak dobrze przyrządzony ryż zmieszany z trucizną. Najpierw smakuje, a potem przynosi ból. Mimo iż doświadczamy w życiu licznych radości, żadna z nich nie trwa wiecznie. Dążymy do jakiegoś celu, a gdy już go osiągniemy, nie daje nam to pełnej satysfakcji. Gromadzimy różne dobra i najpierw kłopotujemy się pilnowaniem ich, a potem i tak je tracimy – najpóźniej w momencie śmierci. Stale chcemy czegoś nowego i to poczucie braku całkowitego spełnienia, choć bywa bardzo twórcze, też jest bolesne.

– Cierpienie egzystencji jest jak niedojrzały ryż. Na razie nie znamy jego smaku, gdyż nasza wrażliwość przytłumiona jest doświadczaniem bólu albo przyjemności, która potem przemieni się w ból. Ale już sam fakt, że istniejemy jako żywa istota, przyciąga do

nas pozostałe rodzaje cierpienia. Dlatego egzystencja sama w sobie jest cierpieniem.

Innymi słowy, nie osiągniemy prawdziwego szczęścia dążąc jedynie do chwytania przyjemności i unikania tego, co bolesne. Budowanie swojej przyszłości na ulotnych radościach podobne jest do budowania zamku na lodzie.

Gdybyśmy jednak z tej pierwszej nauki Buddy wyciągnęli wniosek, że buddyzm jest religią pesymistyczną, byłibyśmy w ogromnym błędzie. Budda zwrócił tylko uwagę na fakt, że życie, które sprowadza się wyłącznie do konsumowania przyjemności i uciekania przed bólem, nie jest satysfakcjonujące. Następnie jednak wskazał na przyczyny takiego stanu rzeczy oraz na możliwość pokonania cierpienia. Dopóki nie uświadomimy sobie, że jesteśmy chorzy, nie będziemy podejmować żadnych prób leczenia. Dlatego, podobnie jak to czyni lekarz, Budda rozpoczął od zdiagnozowania choroby, czyli dręczącego nas odwiecznie cierpienia, a następnie przepisał lekarstwo: duchową ścieżkę, która usuwa tę chorobę i jej przyczyny.

Prawda o przyczynach cierpienia

Druga prawda ukazuje przyczyny cierpienia. Jeśli w rękę wbił nam się kolec, to nierozsądnie byłoby ograniczyć się do zażywania środków przeciwbólowych. Trzeba usunąć drzazgę, która powoduje ból. Podobnie jest z cierpieniem: można się go pozbyć tylko wtedy, kiedy wiadomo, jaka jest jego prawdziwa przyczyna. Budda nauczał, że wszystko, czego doświadczamy teraz, jest rezultatem naszego dotychczasowego postępowania. Prawe czyny prowadzą do szczęścia, złe zaś przynoszą cierpienie. Gdy włożymy rękę do ognia, od razu wiemy, że to nie było rozsądne. Kiedy jednak przyczyna i skutek oddalone są w czasie, nie zawsze potrafimy wyciągnąć odpowiednie wnioski. Odradzając się wciąż w nowych ciałach, nie pamiętamy, co robiliśmy w poprzednich żywotach. Dlatego nie rozumiemy zależności pomiędzy swoimi przeszłymi czynami a obecnym cierpieniem lub szczęściem. Budda osiągając oświecenie dostrzegł, jak funkcjonuje prawo działań i ich skutków. Dlatego nauczał, że przyczyną wszelkiego cierpienia, jakiego doświadczamy, jest nasze złe postępowanie.

Ale nawet gdy wiemy, że jakieś zachowanie jest niewłaściwe, bywa, że zaślepieni pragnieniem bądź gniewem nie potrafimy się przed nim powstrzymać. Albo też z powodu strachu lub błędnego zrozumienia nie możemy się zdobyć na jakiś prawy czyn, kiedy jest on potrzebny. Toteż główną przyczyną negatywnych działań są destruktywne uczucia, a mają one swe źródło w niewiedzy i braku zrozumienia prawdziwej natury egzystencji.

Prawda o uwolnieniu od cierpienia

Dwie pierwsze prawdy opisują sytuację zwykłej istoty, która pragnie pomyślności i chce uniknąć cierpienia, ale z powodu niewiedzy nigdy nie jest w stanie zdobyć trwałego szczęścia ani całkiem uwolnić się od problemów. W trzeciej prawdzie Budda przedstawia najbardziej radosny punkt swej Nauki: cierpieniu można położyć kres! I sam jest przykładem tego, że można odmienić swe życie i osiągnąć stan pełen szczęścia – całkowite uwolnienie się od cierpienia. Każda istota potrafi dojść do tego celu, zwanego stanem Buddy. Ta nadzieja sprawia, że buddyści odznaczają się wyjątkowym optymizmem, radością i poczuciem humoru. Daje się to zauważyć na każdym kroku w kontaktach z przedstawicielami narodów wyznających tę religię.

Przebudzony nauczał, że każda istota posiada w sobie potencjał stanu Buddy, ale nie uświadamia sobie tego z powodu silnie zakorzenionych nawykowych skłonności, niewiedzy i destruktywnych uczuć. Jeśli jednak usunąć z umysłu owe skalania, wówczas przejawia się jego oświecona natura. Stan Buddy oznacza całkowite unicestwienie gniewu, żądz, dumy i zazdrości oraz wygaśnięcie wszelkiego cierpienia, dlatego bywa porównywany do zdmuchnięcia świecy. Jednak zewnątrzni obserwatorzy buddyzmu często wyciągają z tego mylne wnioski, twierdząc, że buddyzm jest religią nihilistyczną. Nie dostrzegają bowiem lub nie chcą dostrzec tych fragmentów pism buddyjskich, które szeroko opisują stan, jaki pojawia się po oczyszczeniu umysłu z wszelkich skalań, kiedy wreszcie bez przeszkód mogą przejawiać się jego wrodzone właściwości, takie jak nieograniczona miłość, współczucie, wszechwiedza i inne z niezliczonych cech Buddy.

Prawda o ścieżce prowadzącej do wyzwolenia

Mimo że wszystkie istoty mają wrodzoną naturę Buddy, zwykle nie są tego świadome. A zaciemnienia umysłu nie znikają same z siebie i nikt nie zostaje Buddą przez przypadek. Dopiero dzięki stosowaniu odpowiednich praktyk duchowych można pokonać destruktywne uczucia i ujrzeć prawdziwą naturę umysłu, czyli osiągnąć stan Buddy.

Ścieżka rozwoju duchowego w buddyzmie polega z jednej strony na oczyszczaniu ciała, mowy i umysłu z wszelkich negatywnych skłonności, a z drugiej strony na rozwijaniu pozytywnych cech, takich jak miłość i współczucie wobec wszystkiego, co żyje. Praktykowanie buddyzmu sprowadza się do trzech zasadniczych elementów:

– Pierwszym jest właściwe postępowanie, czyli unikanie czynów, które krzywdzą

innych, i angażowanie się w czynienie dobra. W praktyce oznacza to rozwijanie dobroczynności, etycznej samodyscypliny i cierpliwości w działaniu dla pożytku innych. Właściwe postępowanie jest warunkiem powodzenia w dwóch pozostałych aspektach praktyki duchowej.

– Drugim elementem jest medytacyjne wyciszenie. Podczas medytacji człowiek uczy się nie podlegać wpływowi destruktywnych uczuć. Pozwoli mu to unikać szkodliwych działań. W spokojnym umyśle pojawia się też jasne zrozumienie głębszych prawd.

– Trzeci element praktyki buddyjskiej to rozwijanie zrozumienia. Ma ono różne etapy. Najpierw gromadzi się zrozumienie płynące ze studiowania Dharmy, czyli Nauk Buddy. Potem zdobywa się zrozumienie płynące z rozważania tych nauk i odnoszenia ich do własnego życia. Na koniec przychodzi czas na zgłębienie najwyższego rodzaju zrozumienia, czyli bezpośrednio doświadczenie Prawdy. Może ono pojawić się tylko w pełnym cnót umyśle, który dzięki medytacyjnemu wyciszeniu osiąga jasność pojmowania.

W społecznościach buddyjskich ci, którzy praktykują duchową ścieżkę, dzielą się na trzy grupy, prezentujące trzy różne style realizowania powyższych ideałów.

