

Jacek Sieradzan

Instytut Religioznawstwa UJ

DZOGCZIEN I BÖN W POLSCE

Artykuł dotyczy buddyzmu, a zarówno dzogczien, jak i bön¹ z reguły z buddyzmem wiązane nie są, dlatego autor czuje się zobowiązany do rozpoczęcia go od przedstawienia argumentów, podkreślających względność podziałów w ramach tradycji tybetańskich, czyli bönu, buddyzmu i dzogczien.

Po pierwsze, Tybetańczycy zawsze praktykowali Dharmę (tyb. *chos*), bez względu na to, czy nazywali ją *mi-chos* („religią ludową”), *bon-chos* („bön”), czy *lha-chos* („Dharmą Buddy”, dosł. „boskie prawo”)².

Po drugie, od chwili pojawienia się buddyzmu w Tybecie wiele miejscowych bóstw bönu zostało asymilowanych przez nową Dharmę i wraz z tradycją wyrocni (o wyraźnie szamanistycznym charakterze) stało się integralną częścią buddyzmu tybetańskiego. Współcześnie nawet dalajlama w ważnych sprawach nie może się obejść bez pomocy wyrocni.

Po trzecie, bez względu na to, czy tzw. „stary”, czy też „dawny” bön (w którego istnienie jednak wielu uczonych powątpiewa), pod wpływem buddyzmu uległ transformacji w religię, czy też dopiero ukształtował się jako odpowiedź na wprowadzony z Indii buddyzm, to co teraz znamy pod nazwą bönu³, jest tradycją pod wieloma względami analogiczną do buddyzmu i bardzo bliską w swej istocie najstarszej szkole buddyzmu, czyli njingmie. W obu istnieje podział na dziewięć ścieżek oraz bóstwa

¹ Termin bön pojawił się po raz pierwszy w inskrypcji na grobowcu króla Senaleka (pan. 799–815) na oznaczenie nadwornego kapłana, odprawiającego rytuały dla rodziny królewskiej (J. Powers, *Wprowadzenie do buddyzmu tybetańskiego*, tłum. J. Janiszewska, Kraków 1999, s. 446). Sama nazwa bön jako religii pojawiła się dopiero w opozycji wobec buddyzmu, określanego nazwą *chos*. „Dlatego prawdopodobnie nie ma nic takiego, jak przedbuddyjski bön” (M.T. Kapstein, *The Tibetan Assimilation of Buddhism: Conversion, Contestation, and Memory*, Oxford University Press, Oxford 2000, s. 208). Na temat naukowego podejścia do bönu zob. np. P. Kvaerne, *Bön* [w:] M. Eliade (gen. ed.), *The Encyclopedia of Religion*, vol. 2, Macmillan, New York 1987, s. 277–281.

² S. Penny-Dimri, „The Lineage of His Holiness Sakya Trizin Ngawang Kunga”, *Tibet Journal*, 20, 4, 1995, s. 67.

³ Bön, takim jakim znamy go dzisiaj, pojawił się dopiero w XI w. w Tybecie Centralnym (J. Powers, *Wprowadzenie do buddyzmu tybetańskiego*, op.cit., s. 452).

o podobnym wyglądzie (choć o innych imionach), będące symbolizacjami stanów świadomości człowieka, obie tradycje cechuje też znaczny rytualizm i celem obu jest oświecenie. Można nawet zaryzykować stwierdzenie, że njingma jest bliższa bönowi niż innym szkołom buddyjskim. Natomiast różnice, jakie dzielą szkoły buddyjskie od bönu, przy bliższej analizie okazują się pozbawione większego znaczenia, np. bönpowie (praktykujący bön) jako związani z energią lunarną obchodzą stupę w kierunku przeciwnym do ruchu wskazówek zegara, a buddyści, związani z prawoskrętną solaryzacją, czynią to zgodnie z tym ruchem.

