

Uwaga: **N** - w nowej edycji (2014), **S** oznacza strony we wcześniejszej edycji książki Mynlamu (2010)

## **DZIEŃ 1**

### **Piątek 26 sierpnia**

**6:30 ~ 7:00 Przyjmowanie ślubowań sodziong (N 3 lub S 392)**

**7:00 ~ 8:30 Pierwsza sesja**

- Modlitwy i sutry w sanskrycie *Lek dziar* (N 7 i 16-17 lub S 3 i 11)
- Schronienie *Kjabdro sem-kje* i Dwadzieścia części Mynlamu *Mynlam gji jenlak nji sziu* (N 33 lub S 28)
- Pochwały z „Sutry nauk dla Szlachetnego Rasztrapali” *Julkor kjong doj tub ty* (N 56 lub S 43)
- Pochwała dwunastu czynów *Dze pa ciu nji la ty pa* (N 71 lub S 53)
- Sutra trzech nagromadzeń *Pung po sum pej do* (N 84 lub S 61)
- Wyznanie z "Sutry najwspanialszego złotego światła" *Sang gje kang nji ma* (N 90-92 lub S 65-71)

**8:30 Śniadanie**

**10:00 ~ 11:30 Druga sesja**

- Procesja z portretem J.Ś. Karmapy
- Ofiarowanie J.Ś. Karmapie mandali wszechświata oraz symboli Ciała, Mowy i Umysłu (osobny tekst)
- Wykład o ślubowaniach etycznych
- Królowa modlitw dobrych życzeń *Zang cie myn lam* (N 120-133 lub S 86 - 95)

**12:00 ~ 13:00 Trzecia sesja**

- Królowa modlitw dobrych życzeń *Zang cie myn lam* (N 120-133 lub S 86-95)
- Modlitwa dobrych życzeń Majtreji *Dziam pej myn lam* (N 134 lub S 96)

**13:00 ~ Obiad**

**15:00 ~ 17:30 Wykład J.Ś. Karmapy (wspólne oglądanie transmisji)**

**18:00 ~ Kolacja (dla tych, którzy nie przyjęli ślubowań sodziong)**

**19:00 ~ 20:00 Czwarta sesja (pamiętamy, by przynieść zestaw modlitw o długie życie Lamów!)**

- Niezniszczalny łańcuch wadźr *Ri me ten dzyn sziab ten* (N 186 lub S 132)
- Inne modlitwy o długie życie *Sziab ten*: Dalajlama (zestaw\*), Karmapa (N 608), Sangje Njenpa Rinpocze (zestaw), Sangter Rinpocze (zestaw)
- Ofiary dla Opiekuna Bernagciena *Gyn po ber cien ciam dral gji sol ka dy pa* (N 485 lub S 311)
- Ten, którego słowa okazały się prawdziwe... *Den drub ma* (N 226 lub S 160)

---

\* (zestaw) = „Modlitwy o długie życie i inne modlitwy recytowane w czasie pudży tsok (zestaw stosowany w Centrum Bencien Karma Kamtsang w Grabniku)”

## DZIEŃ 2

### Sobota 27 sierpnia

#### 6:30 ~ 7:00 Przyjmowanie ślubowań sodziong (N 3 lub S 392)

#### 7:00 ~ 8:30 Pierwsza sesja

- Modlitwy i sutry w sanskrycie *Lek dziar* (N 7 i 16-17 lub S 3 i 11)
- Schronienie *Kjabdro sem-kje* i Dwadzieścia części Mynlamu *Mynlam gji jenlak nji sziu* (N 33 lub S 28)
- Pochwała z "Ozdoby sutr" *Do de gjen le dziung tej ty pa* (N 64-67 lub S 48-50)
- Pochwała dwunastu czynów *Dze pa ciu nji la ty pa* (N 71 lub S 53)
- Pochwała bhiksuni Lakszmi dla Szlachetnego Awalokiteśwary *Ge long ma pal moj pak ty* (N 233 lub S 166)
- Sutra trzech nagromadzeń *Pung po sum pej do* (N 84 lub S 61)
- Z "Sutry najwspanialszego złotego światła" *Ser y dam pa le sung pa* (N 109-115 lub S 78-82)

#### 8:30 ~ Śniadanie

#### 10:00 ~ 11:30 Druga sesja

- Wykład o ślubowaniach Bodhisattwy
- Królowa modlitw dobrych życzeń *Zang cie myn lam* (N 120-133 lub S 86 - 95)

#### 12:00 ~ 13:00 Trzecia sesja

- Królowa modlitw dobrych życzeń *Zang cie myn lam* (N 120-133 lub S 86 - 95)
- Prośba o usunięcie przeszkód na ścieżce *Barcie lamsel* (N 312-324 lub S 212- 218)
- Prośba o spontaniczne spełnienie życzeń *Sampa lhyndrub* (N 325-334 lub S 219-224)

#### 13:00 ~ Obiad

#### 14:30 ~ 16:00 Czwarta sesja

- Królowa modlitw dobrych życzeń *Zang cie myn lam* (N 120-133 lub S 86 - 95)
- Pudża Buddy Medycyny (osobny tekst)
- Modlitwa o odrodzenie w krainie Sukhawati *Nam dak de cien szing myn lam* (N 447 lub S 288)