– Pierwszą, najliczniejszą grupą są praktykujący buddyzm ludzie świeccy. Ze względu na zobowiązania rodzinne i społeczne nie mogą poświęcić zbyt wiele czasu na medytację czy studiowanie nauk. Ich praktyka skupia się głównie na dobroczynności i zaufaniu, że prawe postępowanie w połączeniu z błogostawieństwem Buddy sprawi, iż odrodzą się korzystnie, będą kontynuować swój rozwój i w przyszłych żywotach osiągną oświecenie.

– Drugą grupę stanowią mnisi. Bycie zakonikiem buddyjskim oznacza rezygnację z posiadania domu, rodziny i pracy zarobkowej i poświęcenie całego swego czasu na praktyki religijne. Mnisi żyją zwykle w zgromadzeniach klasztornych i z pokolenia na pokolenie przekazują wiedzę o właściwych sposobach interpretowania różnych aspektów nauki Buddy. Klasztory zawsze były w historii buddyzmu ostoją tradycji i strażnikami wierności oraz czystości przekazu Nauk.

– Trzecia grupa to jogini. Są to osoby, które ani nie angażują się w życie rodzinno-społeczne, ani nie pozostają w klasztorze. Przebywają zwykle z dala od dużych skupisk ludzkich i całą swoją energię skupiają na praktyce medytacji, dążąc do osiągnięcia już w tym życiu najwyższego poziomu duchowego rozwoju. To właśnie spośród nich wywodzi się większość buddyjskich świętych, czczonych później przez pokolenia. Dlatego

ten styl praktyki tradycyjnie spotyka się z dużą akceptacją społeczną i medytujący jogini mogą liczyć na wsparcie materialne ze strony ludzi świeckich.

Zarówno mnichów, jak i joginów obdarza się we wszystkich krajach buddyjskich wielkim szacunkiem. Udzielanie im pomocy i wsparcia wszelkiego rodzaju należy do podstawowych reguł religijnych ludzi świeckich. Powyższy podział na trzy grupy jest oczywiście jedynie ogólnym schematem. Dlatego nie powinno dziwić spotkanie świeckiego człowieka studiującego pisma czy medytującego ani też widok mnicha, skupiającego się głównie na działaniach dobroczynnych, na przykład pomagającego chorym.



Trzy nurty buddyzmu

Wszyscy uczniowie Buddy zgodnie uznawali Cztery Prawdy za istotę Nauk wygłoszonych przez Przebudzonego. Prezentowali jednak różne ich rozumienie. Największe rozbieżności dotyczyły sposobu realizowania Prawdy o ścieżce prowadzącej do wyzwolenia. Z upływem stuleci wyodrębniły się zatem trzy nurty, kładące nacisk na inne aspekty praktyki, a także w odmienny sposób opisujące owoc tej ścieżki, czyli nirwanę.

Hinajana

Już około IV w p.n.e. wyraźnie skryształizowała się tradycja hinajany („małego wozu”), kładąca nacisk na ideę wyzwolenia samego siebie z samsary, czyli z kołowrotu cierpień. Według tego nurtu Budda jest kimś wyjątkowym. Jego uczniowie mogą co prawda osiągnąć wyzwolenie, ale nie jest to dokładnie takie samo osiągnięcie, jakie stało się udziałem Buddy Siakjamuniego. Wyzwolenie – stan Arhata – jest końcem wszelkiego cierpienia. Porównuje się go do zdmuchnięcia płomienia świecy. Hinajana opiera się na pierwszym cyklu nauk Buddy, zwanym Pierwszym Obrotem Kołem Dharmy. Podkreśla się w nim znaczenie nauk o skutkach swoich czynów, o potrzebie etycznej samodyscypliny oraz o braku samoistnej jaźni. Wyznawcy tej tradycji utrzymują, że są to jedynie prawdziwe i ostateczne nauki Siakjamuniego.

Mahajana

Drugi nurt w buddyzmie opiera się na twierdzeniu, że nauki Pierwszego Obrotu Kołem Dharmy są prawdziwe, ale nie ostateczne, bowiem w późniejszym okresie życia Budda przekazał jeszcze głębsze nauki, zawarte w Drugim Obrocie Kołem Dharmy. Kierunek ten, zwany mahajaną („wielkim wozem”), był obecny od początku istnienia buddyzmu, jednak w pełni ukształtował się jako odrębny nurt dopiero w I wieku n.e. Od hinajany odróżnia go podstawowa motywacja osoby praktykującej. Mahajana propaguje postawę bodhisattwy, czyli kogoś, kto nie myśli jedynie o własnym wyzwoleniu,

ale pragnie uwolnić od cierpienia wszystkie czujące istoty. W praktyce duchowej nacisk kładzie się na rozwijanie miłości i współczucia oraz altruistyczną pracę dla dobra innych. W naukach mahajany szczególną uwagę zwraca się na stwarzanie przyczyn osiągnięcia celu w przyszłości. Dlatego zwie się ją ścieżką przyczyn.

Głosi się także, że nie tylko jaźń nie jest samoistnym bytem, ale też i zewnętrzne zjawiska istnieją jedynie w sposób współzależny i żadne z nich nie jest samoistne. Ten brak samoistości zwie się pustką. Termin pustka jest przeważnie całkowicie opacznie rozumiany przez zachodnich interpretatorów. Zarzucają oni buddyzmowi podejście nihilistyczne, co nie ma nic wspólnego z prawdą. Sam Budda mówi w sutrze Ratnakuta:

*Błąd wiary w realność zjawisk jest wielki jak największa z gór,
ale błąd nihilizmu jest jeszcze większy.*

Owoce praktyki mahajany jest osiągnięcie stanu Buddy. Każdy może tego dokonać, jeżeli tylko przez wiele wcieleń będzie podążać ścieżką bodhisattwy.

Budda, według tradycji mahajany, jest w pełni doskonałą istotą, która osiągnęła trzy kaje (kaja w sanskrycie znaczy „ciało”): dharmakaję, sambhogakaję i nirmanakaję.

– Dharmakaja to bezforemna „kaja absolutnej prawdy”, absolut, którego nie da się poznać żadnym ze zmysłów ani zrozumieć za pomocą intelektu. Można go doświadczyć jedynie poprzez bezpośrednie urzeczywistnienie oświecenia, co jest równoznaczne z wyzwoleniem od cierpienia i osiągnięciem wszechwiedzy i bezgranicznego szczęścia.

Sambhogakaję i nirmanakaję nazywa się foremnymi kajami.

– Sambhogakaja to „kaja doskonałej szczęśliwości”. Przejawia się ona w formie niezliczonych postaci Buddów. Przebywają one w Czystych Krainach i nauczają tych, którzy są już zaawansowani na ścieżce bodhisattwy. Ktoś, kto dzięki swemu prawemu i religijnemu życiu jest dostatecznie na to przygotowany, może po śmierci odrodzić się w tychże niebiańskich krainach, aby tam stopniowo dojść do pełnej doskonałości – stanu Buddy. A nawet, jeśli jeszcze za życia osiągnie duchową czystość, może tu na ziemi otrzymywać od „kai doskonałej szczęśliwości” nauki podczas mistycznych wizji. Historia buddyzmu mahajany zna wielu świętych wizjonerów, którzy wzbogacają przekaz nauk o żywe doświadczenie.

– Nirmanakaja to „kaja emanacji”. Przybiera ona kształt konkretnych historycznych postaci, takich jak Budda Siakjamuni, które odradzają się po to, aby ukazywać innym ścieżkę do wyzwolenia. „Kaja emanacji” może także przejawiać się w formie duchowych nauczycieli, władców pomagających swym poddanym, a nawet zwykłych ludzi, którzy z poświęceniem pracują dla dobra innych. Również nauczyciele innych religii

mogą być postrzegani jako emanacje aktywności Buddy, nauczające stosownie do zdolności i sposobów myślenia poszczególnych istot. Dlatego jedną z reguł buddyjskich jest szacunek dla innych religii.

Prezentując buddyzm na Zachodzie, często przedstawia się Buddę jako mędrca z rodu Siakjów, który żył ponad dwa i pół tysiąca lat temu. Dla buddysty z nurtu mahajany Budda to coś znacznie więcej. To dharmakaja – Absolut. To równocześnie strumień niezliczonych form sambhogakai oraz nirmanakai, nieustannie płynący z dharmakaj, by nieść pomoc tym, którzy jeszcze nie osiągnęli wyzwolenia.

Kanoniczne teksty mahajany zwane są sutrami, toteż często tradycję tę określa się także mianem sutrajany.