Po czwarte, zapewne w geście kurtuazji, ale słowa te mają swoją wymowę, XVI Karmapa (1924–1981), głowa szkoły karma kagju, uznał bön za piątą szkołę buddyzmu tybetańskiego, na równi z czterema szkołami buddyjskimi: njingmą, kagju, sakją i gelug⁴. Sami bönpowie mają w tej mierze zgoła odmienne zdanie. Swoją tradycję wywodzą nie od indyjskiego buddy Śakjamuniego, lecz od buddy Szenraba Miwo, który według tradycji bön żył w latach 1857–1775 p.n.e.⁵ i nie pochodził z Indii, lecz z Taksik (tyb. *ta-zig*), utożsamianego niekiedy z Tadżykistanem, a działał głównie w Śang-śung (*zhang-zhung*), kraju podbitym i włączonym do Tybetu⁶.

Po piąte, niektórzy buddyjscy lamowie tybetańscy uznają się też za bönpów, ponieważ uważają bön za źródłową Dharmę Tybetu i utożsamiają go z tybetańskością. Na przykład Cziegjam Trungpa stwierdził: „Jestem bonistą (*pönist*). Wierzę w bön, ponieważ jestem Tybetańczykiem”⁷. Należy jednak zastrzec, że nie jest to bynajmniej powszechne, a Trungpa był uważany za „szalonego” jogina i często zachowywał się w sposób odbiegający od konwencji⁸.

Po szóste, niektórzy bönpowie (jak np. Tenzin Wangjal) zalecają swoim uczniom, którzy wcześniej rozpoczęli praktykę innej ścieżki tybetańskiej, jej kontynuowanie⁹. Nie nakłaniają ich więc do porzucenia „innej” czy „obcej” metody i przyjęcia swojej własnej.

Po siódme, buddyjskie praktyki tantryczne są wykorzystywane nie tylko w buddyzmie tantrycznym, ale również w bönie i dzogczien, choć w tych ostatnich są traktowane jako drugorzędne.

Po ósme i najważniejsze, nauki dzogczien istnieją zarówno w bönie, jak i buddyjskiej njingmie i w obu uważane są za najważniejsze.

Jeśli natomiast chodzi o dzogczien (*rDzogs-chen*)¹⁰, to ten tybetański termin jest skrótowo *rDzogs-pa Chen-po* i oznacza „wielka [*chen-po*] doskonałość [*rDzogs-pa*]”.

⁴ „Pięć głównych gałęzi, jakie mamy w buddyzmie tybetańskim, czyli nauki sakji, njingmy, gelug, kagju i bön, pochodzą w istocie z tego samego źródła, którym jest Budda Śakjamuni” („Densał”, Woodstock, USA, vol. 9, no 2, summer 1988, s. 4). Wypowiedź ta zacytowana jest na karcie tytułowej wydawnictwa *Bon: Piąta szkoła buddyzmu tybetańskiego*, wybór i tłum. J. Sieradzian, Kraków [1991].

⁵ Tenzin Wangyal, *Cuda naturalnego umysłu: Esencja dzogczien w rdzennej tybetańskiej tradycji Bön*, tłum. J. Sieradzian, Katowice 1994, s. 29–30. Szenrab prawdopodobnie nie jest postacią historyczną w tym sensie, w jakim był nią Budda Śakjamuni.

⁶ D. Snellgrove, *Indo-Tibetan Buddhism: Indian Buddhists and Their Tibetan Successors*, Serindia Publications, London 1987, s. 390.

⁷ Chögyam Trungpa, *Crazy Wisdom*, Shambala, Boston 1991, s. 81.

⁸ Zob. np. E. Weinberger, „Wieści z Naropy”, tłum. P. Serda, Nagłos, nr 9/10, 1993, 38–51.

⁹ Ustna informacja Tenzina Wangjala.

