



ZAPRASZAMY NA ODOSOBNIENIE CZAN

prowadzone przez

CZCIGODNEGO MISTRZA CHI CHERNA

od 1 do 11 sierpnia 2013 w Dłużewie

W dniach od 1 do 11 sierpnia 2013 roku Czcigodny Chi Chern Fashi poprowadzi 10-dniowe odosobnienie w tradycji czan. Mistrzowi towarzyszyć będą Czcigodni Chang Wen Fashi i Chang Xiang Fashi oraz doświadczony adept czan Djordje Cvijic.

Odosobnienie odbędzie się w Dłużewie w Domu Plenerowym Warszawskiej Akademii Sztuk Pięknych. Odosobnienie rozpocznie się 1 sierpnia 2013 (czwartek) o godz. 19:00 mową Mistrza Chi Cherna i zakończy się 11 sierpnia 2013 (niedziela) o godz. 10:00.

Warunkiem wstępnym przyjęcia na odosobnienie jest co najmniej pół roku doświadczenia w praktyce medytacji buddyjskiej oraz odbycie przynajmniej jednego intensywnego (tzn. co najmniej pięciodniowego) odosobnienia. Można wziąć udział w 5, 7 lub 10 dniach odosobnienia, rozpoczynając w każdym wypadku od dnia 1 sierpnia.

Jak zgłosić się na odosobnienie? Proszę wysłać zgłoszenie i przedpłatę. Zgłoszenie należy przesłać listownie do 1 lipca 2013 roku na adres:

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

Przedpłaty w wysokości 700 zł należy dokonać do 1 lipca 2013 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 10 dniach odosobnienia opłata wynosi 1600 zł, przedpłata 700 zł.
2. Za udział w 7 dniach odosobnienia opłata wynosi 1300 zł, przedpłata 700 zł.
3. Za udział w 5 dniach odosobnienia opłata wynosi 1000 zł, przedpłata 700 zł.

Brakującą kwotę, po uprzednim przekazaniu na konto przedpłaty, należy wpłacić do dnia 8 lipca 2013 roku. Osobie rezygnującej z powodów losowych z uczestnictwa w odosobnieniu wszelkie wpłacone na konto związku pieniądze zostaną zwrócone, jeśli rezygnacja będzie zgłoszona do 1 lipca 2013. 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 10 dni, następnie — zgłaszające się na 7 dni i wreszcie zgłaszające się na 5 dni. Wśród osób zgłaszających się na tę samą ilość dni o pierwszeństwie decydować będzie data dokonania przedpłaty. Do 12 lipca 2013 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 dotarcie do Dłużewa w dniu 1 sierpnia do godz. 17.00. Mapa dojazdu do miejsca odosobnienia znajduje się na stronie:

<http://www.czan.org.pl/gfx/upload/Dluzew-dojazd.jpg>

Jeżeli potrzebujesz pomocy w dojeździe do Dłużewa i/lub w powrocie po zakończeniu odosobnienia, poinformuj nas o tym wstawiając znak × w odpowiednim miejscu na zgłoszeniu na odosobnienie.

Jeśli osób potrzebujących pomocy z dojazdem i powrotem będzie więcej, wynajmiemy autobus (lub minibus), który z centrum Warszawy wyjedzie 1 sierpnia o godz. 16:00. Powrót do centrum Warszawy przewidujemy 11 sierpnia około godz. 12:00 (wyjazd z Dłużewa około godz. 10:30). 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 nie prowadzimy rozmów, nie używamy telefonów komórkowych, nie korzystamy z komputera, nie czytamy książek, gazet etc.

- Każdy dzień rozpoczyna się pobudką o godz. 4:00 rano i kończy się o godz. 22:00 ciszą nocną. Wypełnia go wiele okresów medytacji, w czasie których poszczególne rundy formalnej praktyki wynoszą 30–45 minut, a także ćwiczenia fizyczne, spotkania indywidualne z nauczycielem, wykłady oraz praca.
- Wykłady będą tłumaczone z języka chińskiego na angielski oraz na polski. Wszelkie informacje i zalecenia osób prowadzących będą ogłaszane w języku angielskim i polskim.
- Każdemu uczestnikowi zostanie przypisany pewien rodzaj pracy. Może to być np. opieka nad ołtarzem w sali Dharmy, sprzątanie sali Dharmy, jadalni, korytarzy, toalet, zmywanie naczyń po posiłkach, praca w ogrodzie i inne.
- Posiłki na odosobnieniu są wyłącznie wegetariańskie.

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 Buddyśtów Czan:

<http://www.czan.org.pl/index.php?ac=pg&id=11>