Wadźrajana

Ten nurt buddyzmu wyodrębnił się jako niezależny kierunek najpóźniej, bo dopiero w pierwszych wiekach naszej ery. Opiera się on na naukach Trzeciego Obrótu Kołem Dharmy. Jego cechą charakterystyczną jest podkreślanie tego, że wszystkie istoty mają wrodzoną naturę Buddy. Akceptując nauki hinajany i mahajany jako prawdziwe, wadźrajana dodaje swoje specyficzne metody, mające szybko i efektywnie prowadzić do zrealizowania ideału bodhisattwy już w tym życiu. Proponuje „szybką ścieżkę” w odróżnieniu od „stopniowej ścieżki” mahajany. Zamiast skupiać się na przyczynach, wadźrajana mierzy od razu w sam cel – z owocu czyni ścieżkę. Oznacza to, że ktoś praktykujący, chociaż nie dotarł jeszcze do kresu duchowej ścieżki, stara się utrzymywać taką postawę umysłową, jakby już osiągnął najwyższy cel. Próbuje myśleć, odczuwać i postrzegać tak, jakby był Buddą. Adeptci tej szkoły twierdzą, że jest to najszybszy sposób na przezwycięzenie destruktywnych uczuć i obudzenie w sobie pozytywnych cech.

Tak więc ten sam cel, cel ścieżki mahajany, w wadźrajanie realizowany jest za pomocą innych metod. Podczas medytacji adept wadźrajany wyobraża sobie, że jest Buddą. Z najdrobniejszymi szczegółami wizualizuje swoje ciało jako ciało Buddy. Powtarzając święte słowa mantry utożsamia swą mowę z mową Buddy. Umysłem stara się unikać uwikłania w destruktywne uczucia i utrzymuje postawę miłości oraz współczucia – nieodłącznych cech umysłu Buddy.

Podobnie jak życie zakonne rozpoczyna się od chwili przyjęcia ślubów, a wstąpienie na ścieżkę bodhisattwy dokonuje się przez złożenie ślubowania bodhisattwy, tak rozpoczęcie praktyki wadźrajany wymaga przejścia przez odpowiedni rytuał inicjacyjny. Nieprzerwanie od stuleci mistrzowie udzielają uczniom „przekazu mocy” do

utożsamiania się z któryms z aspektów Buddy, po czym ci uczniowie, którzy osiągną powodzenie na ścieżce, sami zostają mistrzami, przekazującymi dalej tę tradycję. Przez wiele pokoleń nauki te udostępniane były jedynie wąskiemu kręgowi wtajemniczonych. Jednak z biegiem stuleci stawały się coraz bardziej dostępne dla szerszych kręgów zainteresowanych. Ale podstawowa zasada pozostała niezmienna – bez żywego przekazu od mistrza nie można autentycznie praktykować tej ścieżki.

Tradycja wadźrajana jest nadal żywa w Chinach, Japonii, Tybecie, Mongolii i innych krajach środkowej Azji. Jednak chińska czy japońska wadźrajana są prawie nieznanne zachodniemu światu, ponieważ w tamtejszych świątyniach wciąż traktuje się te nauki jako tajemne i dostępne tylko dla nielicznych. Coraz więcej natomiast słyszy się o lamach z Dachu Świata.

Buddyzm tybetański łączy w sobie wszystkie aspekty nauk Buddy Siakjamuniego. W aspekcie zewnętrznym zaleca przestrzegać etycznej samodyscypliny, zgodnej ze ścieżką hinajany. W konsekwencji społeczność klasztorna jest tu liczniejsza niż w jakimkolwiek innym kraju na świecie. W aspekcie wewnętrznym, dotyczącym umysłu, nacisk kładzie na rozwijanie altruistycznej postawy bodhisattwy i kontemplowanie iluzoryczności wszystkich zjawisk, co stanowi istotę mahajany. A w najbardziej osobistym, sekretnym aspekcie stosuje medytacje wadźrajany, mające adeptów tej duchowej ścieżki szybko prowadzić do celu.

Nauki Buddy opisujące wadźrajanę zwane są tantrami. Często więc pisma buddyjskie w odniesieniu do tej tradycji używają nazwy tantrajana albo też mantrajana, ze względu na duże znaczenie, jakie przypisuje się tu recytacji mantr. Podkreślić należy jednak, że ten kierunek buddyzmu nie ma, poza nazwą, nic wspólnego z hinduistycznym tantryzmem. Różnica między buddyjskimi a hinduskimi tantrami jest dużo większa niż na przykład różnica między chrześcijaństwem a islamem. Do czasu, gdy po exodusie Tybetańczyków zachodni świat zetknął się z autentyczną wadźrajaną, większość religioznawców błędnie interpretowała ikonograficzne symbole tantr buddyjskich, zaliczając ten nurt buddyzmu do zdegenerowanej magii. Dziś najwybitniejsi przedstawiciele buddyjskiej wadźrajany, jak na przykład Jego Świątobliwość Dalajlama, cieszą się najwyższym szacunkiem na całym świecie.

część druga



Biała Tara – żeńska forma Sambhogakai

**SZKOŁY BUDDYJSKIE
I MISTRZOWIE DHARMY**

Buddyzm w Indiach

Przez wiele stuleci trzy nurty buddyzmu, opisane w poprzednim rozdziale, rozwijały się w Indiach równolegle. Często klasztory i świątynie hinajany i mahajany leżały blisko siebie. Jednak w pierwszych wiekach naszej ery na północy Indii zaczęła dominować mahajana. Rozprzestrzeniła się ona także na Chiny, a potem na Koreę i Japonię. Dlatego bywa określana mianem buddyzmu północnego. W tym czasie hinajana mocno ugruntowała się na Śri Lance, w Birmie, Tajlandii i w innych krajach półwyspu Indochińskiego. Dlatego określana jest mianem buddyzmu południowego.

W połowie pierwszego tysiąclecia naszej ery mahajana w Indiach przeżywała maksymalny rozkwit. Powstały olbrzymie klasztory-universytety. Niektóre osiągały imponujące rozmiary. Na przykład najświetniejszy z nich, Nalanda, liczył około dziesięciu tysięcy studentów. Zgodnie z wymogami systemu nauczania na dziesięciu studentów przypadał jeden wykładowca, a biblioteka klasztorna dysponowała około stu tysiącami woluminów! Mnisi poznawali tam nie tylko teksty mahajany. Liczne zapiski świadczą o tym, że z jednakową skrupulatnością studiowano zarówno zagadnienia dyscypliny mnisiej, czyli zalecenia hinajany, jak i teksty wadźrajany, bowiem tam właśnie rezydowało wielu najwybitniejszych propagatorów tantr.

Do najbardziej znanych klasztorów tantrycznych należały Wikramasila i Pullahari. Były to nie tylko ośrodki studiów, ale także miejsca poświęcone medytacji i odprawianiu tradycyjnych rytuałów. To tam pod koniec pierwszego i na początku drugiego tysiąclecia uczyli się Tybetańczycy, którzy przenieśli nauki Buddy do Krainy Śniegu. Wkrótce potem najazdy muzułmańskie oraz aktywność niektórych hinduistycznych władców doprowadziły buddyzm w Indiach do wygaśnięcia. Choć w wielu innych krajach do dziś jest on główną religią, w Indiach nigdy już nie odzyskał swej świetności.

Buddyzm w Tybecie

Pierwsza fala zainteresowania Tybetańczyków buddyzmem miała miejsce w ósmym i dziewiątym wieku. Mimo że już wcześniej królowie tybetańscy próbowali zaprowadzić tę religię w swoim kraju, ostatecznie wprowadzenie buddyzmu stało się możliwe dopiero pod koniec ósmego wieku, za czasów króla Trisong Detsena. Zaprosił on z Indii przeora klasztoru Nalanda, Szantarakszite, a za jego radą także wybitnego mistrza wadźrajany, Guru Padmasambhawę. Ich wspólna działalność doprowadziła do rozprzestrzenienia się i zakorzenienia buddyzmu w Krainie Śniegu. Według słów samego Buddy, jego nauka będzie trwać tak długo, jak długo będą istnieć buddyjscy mnisi. Dlatego też i w Tybecie za datę wprowadzenia buddyzmu uważa się moment ukończenia budowy pierwszego klasztoru i wyświęcenia pierwszych siedmiu mnichów.

Jednak panujący w dziewiątym wieku król Langdarma okazał się zagorzałym przeciwnikiem Dharmy. Stosując ciężkie represje doprowadził do niemal całkowitego zaniknięcia Nauk Buddy w centralnych prowincjach Tybetu. Po śmierci króla próbowano odtworzyć dawną świetność tej religii, ale okazało się, że wiele nauk zaginęło, brak też było zgodności co do sposobu interpretowania tych, które przetrwały. Uważa się, że w buddyzmie tybetańskim panowało wówczas wielkie pomieszanie.