¹⁰ Termin *rDzogs-chen* pojawił się po raz pierwszy w jednym z dzieł przypisywanych Padmasambhawie (VIII/IX w.), który jako pierwszy wprowadził do Tybetu nauki buddyjskie i był jednym z pierwszych

Jako taki jest synonimem sanskryckiego terminu *ati-joga* (*ati-yoga*). Według Namkhai Norbu, dzogczien nie jest szkołą filozoficzną, ani nawet systemem medytacyjnym, lecz synonimem wglądu w rzeczywistość (tyb. *rig-pa*), pierwotnym stanem jednostki¹¹, który istnieje we wszystkich czujących istotach, podobnie jak natura buddy według buddyizmu mahajany i tantrajany.

Wspólnota dzogczien w Polsce

W kontakt z naukami dzogczien jako pierwszy w Polsce wszedł Marek Has, który w końcu lat siedemdziesiątych brał udział w zakładaniu polskiej i krakowskiej sanghi karma kagju. Marek Has jako pierwszy był (w jednym z krajów Zachodu) na wykładzie Namkhai Norbu. Początkowo nauki dzogczien były w Polsce popularyzowane poprzez wydawnictwa. Na początku 1988 roku ukazały się autobiograficzne fragmenty książki Namkhai Norbu *Kryształ i ścieżka światła*, przełożone przez M. Hasa¹². W kwietniu 1988, podczas Festiwalu New Age w Teatrze „STU” ukazało się pierwsze pełne, polskie wydanie *Kryształu*¹³. W tym samym czasie pięć osób (dwie z Katowic oraz M. Has, Zbigniew Zagajewski i J. Sieradzan) postanowiło zaprosić Namkhai Norbu do Polski. Sympatyk dzogczien z Chorzowa przygotował publikację kolejnej książki¹⁴ i broszury¹⁵ Namkhai Norbu. Do Polski zaczęły docierać regularne przesyłki z ośrodków dzogczien w Anglii, Włoszech, USA, a nawet Australii i Nowej Zelandii. Część tych materiałów wypełniło pierwszy numer „Smoka Wadźry”¹⁶, pisma założonego przez M. Hasa i Z. Zagajewskiego z okazji zorganizowania przez nich pierwszego pleneru dzogczien, który odbył się w dniach 8–14 sierpnia 1988 roku w Woli Kombońskiej. Wzięło w nim udział około 15 osób.

Pod koniec 1988 roku niezależnie od grupy krakowskiej, kontaktu z Namkhai Norbu zaczął poszukiwać Maciej „Magura” Góralski z Warszawy, który interesował się leczniczymi właściwościami kamieni szlachetnych i w tej sprawie pisał do niego. Później „Magura” otrzymał list od jednego z pierwszych austriackich uczniów Namkhai Norbu, Olivera Leicka. Ten ostatni pisał, że Namkhai Norbu poprosił go, aby

w ogóle mistrzów dzogczien. J. Reynolds (tłum., wstęp i komentarz), *The Golden Letters: The Three Statements of Garab Dorje*, Snow Lion, Ithaca 1996, s. 265.

¹¹ J. Reynolds, *The Golden Letters*, op.cit., s. 343. Pierwotny stan według dzogczien jest chyba najbliższy tego, co J. Derrida określił mianem *chōra*; jest wolny od objawienia historycznego, antropologii, teologii, nie jest też Bytem, Dobrem, Bogiem, Człowiekiem ani Historią (J. Derrida, *Wiara i wiedza: Dwa źródła „religii” w obrębie samego rozumu*, tłum. P. Mróczyński [w:] *Religia: Seminarium na Capri prowadzone przez Jacquesa Derridę i Gianniego Vattimo*, Warszawa 1999, s. 32–33).

¹² Jest to 64-stronicowa broszura, zawierająca ponadto biografię Aju Khadro, przełożoną przez J. Sieradzana.