#### 16:30 ~ 18:00 Piąta sesja (pamiętamy, by przynieść zestaw modlitw o długie życie Lamów!)

- Życzenia dla Dharmy Szangpa Kagju *Sziang cie myn lam* (N 347 lub S 235)
- Niezniszczalny łańcuch wadźr *Ri me ten dzyn sziab ten* (N 186 lub S 132)
- Inne modlitwy o długie życie *Sziab ten*: Dalajlama (zestaw\*), Karmapa (N 608), Sangje Njenpa Rinpocze (zestaw), Sangter Rinpocze (zestaw)
- Ofiary dla Opiekuna Bernagciena *Gyn po ber cien ciam dral gji sol ka dy pa* (N 485 lub S 311)
- Życzenia pomysłności ze "Zbioru nauk o winai " *Lung szij sziz dzie* (N 190 lub S 135)
- Modlitwa o rozkwit Dharmy *Ten pa bar ma* (N 182 lub S 129)
- Ten, którego słowa okazały się prawdziwe... *Den drub ma* (N 226 lub S 160)

#### 18:00 ~ Kolacja (dla tych, którzy nie przyjęli ślubowań sodziong)

## **DZIEŃ 3**

### **Niedziela 28 sierpnia**

#### **6:30 ~ 7:00 Przyjmowanie ślubowań sodziong (N 3 lub S 392)**

#### **7:00 ~ 8:30 Pierwsza sesja**

- Modlitwy i sutry w sanskrycie *Lek dziar* (N 7 i 16-17 lub S 3 i 11)
- Schronienie *Kjabdro sem-kje* i Dwadzieścia części Mynlamu *Mynlam gji jenlak nji sziu* (N 33 lub S 28)
- Pochwały z „Sutry nauk dla Szlachetnego Rasztrapali” *Julkor kjong doj tub ty* (N 56 lub S 43)
- Pochwała dwunastu czynów *Dze pa ciu nji la ty pa* (N 71 lub S 53)
- Sutra trzech nagromadzeń *Pung po sum pej do* (N 84 lub S 61)
- Wyznanie z "Sutry najwspanialszego złotego światła" *Sang gje kang nji ma* (N 90-92 lub S 65-71)
- Pochwała z "Ozdoby sutr" *Do de gjen le dziung tej ty pa* (N 64-67 lub S 48-50)

#### **8:30 Śniadanie**

#### **10:00 ~ 11:30 Druga sesja**

- Wykład o ślubowaniach samaja w wadżrajanie
- Królowa modlitw dobrych życzeń *Zang cie myn lam* (N 120-133 lub S 86 - 95)
- Dedykacje dla żywych i umarłych *Syn po dang szin por cie du ngo to* (N 175 lub S 124)
- Mantra spełniająca modlitwy życzeń *Myn lam drub pej zung* (N 180 lub S 128)

#### **12:00 ~ 13:00 Trzecia sesja**

- Królowa modlitw dobrych życzeń *Zang cie myn lam* (N 120-133 lub S 86 - 95)
- Życzenia dla Dharmy Szangpa Kagju (N 347 lub S 235)
- Modlitwa mahamudry *Nge dyn ciak gja cien poj myn lam* (N 357 lub S 242)

#### **13:00 ~ Obiad**

#### **14:30 ~ 16:00 Czwarta sesja**

- Tsok pudża Milarepy (osobny tekst)
- Pochwały dla dwudziestu jeden Tar *Drol ma njer cik la ty pa* (N 283 lub S 192)
- Z „Sutry najwspanialszego złotego światła” *Ser y dam pa le sung pa* (N 109-115 lub S 78-82)

#### **16:30 ~ 18:00 Piąta sesja (pamiętamy, by przynieść katak!)**

- Dobre życzenia Milarepy *Mi lej myn lam* (N 429 lub S 275)
- Życzenia pomyślności Marpy Lotsały *Mar pej szial sung ta szu* (N 220 lub S 155)
- Życzenia pomyślności ze „Zbioru nauk o winai” *Lung szij szu dzie* (N 190 lub S 135)
- Modlitwa o rozkwit Dharmy *Ten pa bar ma* (N 182 lub S 129)
- Życzenia dla Wielkiego Obozu *Gar cien ta szu* (N 222 lub S 157)
- Ten, którego słowa okazały się prawdziwe... *Den drub ma* (N 226 lub S 160)

#### **18:00 ~ Kolacja (dla tych, którzy nie przyjęli ślubowań sodziong)**

#### **19:00 ~ 20:30 Ofiarowanie lampek**

- Modlitwy i sutry w sanskrycie *Lek dziar* (N 7 i 16 lub S 3 i 11),
- Praktyka Wielkiego Współczującego przynosząca istotom niezmierny pożytek *Tuk dzie cien poj gom de dro dyn ka kjab ma* (N 635 lub S 360)
- Modlitwa ofiarowania lampki *Mar mej myn lam* (N 638 lub S 317)