W jedenastym wieku nastąpiło ponowne ożywienie religijne. Z Indii zapraszano do Tybetu kolejnych buddyjskich nauczycieli. Wśród nich był też Atisia, najwybitniejszy mistrz swoich czasów, opat głównej świątyni w Bodh Gaja. Dwanaście lat, które spędził w Tybecie, miało decydujący wpływ na formę, w jakiej buddyzm tybetański przetrwał aż do dziś. To właśnie Atisia rozpowszechnił styl praktyki, polegający na integrowaniu zasad hinajany, mahajany i wadźrajany. On także nadał ostateczny kształt regułom życia klasztornego w Krainie Śniegu.

Szkoła Kagju i Karma Kamtzang

W tym też okresie wielu Tybetańczyków podróżowało do Indii, aby tam studiować Nauki. Po powrocie do kraju sami zostawali nauczycielami i tłumaczyli wiele dzieł na swój rodzimy język. Jednym z najwybitniejszych podróżników i tłumaczy był Marpa Lotsała. Trzykrotnie udawał się w niebezpieczną podróż przez Himalaje, aby studiować z takimi mistrzami, jak Naropa i Maitripa. Od niego też wywodzi się tradycja zwana Kagju.

Spośród uczniów Marpy najstawniejszym stał się Milarepa. Nie miał równych sobie, jeśli chodzi o oddanie dla mistrza i determinację, z jaką poświęcił się pełnej wyrzeczeń praktyce medytacyjnej. Swoje nauki przedstawiał uczniom w formie pieśni. Ich zbiór, znany pod nazwą „Sto tysięcy pieśni Milarepy”, został współcześnie przetłumaczony na wiele języków i zaliczany jest do najwybitniejszych dzieł światowej literatury.

Duchowym spadkobiercą Milarepy został Gampopa. Był on mnichem wykształconym zgodnie z tradycją wprowadzoną przez Atisję, to znaczy obeznanym z tradycją hinajany, mahajany i wadžrajany. Od Milarepy otrzymał jednak przekaz wyjątkowych praktyk, jakie Marpa przyniósł do Tybetu. Połączenie tych dwóch tradycji nadało ostateczny kształt szkole Kagju, która od czasów Gampopy stała się jedną z najbardziej wpływowych w Tybecie. Pozostałe szkoły, to Njingmapa, Sakjapa i Gelukpa. Istota przekazywanych przez nie nauk jest ta sama. Różnice wynikają jedynie z uwarunkowań historycznych i sprowadzają się do eksponowania tego czy innego aspektu Dharma.

Gampopa miał bardzo wielu uczniów. Założyli oni kilka podszkół w ramach szkoły Kagju. Jedną z najbardziej znaczących spośród nich jest Karma Kamtzang, znana też pod równorzędną nazwą Karma Kagju. Pierwszy człon nazwy pochodzi od imienia Karmapy – głównego spośród uczniów Gampopy.

Inkarnacje i system tulku

Idea ciągłego odradzania się to jedna z najbardziej podstawowych nauk buddyjskich. Zwykły śmiertelnik nie ma bezpośredniego wpływu na czas i miejsce swych przyszłych narodzin. Moc nagromadzonych wcześniej pozytywnych i negatywnych działań popycha go ku określonym narodzinom. Jednak rozwinięte duchowo istoty mają zdolność świadomego wyboru swego odrodzenia po to, by zgodnie ze złożonym ślubowaniem bodhisattwy jak najlepiej pracować dla dobra czujących istot. Uznawanie niektórych osób za inkarnacje wielkich mistrzów znane było dużo wcześniej w Indiach i innych krajach buddyjskich. Innowacja, jaką wniósł tybetański system odnajdowania tulku, czyli świadomie inkarnowanych lamów, polega na wyszukiwaniu wybitnie uzdolnionych dzieci i poddawaniu ich już od najmłodszych lat indywidualnemu, szczególnie starannemu kształceniu.

Na przykład pierwszy Karmapa pozostawił przed śmiercią list, przepowiadający szczegóły swych przyszłych narodzin. Podobnie czynił w kolejnych inkarnacjach, podtrzymując w ten sposób aż do dziś najstarszą linię świadomych inkarnacji.

Z czasem system odnajdywania tulku zakorzenił się we wszystkich szkołach buddyzmu tybetańskiego. Jednak zdolność przepowiadania swych przyszłych narodzin jest czymś wyjątkowym. Inni tulku odnajdowani są dzięki wizjom i wskazówkom takich lamów, jak Dalajlama czy Karmapa.

Patrząc na historię Tybetu, czy nawet na współcześnie znanych tulku, takich jak Jego Świątobliwość XIV Dalajlama czy Karmapa stwierdzić można, że w zdecydowanej większości przypadków system ten zdawał egzamin. Odnajdzone inkarnacje, oprócz indywidualnego imienia przyjmują zwykle imię danej linii tulku i obdarzane są grzecznościowym tytułem „Rinpocze”.

Najbardziej znanym w świecie przedstawicielem buddyzmu tybetańskiego jest obecnie Jego Świątobliwość Dalajlama. Uważa się go za czternastą świadomą

inkarnację. Choć tradycyjnie związany jest ze szkołą Gelukpa, otrzymał staranne wykształcenie w zakresie wszystkich czterech szkół. Do czasu inwazji chińskiej na Tybet, łączył powinności duchowe z władzą świecką. Również na emigracji nadal pełni te funkcje. Pomimo, że nie istnieją formalne struktury hierarchiczne pomiędzy tradycjami buddyjskimi z różnych krajów, J.Ś. Dalajlamę uważa się powszechnie za głównego reprezentanta całego buddyzmu.



Karmapa i linia Karmapów

Pierwszy Karmapa urodził się w 1110 roku. Osiągnął swą wielką sławę dzięki niezwykłym mocom psychicznym, jakie urzeczywistnił. Historie opisują na przykład jego dar jasnowidzenia: pełną wiedzę na temat zdarzeń przeszłych, obecnych i przyszłych. Pozwoliło mu to przepowiedzieć szczegóły swych przyszłych narodzin. Dzięki temu odnalezione potem dziecko, które samo mówiło, że jest Karmapą, po skonfrontowaniu z przepowiednią uznano za autentyczną inkarnację tego wielkiego lamy.

Jego Świątobliwość Karmapa w swych kolejnych wcieleniach jest najwyższym lamą szkoły Karma Kagju i jej duchowym przywódcą. Przewodzi głównym ceremoniom i odpowiada za rozpoznawanie wszystkich ważnych tulku tej tradycji. Lamowie Linii Kagju uważają, że duchowy status Karmapy równy jest pozycji Jego Świątobliwości Dalajlamy. Obu uznaje się za ucieleśnienie Awalokiteśwary, Bodhi-sattwy Współczucia.

Oficjalna siedziba Karmapy mieści się w klasztorze Tsurphu w centralnym Tybecie. Po inwazji chińskiej 1959 roku J.Ś. XVI Karmapa zmuszony był opuścić Tybet. Założył wówczas w Sikkimie klasztor Rumtek, pełniący funkcję siedziby Karmapy poza granicami Tybetu. Na zaproszenie rosnącej liczby buddystów w Europie i Ameryce Jego Świątobliwość odbył w latach siedemdziesiątych kilka podróży na Zachód.

W styczniu 1981 roku XVI Gjańang Karmapa, który zmarł w listopadzie tegoż roku, ofiarował swemu duchowemu synowi, XII Tai Situpie, owinięty w brokat amulet, mówiąc: „To jest twój strażnik. W przyszłości przyniesie on wiele pożytku”. Jak się okazało był to List Przepowiednia, mówiący o czasie i okolicznościach narodzin kolejnej inkarnacji Karmapy.

Na podstawie tego listu w roku 1992 została odnaleziona obecna, siedemnasta już inkarnacja: Karmapa Urgjen Trinle Dordże. Urodził się on 1985 roku w rodzinie nomadów we wschodnim Tybecie. Jego narodzinom towarzyszyło wiele cudownych

znaków, które przywiodły mieszkańców wioski do przekonania, że nowo narodzone dziecko musi być kimś niezwykłym. Kiedy Karmapa ukończył cztery lata, został zaproszony do pobliskiego klasztoru, by podjąć naukę. Mnisi widząc, że chłopiec jest szczególnie utalentowany, nabrali przekonania, że musi być jakimś tulku i wznieśli dla niego tron.