¹³ Namkhai Norbu, *Kryształ i ścieżka światła: Sutra, Tantra i DzogCzen*, tłum. M. Has, J. Sieradzan, H. Smagacz, Z. Zagajewski, Kraków 1988.

¹⁴ Namkhai Norbu, *Cykl dnia i nocy, którym podąża się ścieżką pierwotnej jogi*, tłum. Karma Jesze Dordże.

¹⁵ Namkhai Norbu Rinpocze, *Praktyka londe*, tłum. M. Hasa [ok. 1989–1990].

¹⁶ „Smok Wadźry”, nr 1, VIII/1988 zawierał m.in. teksty Namkhai Norbu: poemat *Rób to na co masz ochotę*, oraz wykład *Dzog czen*. Oba ukazały się następnie w osobnej publikacji pt. *Rób to, na co masz ochotę*, tłum. M. Has, Kraków 1991.

pojechał do Polski, gdzie jest zainteresowanie naukami dzogczien i zorganizował kurs jantra jogi. Spotkanie z O. Leickiem i kurs ostatecznie doszły do skutku w dniach od 3 do 7 września 1989 roku. W ten sposób w słynnym młynie w Przesiece odbył się pierwszy w Polsce trening medytacyjny dzogczien, prowadzony przez autoryzowanego nauczyciela związanego z tradycją Namkhai Norbu.

Po zakończeniu odosobnienia 8 września O. Leick wygłosił w Katowicach wykład na temat dzogczien, a nazajutrz to samo uczynił w krakowskim ośrodku karma kagju. Począwszy od września 1989 roku w Krakowie zawiązała się kilkuosobowa grupa osób praktykujących guru jogę i śpiewających *Pieśń Wadźry*. Ta ostatnia ma kluczowe znaczenie w kontemplacji pierwotnego stanu, którego rozpoznanie jest celem i istotą nauk dzogczien.

W styczniu 1990 roku O. Leick ponownie przyjechał do Polski i od 24 do 28 stycznia w Krakowie w mieszkaniu prywatnym przekazał dwie kolejne medytacje (guru jogę Padmasambhawy i guru jogę Garaba Dordże). Wraz z nim przybył John Reynolds, jeden z lepszych zachodnich znawców dzogczien i bön. Wygłosił cykl wykładów na temat dzogczien, tantry, bönu i szamanizmu tybetańskiego, kładąc nacisk na pracę z energiami w tantrze, bönie i dzogczien¹⁷.

W tym czasie, czyli od 1989 do 1991 roku, poza Krakowem jedynie w Katowicach i Łodzi (dwie osoby) istniało zainteresowanie naukami dzogczien w tym sensie, że można było mówić o formowaniu się grupy praktykujących. Przyjazd Namkhai Norbu do Polski doszedł do skutku w maju 1992 roku. W połowie maja gościł w Łodzi, gdzie od 15 do 17 wygłosił cykl wykładów dotyczących głównie różnych aspektów praktyk hinajany, mahajany, tantrajany i dzogczien, ze szczególnym naciskiem na guru jogę i integrację praktyki z życiem codziennym¹⁸.

W lipcu 1992 roku odbyło się pierwsze po wizycie Namkhai Norbu odosobnienie w Przesiece. Jednym z jego rezultatów było podjęcie decyzji o wydawaniu biuletynu organizującej się wspólnoty dzogczien¹⁹. Na przełomie września i października 1992 odbył się prowadzony przez Fabio Andrico, jednego z najbliższych uczniów Namkhai Norbu, kurs jantra jogi.