W maju 1992 roku Karmapa opuścił na własną prośbę klasztor i udał się do domu rodziców. Nalegał, żeby rodzina przeniosiła się o miesiąc wcześniej z zimowego do letniego obozowiska. Dzięki temu grupa, którą wysłano z klasztoru Tsurphu na poszukiwanie siedemnastej inkarnacji Karmapy, odnalazła go w miejscu, które opisał w swej przepowiedni J.Ś. XVI Karmapa. To samo miejsce ujrzał wcześniej w wizji J.Ś. Dalajlama. Na dzień przed przybyciem mnichów z Tsurphu Karmapa spakował swoje rzeczy i powiedział matce: „Teraz mogę już wrócić do swojego klasztoru.”

Gdy XVII Karmapa przybył do klasztoru w Tsurphu, witały go tysiące ludzi przepętnionych radością. Jego Świątobliwość Dalajlama udzielił Karmapie oficjalnej Pieczęci Aprobaty. Również komunistyczne władze chińskie, po raz pierwszy od czasu rewolucji kulturalnej, oficjalnie uznały jakieś dziecko za tulku. Otworzyło to drogę do odnajdywania inkarnacji innych lamów w okupowanym Tybecie.

Jego Świątobliwość XVII Karmapa zamieszkał w Tsurphu, gdzie w zdumiewająco szybkim tempie zdobywał tradycyjne wykształcenie, a także udzielał inicjacji i ukazywał swe niezwykłe właściwości. Na przykład w kwietniu 1993 roku poproszono go o pobłogosławienie kamienia węgielnego pod odbudowę głównej świątyni w Tsurphu. Karmapa odcisnął wówczas ślad swej dłoni w kamieniu, jakby to był kawałek plasteliny.

W styczniu 2000 roku XVII Karmapa potajemnie uciekł z okupowanego przez Chińczyków Tybetu. Ten niezwykły wyczyn poruszył opinię publiczną na całym świecie, relacjonowały go wszystkie największe agencje informacyjne. Karmapa udał się do siedziby Jego Świątobliwości Dalajlami w Dharamsali w Indiach, gdzie został radośnie przyjęty. Dalajlama przerwał nawet swe odosobnienie medytacyjne, by powitać niezwykłego uciekiniera. XVII Karmapa uzyskał w Indiach status uchodźcy. Może teraz swobodnie pobierać nauki od swych najważniejszych nauczycieli: Tai Situ Rinpoczego, Gjaltsapa Rinpoczego, Thrangu Rinpoczego, Sangje Njenpy Rinpoczego i innych. Z biegiem czasu w widoczny sposób zacieśnia się też więź młodego Karmapy z Jego Świątobliwością Dalajlamą.

część trzecia



TRADYCJA KLASZTORU BENCIEN

Klasztor Bencien w Tybecie

Niezależnie od odnajdowania kolejnych inkarnacji opatów poszczególnych klasztorów i szkół, dbano także o zachowanie nieprzerwanego, żywego przekazu nauk od nauczyciela do ucznia. Toteż pomiędzy poszczególnymi inkarnacjami Karmapów pojawiali się inni wielcy lamowie, którzy zostawali dzierżawcami Linii Przekazu Nauk. Niektórzy z nich sami stworzyli linię własnych inkarnacji. I tak do zachowania i rozwoju szkoły Karma Kagju szczególnie przyczyniły się kolejne inkarnacje Szamarpów, Situpów, Gjaltsapów, Kongtrulów, Sangje Njenpów i Pało Rinpoczków. Spośród nich Sangje Njenpowie związani są nierozzerwalnie z klasztorem Bencien.

Sangje Njenpa Rinpocze uważany jest za wcielenie Bodhisattwy Dobroci, Majtrei. Pierwszy Sangje Njenpa, Taszi Paldzior, urodził się we wschodnim Tybecie, w rodzinie przewoźników (po tybetańsku „njenpa”). Przydomek „sangje”, co po tybetańsku znaczy „Budda”, zyskał dzięki swemu głębokiemu urzeczywistnieniu. Był uczniem siódmego Karmapy. Otrzymał od niego wszystkie nauki istotne w tradycji Kagju, a następnie udał na wyspę na jeziorze Namtso, gdzie pozostawał w samotności przez wiele lat. Dzięki surowej dyscyplinie i wytrwałej praktyce osiągnął wreszcie spełnienie swej medytacji – głębokie oświecenie. Przekazywane przez pokolenia historie i zapiski klasztorne mówią, że potrafił dokonywać rozmaitych cudów, dzięki czemu zyskał wielką sławę.

Opierając się na przepowiedni swego lamy, a także zainspirowany przez wizje różnych Buddów, zbudował ośrodek Dharmy w Denjul. Pewnego dnia, gdy przebywał tam i znajdował się akurat na dachu czteropiętrowego budynku, nadeszło trzęsienie ziemi i dom zawalił się. Jednak Sangje Njenpa Rinpocze wyszedł z tego nawet nie drażnięty. Od tego czasu mówiono o nim „mahasiddha Njenpa”. Określenie „mahasiddha” stosuje wobec ludzi, którzy potrafią dokonywać cudów.

Po jakimś czasie Taszi Paldzior opuścił ten klasztor i założył nowy o nazwie Dziangciub Ciekhor Ling. Mniej więcej w tym czasie VIII Karmapa, Mikjo Dordże, miał

wizję promiennego Strażnika Nauk, Mahakali, który powiedział mu: „Powinieneś trzymać się Sangje Njenpy jako swojego lamy”. Karmapa obrał więc Sangje Njenpę za swego głównego nauczyciela i otrzymał od niego wszystkie inicjacje i ustne pouczenia. Darzył go tak wielką czcią, że każdy swój wykład i każdą z licznie przez siebie napisanych rozpraw filozoficznych rozpoczynał zawsze od oddania hołdu swojemu guru.

Kolejni lamowie, których uznawano za inkarnacje Sangje Njenpy, zawsze cieszyli się najwyższym szacunkiem ze względu na dbałość, z jaką trzymali się reguł zakonnych, oraz erudycję i doświadczenie w praktyce medytacyjnej.

Założycielem klasztoru Bencien – którego pełna nazwa, w transkrypcji angielskiej, brzmi Benchen Phuntsok Dargye Ling – był czwarty Sangje Njenpa. Pierwsi trzech Sangje Njenpowie żyli w klasztorze Dziangciub Ciekhor Ling we wschodnim Tybecie. Czwarty Sangje Njenpa zerwał z tą tradycją. W młodości mieszkał w wielkim klasztorze Surmang. Gdy dorósł, opuścił tę okolicę i przeniósł się do pobliskiego okręgu Ga. Bardzo mu się tam spodobało i pomyślał, że byłoby to właściwe miejsce na założenie klasztoru, o ile pojawią się pomyślne znaki.

I zdarzyło się, że pewnego dnia, kiedy zatrzymał się przy wielkim głazie, nie wiadomo skąd nadleciał ogromny kruk i usiadłszy na skale zaczął głośno krakać. Sangje Njenpa podszedł bliżej, by mu się przyjrzeć, i nagle dostrzegł, że kruk wypuścił z dzioba małą turkusową figurkę i tańczy wokół niej. Okazało się, że był to posążek Mahakali Dordze Bernagciena – gniewnie wyglądającego Buddy, będącego strażnikiem nauk Kagju. Sangje Njenpa zrozumiał, że kruk jest wysłannikiem Mahakali. Był to wyjątkowo pomyślny omen i mistrz nabrał przekonania, że właśnie w tym miejscu powinien wybudować klasztor. Zatrzymał tę małą figurkę, by w przyszłości ustawić ją na klasztornym ołtarzu.

Następnie udał się do zwierzchnika okręgu, przedstawił swoją historię i poprosił o darowanie mu ziemi pod budowę klasztoru. Władca był do głębi przejęty i wzruszony. Oddał Sangje Njenpie do dyspozycji potrzebny teren, obejmujący nawet jego rodzinne domostwo. Obiecał też wspomagać zamierzenie w każdy możliwy dla siebie sposób.

Gdy tylko jednak zaczęto prace, pojawiły się liczne, gwałtowne burze, gradobicia i inne niezwykle zjawiska, hamujące postęp robót. Sangje Njenpa uznał wówczas, że należy zwrócić się o ochronę do bóstwa opiekuńczego mieszkającej tu dotychczas rodziny. Okazało się, że opiekunem rodu możnowładcy jest strażnik o imieniu Szing Kjong. Zbudowano mu zatem ołtarz i Sangje Njenpa rozpoczął medytację. Gdy tylko

to uczynił, wszelkie trudności zniknęły, jak ręką odjął, i prace przy budowie klasztoru bez trudu dobiegły końca. Zaś Szing Kjong do dziś pozostał szczególnym strażnikiem nauk Sangje Njenpy i klasztoru Bencien.