¹⁷ Wykłady O. Leicka z Przesieki, Katowic i Krakowa, oraz J. Reynoldsa z Krakowa wypełniły tom *Dzogczen: ścieżka samowyzwolenia*, vol. 2, który ukazał się jako „Smok Wadźry”, nr 18–21, styczeń/kwiecień 1990 (tłum. Z. Zagajewski i J. Sieradzana). Pierwszy tom, który pojawił się podczas tego spotkania, zappełniły głównie wykłady Namkhai Norbu oraz przekład jednego z kluczowych tekstów dzogczien, *Pierwotnego doświadczenia* Mañdziuśrimitry. Materiały te ukazały się jako „Smok Wadźry”, nr 15–17, październik/grudzień 1989. W 1991 ukazał się *Dzogczen: ścieżka samowyzwolenia*, vol. 3, zawierający tekst jednej książki, czterech broszur oraz 11 artykułów Namkhai Norbu, a w 1992 kolejny, vol. 4, zawierający tłumaczenie tantry dzogczien, *Ukryta lampa czystej świadomości*, oraz ponad 30 tekstów mistrzów dzogczien od Garaba Dordże do Namkhai Norbu. Autorami tłumaczeń byli głównie J. Sieradzan i A. Skura.

¹⁸ Nauki te zostały zredagowane przez J. Sieradzana i wydane jako Namkhai Norbu Rinpoche, *Nauki dzogczen (vol. 1): Wykłady z Łodzi (1992)*, Kraków 1994.

¹⁹ Pierwszy numer (1/92) biuletynu nosił nagłówek: „Pismo poświęcone praktyce i wspólnocie dzogczen”. Pojawił się w postaci luźnych, niespiętych z sobą kartek, z dwoma różnymi paginacjami w obrębie jednego dokumentu. Druk był trudno czytelny, a język pozostawiał wiele do życzenia. Za jego wydanie odpowiadał Aleksander Skwara. Kolejne numery tego wydawnictwa nosiły tytuł „A: Pismo Wspólnoty Dzogczien”. Później zmieniono go na „Białe A: Pismo Wspólnoty Dzogczien w Polsce”.

Druga wizyta Namkhai Norbu miała miejsce w Krakowie od 7 do 16 czerwca 1994 roku (od 10 do 14 czerwca trwały nauki)²⁰. Wkrótce potem została zarejestrowana Wspólnota Dzogczen w Polsce. Wpisano ją do Rejestru Kościołów i Związków Wyznaniowych MSW pod numerem 92. W 1997 Wspólnota Dzogczen zakupiła dom we wsi Łysa Góra koło Dukli, który służy jako ośrodek medytacyjny. Tam też znajduje się biblioteka wspólnoty. Trzecia i, jak na razie, ostatnia wizyta Namkhai Norbu doszła do skutku w dniach 22–24 maja 1998 roku w Krakowie. Po zakończeniu spotkania odbył się kurs tańca rytualnego, traktowanego jako forma kontemplacji, prowadzony przez włoską uczennicę Namkhai Norbu, Adrianę del Borgo.

Nauki dzogczen są popularyzowane głównie poprzez wydawnictwa²¹. Okresowe spotkania praktykujących dzogczen mają charakter treningów medytacyjnych i w zasadzie biorą w nich udział członkowie wspólnoty. W odróżnieniu od wspólnoty bönu, wspólnota uczniów Namkhai Norbu nie prowadzi działalności popularyzującej kulturę Tybetu, czy, ogólnie, kulturę Dalekiego Wschodu.

Wspólnota bönu w Polsce

Idea zaproszenia do Polski Tenzina Wangjala pojawiła się już jesienią 1989 roku. Stało się to za sprawą O. Leicka, który spotkał go we Włoszech i polecił jako znawcę dzogczen w tradycji bönu²². W 1994 – w rok po amerykańskiej premierze – ukazało się polskie tłumaczenie pierwszej książki Tenzina Wangjala, *Cuda naturalnego umysłu*²³, będącej pierwszą w świecie zachodnim prezentacją nauk dzogczen w bönie, dokonaną „od wewnątrz”, a więc przez kogoś, kto nie tylko studiuje, ale i praktykuje zawarte w niej nauki. Wysiłki wielu osób, które próbowały go sprowadzić do Polski od 1989 roku, zakończyły się powodzeniem latem 1995²⁴. W dniach od 7 do 10 sierpnia Tenzin Wangjal wygłosił w Warszawie nauki na temat jogi snu. Już jesienią 1995 komitet założycielski zarejestrował Związek Khyung Dzong w Polsce²⁵. 20 listopada 1995 związek został wpisany do Rejestru Kościołów i Związków Wyznaniowych MSW pod numerem 100. Pierwszym przewodniczącym związku została Kama Gandys. Od tego