Z historią klasztoru ściśle związane są jeszcze trzy inne linie inkarnowanych lamów. Spośród nich Tenga Rinpocze należy obecnie do najbardziej znanych i poważanych nauczycieli w tradycji Kagju.

Historia inkarnacji Tenggi Rinpoczego zaczyna się w czasach VIII Sangje Njenpy. Jeden z uczniów Njenpy Rinpoczego był wybitnym lamą o imieniu Gynkhen Samten. Tytuł „Gynkhen” oznacza „Znawca Strażników”, a nadany mu został, gdyż uważano go za mistrza w medytacji Szing Kjong, bóstwa opiekuńczego klasztoru. Lama Samten większość życia spędził na odosobnieniu i medytował modląc się do drugiego Karmapy, Karma Pakszi, oraz do strażnika Szing Kjong. Mnóstwo osób przychodziło do niego po błogosławieństwo uwalniające od wielu rodzajów chorób i innych trosk.

Kilka lat po śmierci Lamy Samtena, VIII Sangje Njenpa udał się w podróż do Lhasy. Po drodze został poproszony przez lokalnego zarządcę, Drukpe Phuntsoka, o różne inicjacje. W rodzinie zarządcy natknął się na pewnego chłopca, który nagle poprosił, by Njenpa Rinpocze oddał mu jego rytualną trąbkę! Sangje Njenpa przypomniał sobie wówczas, że Lama Samten na krótko przed śmiercią dał mu taki instrument na przechowanie. Zrozumiał, że chłopiec musi być inkarnacją Lamy Samtena. A więc w kilka dni później, wracając z Lhasy, zabrał go do Bencien. Wkrótce po przybyciu do klasztoru chłopiec rozpoczął studia w zakresie teorii i praktyki tradycji Kagju i w ciągu jednego roku przypomniał sobie wszystkie rytuały i śpiewy stosowane w klasztorze Bencien. Po jakimś czasie wyświęcono go oficjalnie na mnicha i nadano imię Karma Tenzin Ciegjal.

Była to druga inkarnacja Tenggi Rinpoczego. Tenzin Ciegjal odbył trzyletnie odosobnienie pod kierunkiem wybitnego lamy, Kongtrula Lodro Thaje, w klasztorze Palpung. Kongtrul Rinpocze był zachwycony swym uczniem i po kilku latach oświadczył, że zarówno pod względem wykształcenia, jak i urzeczywistnienia Tenzin Ciegjal jest teraz równy jemu samemu i może udać się z powrotem do Bencien. Jako prezent pożegnalny wręczył mu własnoręcznie namalowaną dla niego tankę Sześcioramiennego Mahakali, który był szczególnym bóstwem medytacyjnym zarówno Lodro Thaje, jak i Tenzina Ciegjala. Drugi Tenga Rinpocze dożył podeszłego wieku, a gdy odszedł wkrótce odnaleziono jego kolejną inkarnację.

Obecny, trzeci Tenga Rinpocze, Karma Tenzin Trinle Namgjal, przyszedł na świat

w 1932 roku. W klasztorze Bencien w Tybecie otrzymał bardzo rozległe wykształcenie w zakresie rytuałów, filozofii, medycyny itd. W wieku dziewiętnastu lat przyjął dwa stopnie ślubowań mnisich i wkrótce rozpoczął trzyletnie odosobnienie, w trakcie którego stał się szczególnym mistrzem Sześciu Jog Naropy. Mówi się, że na tym odosobnieniu był jedyną osobą, u której nie zamarzała woda w ofiarnych miseczkach. Był to wynik opanowania tummo – jogi ciepła psychicznego. Jako główne bóstwo medytacyjne obrał żeńską formę Buddy, Białą Tarę, i stał się wybitnym mistrzem w tej praktyce. Po ukończeniu odosobnienia został nauczycielem w Bencien.

Tak zatem klasztor Bencien w Tybecie był przez lata główną siedzibą kolejnych inkarnacji Sangje Njenpy Rinpoczego i Tengi Rinpoczego, aż do czasów IX Sangje Njenpy. Jeszcze na kilka miesięcy przed inwazją chińską w 1959 roku nic nie wskazywało na to, co się wkrótce wydarzy. Wielu mnichów z klasztoru wybierało się nawet w podróż do Pekinu i radowali się ogromnie z tego powodu. Wszyscy prosili Sangje Njenpę, aby pojechał z nimi. Rinpocze rozważał taką możliwość. Ale pewnej nocy przyśnił mu się czarny człowiek o turkusowych włosach, który oświadczył mu, że jeśli nie uciekną, spotka ich wielkie nieszczęście. Sangje Njenpa Rinpocze był świadomy tego, że śni. Po kolorze skóry i włosów rozpoznał, że przysnioną postacią był sam Szing Kjong, który przyszedł go ostrzec. Zabrał więc najcenniejsze relikwie oraz teksty i w towarzystwie Tengi Rinpoczego oraz innych lamów udał się do głównej siedziby Karmapów, klasztoru Tsurphu w centralnym Tybecie. W siedem miesięcy później wojska chińskie zrównały klasztor Bencien z ziemią.



Ucieczka lamów z Tybetu i założenie klasztoru w Nepalu

Wkrótce, z powodu narastających represji chińskich, obaj Rinpocowie wraz z Jego Świątobliwością XVI Karmapą musieli opuścić Tybet i znaleźli się w Sikkimie. Tam, na terenie podarowanym przez buddyjskiego króla Sikkimu, XVI Karmapa rozpoczął w 1964 roku budowę klasztoru Rumtek, swej głównej siedziby poza Tybetem. Niedługo potem zmarł Sangje Njenpa Rinpocze. Jego obecną inkarnację odnaleziono w Bhutanie, według wskazówek Karmapy, i sprowadzono do Rumteku. Dziesiąty Njenpa Rinpocze od dziecka z wielką pilnością uczył się u różnych nauczycieli i osiągnął mistrzostwo w studiowaniu zarówno tradycyjnych sztuk, jak i wiedzy buddyjskiej. W roku 1991 skończył trwające dziewięć lat studia buddyjskiej filozofii na tamtejszym uniwersytecie klasztornym. Po ich ukończeniu studiował przez dalsze cztery lata specjalne teksty wadźrajany. Od chwili ukończenia studiów dzielił swój czas pomiędzy Uniwersytet Nalanda w Rumteku, gdzie był głównym profesorem, a świeżo powstały klasztor Bencien w Katmandu. Obecnie mieszka na stałe w klasztorze Bencien.

Tenga Rinpocze spędził w Rumteku siedemnaście lat. W 1967 roku został przez J.Ś. Karmapę mianowany Dordże Lobpynem (Wadźra-Mistrzem) klasztoru Rumtek, a tym samym i głównym Dordże Lobpynem całej szkoły Karma Kamtżang. Jednak w 1976 roku ze względów zdrowotnych musiał przenieść się do Nepalu.

Pewnego dnia XVI Karmapa powiedział mu, że byłoby wspaniale, gdyby w Katmandu, w pobliżu stupy Swajambhu, stworzyć ośrodek praktyki medytacyjnej. W wyniku tej sugestii Rinpocze kupił pod koniec 1978 roku niewielką chatę, traktując ją jako miejsce przeznaczone do takiej praktyki. W 1980 roku domek ten rozbudowano i odnowiono, a także zaaranżowano w nim niewielki lhakang. Lhakang to główne pomieszczenie w świątyni. W nim znajduje się ołtarz oraz odbywają się ceremonie religijne. Dom ten stoi do dziś. Pod kierunkiem Tengi Rinpoczego mnisi rozpoczęli regularne wykonywanie rozmaitych rytuałów.

Na początku lat osiemdziesiątych jeden z osobistych nauczycieli Tengi Rinpoczego zasugerował, że Rinpocze powinien stworzyć w Nepalu nowy klasztor. Potem zaczęli

wzmiankować o tym także inni wielcy lamowie. Idąc za ich radą Rinpocze podjął w 1987 roku postanowienie, że przy posiadanym już domu w Katmandu zbuduje klasztor, który będzie nosił nazwę Bencien, tę samą co zburzony przez Chińczyków klasztor w Tybecie.

Wkrótce, wraz z dziesięcioma młodymi mnichami, Rinpocze przystąpił do realizacji swego zamierzenia. W ceremoniach poświęcenia ziemi pod budowę klasztoru brali udział wielcy lamowie różnych szkół buddyzmu tybetańskiego. Budowę głównego budynku klasztoru ukończono z początkiem lat dziewięćdziesiątych. Fundusze gromadzano z darów, jakie otrzymywał Rinpocze od swych uczniów z Nepalu, Azji Południowo-Wschodniej i Europy.

Wkrótce potem klasztor pomalowano. Kształt fresków w głównej świątyni wyszedł spod ręki najślawniejszego współczesnego malarza tybetańskiego, Gega Lamy. Proporcje mającego pięć metrów wysokości posągu Buddy w głównej świątyni wykreślił sam Tenga Rinpocze, jako że należy do najwybitniejszych mistrzów tej sztuki sakralnej. Posąg wykuty jest z mosiężnej blachy i położony. Wewnątrz wypełniony jest licznymi relikwiami oraz tomami Kangjuru i Tengjuru. Kangjur to zbiór wszystkich nauk wygłoszonych przez Buddę. Tengjur natomiast jest kanonicznym zbiorem komentarzy starożytnych mistrzów, takich jak na przykład najślawniejszy z buddyjskich filozofów – Nagardżuna. Na głównym ołtarzu umieszczono także na osobnych półkach tysiąc małych posągów Buddy. Na piętrze, w sali, gdzie odbywają się niektóre wykłady, spotkania i ceremonie, zbudowano ołtarz z posągami dwudziestu jeden aspektów Tary, będącej żeńską formą ucieleśniającą współczucie Buddy.

Liczba młodych mnichów w klasztorze zaczęła szybko rosnąć. Obecnie mieszka ich tutaj już blisko dwustu. Nie licząc kilku mnichów, którzy wraz z Tengą Rinpoczem opuścili klasztor Rumtek, by zamieszkać w Nepalu, w większości są to sieroty i półsieroty z górskich wiosek, a także chłopcy z okolicznych rodzin tybetańskich i nepalskich. Utrzymanie ich zapewniają uczniowie Rinpoczego z całego świata, sponsorując imięnie określonych mnichów. Koszty miesięcznego wyżywienia i ubrania jednego mnicha wynoszą około dwudziestu dolarów.

W 1991 roku wybudowano przylegający do podwórza klasztorowego trzypiętrowy budynek z kwaterami dla mnichów. Wkrótce powstała też duża kuchnia i jadalnia.

Niedługo potem otwarto przychodnię lekarską, w której okoliczna ludność może korzystać z bezpłatnej pomocy medycznej. Obecnie, dzięki pomocy zachodnich buddystów, przychodnia jest rozbudowywana: powstają kolejne specjalistyczne gabinety, w których przyjmują lekarze wolontariusze z różnych krajów. Pomaganie innym jest przecież istotnym przesłaniem buddyzmu mahajany.

Ośrodek odosobnieniowy w Parpingu

Mnisi z Bencien, którzy w latach osiemdziesiątych pod kierunkiem Rinpoczego zaczęli naukę jako młodzi chłopcy, dziś mają ponad dwadzieścia lat i są wykształconymi lamami. Niektórzy z nich kontynuują naukę na wyższych studiach buddyjskich, by w przyszłości zostać nauczycielami. Inni spędzili po kilka lat na odosobnieniach medytacyjnych. Taka intensywna praktyka medytacyjna jest najistotniejszym elementem edukacji przyszłego lamy. Dzięki osobistemu doświadczeniu ma on w przyszłości sprostać zadaniu prowadzenia innych na ścieżce kontemplacji.

Aby umożliwić mnichom z klasztoru Bencien odbycie tradycyjnego trzyletniego odosobnienia, postanowiono stworzyć ośrodek, oddalony od zgiełku wielkiego miasta i przeznaczony wyłącznie do tego typu praktyk. Ośrodek odosobnieniowy, którego budowę ukończono w 1999 roku, usytuowany został w pięknej dolinie w pobliżu wsi Parping.

Parping to położona malowniczo wśród gór wioska, usytuowana o godzinę jazdy od Katmandu. Dla buddystów jest to szczególne miejsce pielgrzymek. Tam właśnie znajduje się jaskinia, w której legendarny święty, Guru Padmasambhawa, medytował przez rok i uzyskał wizję Wadźrakilai, Buddy o gniewnej postaci. Dało mu to inspirację i siłę do późniejszego poskromienia demonów Tybetu. W drodze do Krainy Śniegu zatrzymał się też na rok w innej jaskini na terenie Parpingu i ujarzmił demoniczne boginie opiekuńcze Tybetu (Dwanaście Tenma). W Parpingu znajduje się również słynna płaskorzeźba Tary, żeńskiej formy ucieleśniającej współczucie Buddy. Nie została ona jednak stworzona ręką człowieka, lecz w cudowny sposób wyłoniła się ze skały. Jej postać jest z roku na rok coraz bardziej wyrazista. W tej samej wiosce stoi także starożytna świątynia Wadźrajogini. To tam w XI wieku założyciel szkoły Kagju, Marpa Tłumacz, w drodze do Indii otrzymywał nauki i inicjacje od dwóch uczniów Naropy: Citherpy i Paindapy.

W tym niezwykłym miejscu dwudziestu mnichów z klasztoru Bencien przez trzy lata spędza ponad dwanaście godzin dziennie na medytacji. Pozostały czas, poza sześcioma godzinami snu i posiłkami, wypełnia im studiowanie klasycznych tekstów.

Wkrótce po inauguracji ośrodka medytacyjnego rozpoczęto w pobliżu przygotowania do nowej budowy: będzie to sziedra, instytut wyższych studiów buddyjskich.

Rytuały w klasztorze Bencien

W klasztorze Bencien od lat odbywają się regularnie różne ceremonie religijne. Prócz codziennych modlitw (rano pudża Zielonej Tary, a po południu – Mahakali Bernagciena), co miesiąc mają miejsce całotygodniowe pudże, poświęcone jakiemuś aspektowi Buddy – jidamowi. Są to wielogodzinne recytacje, nieraz kontynuowane także nocą, często w rytm bębna, przeplatane grą na rytualnych instrumentach. W tym czasie mnisi wyobrażają sobie bogatą w szczegóły scenię tantrycznych mandal, czyli pałaców Buddów i bodhisattwów, rezydujących w Czystych Krainach.

W buddyzmie wciąż żywa jest tradycja nieprzerwanej linii tak zwanego ustnego przekazu (tyb.: lung). Od starożytnych czasów aż do dziś nauczyciele czytają uczniom całe księgi, przekazując tym samym błogosławieństwo żywego słowa. Często recytacje te odbywają się niewiarogodnie szybko. Na przykład czterysta stron tekstu może być przeczytane w niewiele ponad godzinę, przy czym żadna sylaba nie zostanie pominięta. Uzyskanie takiej biegłości wymaga ćwiczenia od najmłodszych lat.

Pod koniec 1987 roku, w niewykończonym jeszcze klasztorze Tenga Rinpocze przeprowadził na prośbę Jego Świątobliwości Dalajlamy ceremonię uroczystego czytania wszystkich tekstów należących do Tengjuru. Tengjur w przekładzie tybetańskim liczy ponad dwieście tomów. Tenga Rinpocze przeczytał je na głos w siedem tygodni. W tej blisko dwumiesięcznej ceremonii brało udział wielu tulku, wybitnych lamów i uczniów Rinpoczego z całego świata. Okazało się bowiem, że Tenga Rinpocze jest jedynym lamą posiadającym ten przekaz.

W 1993 roku w ukończonej już głównej sali klasztornej czcigodny Sangje Njenpa Rinpocze poprowadził kolejną wielką ceremonię ustnego przekazu: w ciągu kilku tygodni przeczytał cały, liczący ponad sto tomów Kangjur.

Istnieje też kilka szczególnych praktyk, których kulminacyjnym punktem są rytualne tańce. Mnisi przywdziewają specjalne stroje i maski, upodabniając się do buddyjskich bóstw. Wielogodzinne tańce odbywają się według ściśle określonego rytmu. Nie ma tu

miejsca na improwizację. Każdy gest, każdy ruch ma symboliczne znaczenie i musi być starannie wypracowanym efektem długich treningów. Układ każdego tańca ma swe źródło w wizji jakiegoś wielkiego świętego. Przed tysiącem lat Tybetańczycy uczyli się tej sztuki w Indiach, w klasztorach Nalanda, Wikramasila i innych. Z pokolenia na pokolenie przez wiele stuleci przekazywali tę tradycję, wzbogacając ją o elementy pojawiające się w wizjach wybitnych mistrzów tybetańskich. W końcu tańce lamów, zwane „Czam”, nabrały niepowtarzalnego, tybetańskiego charakteru.