²⁰ Nauki wygłoszone podczas spotkania w Krakowie zostały zredagowane przez J. Sieradzana i wydane jako Namkhai Norbu Rinpoche, *Nauki dzogczen (vol. 2): Wykłady z Krakowa (1994)*, Kraków 1994.

²¹ Poza wyżej wymienionymi ukazały się dwie książki Namkhai Norbu: *Dzogczen: Stan Doskonałości Samej w Sobie*, tłum. C. Woźniak, Kraków 1998 oraz *Kryształ i ścieżka światła: Sutra, Tantra i Dzogczen*, tłum. I. Zagroba, Kraków 2001. Obie opublikowało Wydawnictwo „A”, założone i prowadzone przez Cezarego Woźniaka, wieloletniego przewodniczącego polskiej Wspólnoty Dzogczen. W 2002 r. w tym wydawnictwie ukazała się książka J. Reynolds, *Czarownice i dakinie: Tantra na Wschodzie i Zachodzie*, tłum. Z. Zagajewski.

²² Część informacji o działalności bönu w Polsce zaczerpnąłem z dwóch artykułów z wydawanych przez sanghę bönu czasopism, „Phat”, nr 1/6–7, 1999, s. 1–2 oraz „Garuda”, nr 5/1–3, 2001, wydawnictw dostępnych także na stronie internetowej pod adresem <http://dzogczen.ourobos.pl/know/garuda/garuda5>.

²³ Tenzin Wangjal, *Cuda naturalnego umysłu*, op.cit.

²⁴ Okoliczności i problemy związane z jego przyjazdem do Polski opisałem w liście do redakcji „Phat”, nr 2, 2000, s. 9.

²⁵ Należy podkreślić, że Khyung Dzong, Związek „Garuda” i Wspólnota Bon w Polsce to synonimy.

czasu niewielkie, kilkusobowe grupy praktykujących, zaczynają się formować w Katowicach (z czasem stają się polskim centrum bönu), Warszawie i Poznaniu. W 1996 roku odbyło się pierwsze, po rejestracji wspólnoty, odosobnienie medytacyjne w Pomiechówku. W kwietniu 1998 ze składek członków sanghi zakupiono ośrodek w Górach Suchych. Pojawiły się pierwsze wydawnictwa do użytku wewnętrznego: broszura *A-khrid* zawierająca tekst głównej praktyki medytacyjnej dzogczien w bön²⁶. Katowicka sangha bönu organizuje cykliczne spotkania o charakterze treningu medytacyjnego; w 1999 roku był to sześciotygodniowy kurs Krótkiej Sesji Medytacji, a w 2000 trzy weekendowe odosobnienia medytacyjne.

Należy zauważyć, że trzy duże imprezy popularyzujące kulturę Tybetu, jakie odbyły się w ciągu ostatnich trzech lat w Polsce, zostały zorganizowane właśnie przez uczniów Tenzina Wangjala. Od 28 do 3 czerwca 2001 roku odbyły się w Katowicach Dni Tybetu „Poznajmy innych, poznajmy siebie”, zorganizowane z inicjatywy Marka Górnego. W charakterze wykładowców wzięli udział pracownicy akademicki uczelni z Katowic i Częstochowy, nauczyciel bönu Njima Dakpa Rinpoce, głowa polskiej wspólnoty karma kagju buddyzmu tybetańskiego lama Rinczen oraz praktykujący z sanghi bön. Poza sprawami związanymi z religiami tybetańskimi omawiano obecny status Tybetu oraz problemy związane z inkulturacją indyjskich (hatha-joga) i tybetańskich (taniec lamów) systemów duchowych na Zachodzie. Przedstawiono także plony wypraw naukowych do Mongolii, Chin i Tybetu²⁷. Wiosną 2002, 2003 i 2004 roku odbyły się w Poznaniu imprezy „Tybet w Poznaniu”, zorganizowane z inicjatywy Ryszarda Adamiaka, przy współudziale poznańskiego oddziału wspólnoty bön. W pierwszej, dwudniowej, wzięli udział zarówno pracownicy akademicki, zajmujący się Tybetem, jak i polscy uczniowie tybetańskich nauczycieli duchowych²⁸. W drugiej, trwającej od 11 do 20 marca 2003 roku, poza wykładami pracowników uniwersyteckich, wzięli udział zaproszeni goście zagraniczni: Aleksander Berzin, John Reynolds i James Low, cenieni jako nauczyciele tybetańskich tradycji duchowych, mający na swoim koncie znaczące publikacje²⁹. Wykładom i praktyce medytacyjnej towarzyszyły projekcje filmów o tematyce buddyjskiej i związanej z Tybetem oraz wystawy.

Od czasu swego pierwszego przyjazdu Tenzin Wangjal corocznie odwiedza swoich polskich uczniów, niekiedy nawet dwa razy do roku, co czyni go najbardziej – obok O. Nydahla – aktywnym nauczycielem tybetańskich tradycji duchowych w Polsce. Tenzin Wangjal to zupełne przeciwieństwo nauczycieli tybetańskich, nawet tak nieortodoksyjnych, jak Namkhai Norbu³⁰. Poza Tenzinem Wangjałem Polskę

²⁶ Ostatnie, staranne wydanie tekstu Bru-sgom rGyal-ba g.yung-drung (1242–1290) ukazało się staraniem Związku „Garuda” w Polsce w 2000 r. pt. *Etapy medytacji A-khrid: Praktyka dzogczien w tradycji bon*, tłum. M. „Magura” Góralski.

²⁷ Por. stronę internetową <http://www.tybet.budda.pl>.

²⁸ Zob. np. J. Gęga, „Z Dachy świata”, „Gazeta Wyborcza”, Poznań, 6/7 kwietnia 2002, s. 6.

²⁹ Por. np. A. Berzin, *Taking the Kalachakra Initiation*, 1997; J. Low (wstęp i tłum.), *Simply being: Dzogchen texts*, Durtro Press, London 1994. J. Reynolds przełożył *Samowyzwolenie dzięki widzeniu w stanie nagiej uwagi* Padmasambhawy, jeden z kluczowych tekstów dzogczien. Zaopatrzył je w apendyksy, komentujące podejście do nauk dzogczien W.Y. Evansa-Wentza i C.G. Junga. Polskie tłumaczenie tej książki Z. Zagajewskiego i J. Sieradzana ukazało się nakładem Terma Publishing w 1990 r.

³⁰ Podczas odosobnienia medytacyjnego w Austrii w 1993 r. przysiadł się do ludzi, częstował winem i długie godziny spędzał na dyskusjach, w których niekiedy przyjmował punkt widzenia zachodniej nauki, a jego uczniowie-oponenci starali się obalić jego „błędne” poglądy, przyjmując punkt widzenia buddyzmu

odwiedziło wielu czołowych nauczycieli z bönu, w tym Lhatri Khenpo Njima Dakpa Rinpocze (1999, 2001, 2002), Lopon Tenzin Namdak, główny nauczyciel bönu (2000, 2001, 2002), Lopon Tenpa Jungdrung (2000) i Tenzin Namgjal Czongtul Rinpocze (2002).