W klasztorze Bencien tańce Mahakali wykonywane są tuż przed tybetańskim Nowym Rokiem, regularnie od 1995 r., kiedy to udało się skompletować kosztowne stroje, a młodzi mnisi otrzymali odpowiednie wykształcenie. Jesienią 1997 roku po raz pierwszy odbyły się tu także wielkie tańce poświęcone Guru Padmasambhawie. A w listopadzie 2000 r. dołączyły do programu tańce Wadžrakilai – jedne z najbardziej rozbudowanych ceremonii w tradycji Kagju.

Klasztor Bencien jest w tej chwili jedynym w Katmandu klaszturem Kagju, gdzie odbywają się regularnie wszystkie tradycyjne pudże i tańce, a także największym po Rumteku klaszturem tradycji Karma Kamtżang poza Tybetem. Jest miejscem, gdzie wielu młodych ludzi znajduje dach nad głową i otrzymuje podstawowe wykształcenie. Niemal połowa z nich, gdy dorasta, decyduje się przyjąć pełne ślubowania mnisie i prowadzić życie zakonne. Wielu opuszcza klasztor, ale utrzymuje z nim bliską więź do końca życia. Co roku liczni buddyści z całego świata – zarówno z Dalekiego Wschodu, jak i Europy czy Ameryki – przybywają tu na pielgrzymkę i po nauki do Sangje Njenpy Rinpoczego i Tengi Rinpoczego. Na zaproszenie uczniów obaj lamowie podróżują do ośrodków buddyjskich na całym świecie. Dzięki temu nauki Buddy są żywe w wielu krajach.



Filie klasztoru Bencien w Europie

Ośrodek w Allmuthen

Gdy w latach siedemdziesiątych Jego Świątobliwość XVI Karmapa odbywał swe podróże na Zachód, towarzyszył mu obecny, trzeci Tenga Rinpocze. Wyjazdy te spowodowały, że wkrótce liczne ośrodki buddyjskie w Europie i w Ameryce zaczęły regularnie zapraszać Rinpoczego, prosząc go o nauki, przekazy i wyjaśnienia do medytacji. Z każdą taką wizytą Rinpoczemu przybywało coraz więcej oddanych uczniów. I tak jest do dziś. Tenga Rinpocze odznacza się bowiem nie tylko głębokim urzeczywistnieniem duchowym i niezwykle erudycją, ale też doskonałą znajomością problemów, nękających ludzi na Zachodzie. Przede wszystkim zaś emanuje niespotykaną dobrocią.

Przed swym odejściem XVI Karmapa zachęcał Tengę Rinpoczego, by założył własny ośrodek w Niemczech. Dwa lata temu Rinpocze uznał, że przyszedł na to właściwy czas. Jego niemieccy uczniowie znaleźli miejsce, w którym powstaje obecnie główny ośrodek Rinpoczego na Europę. Jest to przepięknie położony teren z domem i zabudowaniami gospodarczymi, znajdujący się w maleńkiej belgijskiej wiosce Allmuthen, w górach, tuż przy niemieckiej granicy. Rinpocze uznał ten ośrodek za filię swego klasztoru i nadał mu nazwę Benchen Phuntsok Ling.

Związek Buddyjski Tradycji Karma Kamtżang w Polsce

Do Polski Tenga Rinpocze przyjechał po raz pierwszy w 1986 roku, po tym, jak znaczna grupa jego polskich uczniów uczestniczyła wielokrotnie w spotkaniach z nim w Danii, Niemczech i Austrii. Obecnie Rinpocze przyjeżdża do Polski przynajmniej raz na dwa lata. Jego uczniowie, praktykujący od lat, byli współzałożycielami i aktywnie działającymi członkami Stowarzyszenia Buddyjskiego Karma Kagyu w Polsce założonego w 1983 roku. Kiedy jednak w obrębie tego Stowarzyszenia powstały spory, postanowili opuścić je i założyć w roku 1994 Związek Buddyjski Tradycji Karma Kamtżang w Polsce, którego duchowymi opiekunami zostali Tenga Rinpocze i Sangje

Njenpa Rinpocze. Związek został wpisany przez Departament Wyznań przy Urzędzie Rady Ministrów do rejestru kościołów i innych związków wyznaniowych, a obaj Rinpoczwowie zaakceptowali ośrodki Związku jako filie klasztoru Bencien.

Za radą Tengi Rinpoczego Związek Karma Kamtżang utrzymuje stały kontakt z wieloma nauczycielami tradycji Kagju i organizuje kursy z lamami tybetańskimi, a także z zachodnimi nauczycielami buddyizmu.

Związek jest także jednym z członków założycieli Polskiej Unii Buddyjskiej. Unia działa pod patronatem Jego Świątobliwości Dalajlamy i zrzesza większość związków buddyjskich działających w Polsce.

Ośrodek w Grabniku

Główną siedzibą Związku jest Ośrodek Bencien Karma Kamtżang w Grabniku koło Jaktorowa, w powiecie Grodzisk Mazowiecki. Położony blisko Warszawy z bardzo dobrym dojazdem tak koleją, jak i samochodem, jest równocześnie oddalony od siedzib ludzkich. Otaczają go łąki, w pobliżu znajduje się mały las i liczne stawy; okolicę charakteryzuje wyjątkowo bogata fauna, w szczególności duża różnorodność ptaków. Ta bezpośrednia bliskość przyrody stwarza atmosferę spokoju, sprzyjającą medytacji.

W Ośrodku odbywają się codzienne praktyki medytacyjne, a także kursy poświęcone konkretnym medytacjom oraz studiowaniu Nauk. W szczególności każdego roku przeprowadza się tu wielodniowe rytuały, w stylu klasztoru Bencien, zadedykowane Wadźrajogini, Białej Tarze i Mahakali oraz postną praktykę Tysiącramiennego Awalokiteśwary.

Ośrodek jest miejscem, gdzie każdy może przyjechać, by dowiedzieć się czegoś o buddyzmie, spotkać kwalifikowanych nauczycieli, pomodlić się w świątyni, pomedytować samotnie lub w grupie, poprosić o wykonanie specjalnych rytuałów i modlitw w różnych intencjach, czy skorzystać z ośrodkowej biblioteczki.

W lecie przyjeżdżają tu wielcy mistrzowie tybetańscy: Tenga Rinpocze i Sangje Njenpa Rinpocze z klasztoru Bencien oraz wielu innych wybitnych nauczycieli.

Formalne ośrodki Związku znajdują się także w Warszawie, Krakowie, Wrocławiu, Gdańsku, Olsztynie i Toruniu. Ponadto grupy członków i sympatyków rozsiadane są po terenie całego kraju.

Związek wydaje własny biuletyn pod nazwą „Mynsel”, co po tybetańsku znaczy „Ten, który rozjaśnia mrok”. Do tej pory ukazało się już kilkanaście numerów tego pisma. Związek wydaje także, do użytku wewnętrznego, teksty do różnych praktyk medytacyjnych, a także liczne broszurki z wykładami lamów.

Od redakcji

Autor niniejszego tekstu, Lama Rinczen (Waldemar Zych), jest buddystą od ponad dwudziestu lat. Od początku lat osiemdziesiątych wielokrotnie wyjeżdżał z Polski do Europy Zachodniej i do Azji, aby studiować tam nauki Buddy i praktykować w ośrodkach i klasztorach buddyjskich. Od 1985 roku jest uczniem Czcigodnego Tengi Rinpoczego. Pod jego kierunkiem kontynuował naukę oraz spędził cztery i pół roku na odosobnieniach medytacyjnych. Przez dziesięć lat był mnichem. Od lat pełni funkcję lamy. Tenga Rinpocze mianował go przewodniczącym Związku Buddyjskiego Tradycji Karma Kamtżang w Polsce oraz powierzył mu kierowanie Ośrodkiem w Grabniku. W Ośrodku Lama Rinczen prowadzi comiesięczne weekendowe kursy; istnieje też możliwość umówienia się z nim na rozmowę, a także uzyskania niezbędnych przekazów, inicjacji czy wyjaśnień do praktyki. Lama często wyjeżdża również z wykładami do innych ośrodków buddyjskich w kraju i za granicą.

Nasz adres:

Ośrodek Bencien Karma Kamtżang, Grabnik 4, 96-313 Jaktorów

Tel. 0-46/856 49 69, fax: 0-46/856 49 70

e-mail: benchen@kamtzang.com.pl

www.kamtzang.com.pl