Podobnie jak w przypadku wspólnoty dzogczien, wspólnota bön popularyzuje swoje nauki głównie poprzez publikacje książkowe³¹. Poza nimi ukazują się cykliczne biuletyny. Jesienią 1995 roku ukazał się pierwszy numer biuletynu „Garuda” wydawanego przez Khyung Dzong Polska. Latem 2000 opublikowano pierwszy numer „Phat”, Informatora Wewnętrznego Wspólnoty Bon w Polsce.

Dostępne na rynku polskim wydawnictwa obu sangh dzogczien (Namkhai Norbu i Tenzina Wangjala) można podzielić na kilka kategorii:

- kasyety wideo i magnetofonowe z zapisem nauczania mistrza oraz rytuałów;
- transkrypty tychże nauk;
- bieżące praktyki medytacyjne, grupowe i jednostkowe oraz komentarze do nich;
- biuletyny do użytku wewnętrznego;
- różnego rodzaju wizerunki (bóstw, nauczycieli), sylaby itp. dla praktykujących;
- książki (Namkhai Norbu, Tenzina Wangjala i J. Reynoldsa) dostępne w ogólnym rozpowszechnianiu w sieci księgarskiej.

Obecnie, jak się wydaje, bardziej popularna w Polsce jest wspólnota bönu. Wynika to nie tylko z lepszej popularyzacji jej nauk, ale przede wszystkim z tego, że jej nauczyciele częściej odwiedzają Polskę. A w naukach medytacyjnych ciągły kontakt z mistrzem jest niezbędny do osiągnięcia postępu.

DZOGCHEN AND BÖN IN POLAND

Summary

The article presents the beginnings of the research on the Tibetan sciences of *Dzogchen* and *Bön* in Poland. The author emphasises the relativity of the divisions between the various kinds of Tibetan religious sciences: *Bön*, *Buddhism* and *Dzogchen*. The above relativity is confirmed by: referring to each Tibetan spiritual path as *Chos*, the assimilation of the older traditions by the more recent ones, similarity of categories and divisions between them, the presence of *Dzogchen* sciences both in *Bön* and in *Buddhism*, recognition of the *Bön* tradition as an integral part of *Buddhism* by some *Buddhist* representatives, identifying both *Bön* and *Buddhism* as fundamentally Tibetan, mutual tolerance revealing itself e.g. in the practice of both *Bön* and *Buddhism* by individuals associated primarily with *Dzogchen*.

Subsequently the author goes on to present the first Polish communities practising *Dzogchen* and *Bön*. The history of the interest in *Dzogchen* sciences in Poland goes back 15 years. The first *Dzogchen* meditation training in Poland, conducted by a licensed *Dzogchen* teacher, took place in 1989,

tybetańskiego. Jest bardzo ciekawy wszystkiego, co zachodnie, od poglądów filozoficznych poczynając, a na najnowszych zdobyczach techniki czy zabawkach dla dzieci kończąc. Nie przestaje przez to jednak być ortodoksyjnym bönpa.

³¹ *Cuda naturalnego umysłu* ukazały się w nowym tłumaczeniu J. Grabiak nakładem Domu Wydawniczego „Rebis”. To samo wydawnictwo opublikowało też dwie inne książki Tenzina Wangjala w tym samym tłumaczeniu: *Tybetańską jogę snu i śnienia* (2002) oraz *Leczenie formą, energią i światłem* (2003).

while the first visit of Namkhai Norbu, the head of the Dzogchen communities in the world, was effected in 1992. In turn, the beginnings of the Bön communities in Poland can be traced to the year 1995 when Poland was visited for the first time by Tenzin Wangyal. Apart from the visits of the masters of the two traditions, the other forms of their activity include, among others: book publications, the production of audio and video cassettes as well as the organization of meetings and sessions whose aim is to popularise Tibetan culture; the latter seems to be a particular speciality of the Bön community.

Tłum. Piotr Mizia