

# Kulturowy wymiar buddyzmu tybetańskiego

**Wstęp.....5**

## **Rozdział I**

### **Buddyzm**

1. Buddyzm i jego wymiary.
2. Podstawowe zasady i pojęcia buddyzmu..... 9
3. Buddyzm religia czy filozofia..... 13
4. Historia buddyzmu..... 14
5. Podstawowe założenia doktryny buddyjskiej..... 16
  - 5.1. Bodhi..... 17
  - 5.2. Nirwana .....19
  - 5.3. Reinkarnacja..... 20
6. Medytacja..... 21
  - 6.1. Formy medytacji..... 22
7. Etyka buddyjska..... 23

## **Rozdział II**

### **Historia Buddyzmu tybetańskiego**

1. Wędrówka z Indii do Tybetu..... 25
  - 1.1. Pierwsi królowie..... 26
  - 1.2. Kryzys i drugie rozprzestrzenienie..... 31
  - 1.3. Odrodzenie i pierwsi dalajlamowie..... 34
  - 1.4. Rządy Czternastego Dalajlamy..... 43

## **Rozdział III**

### **Kulturowy wymiar Buddyzmu tybetańskiego**

1. Rytuał w buddyzmie tybetańskim..... 50
  - 1.1. Tantra – system myśli i praktyk..... 50
  - 1.2. Sutry i tantry.....51
  - 1.3. Symbole tantryczne – mandala, wadźra i stupy..... 54
2. Festiwale i święta buddyzmu tybetańskiego..... 58

2.1. Monlam .....	58
2.2. Festiwal Rzeźb Maślanych.....	60
2.3. Losar.....	63
3. Główne tradycje buddyzmu tybetańskiego.....	64
3.1. Czam – taniec klasztorny.....	64
3.2. Zwyczaje pogrzebowe. ....	66
3.3. Ceremonia ślubna.....	67
4. Mitologia tybetańska .....	69
4.1. Tajemnica niebiańskiego sznura.....	69
4.2. Plagi, choroby i nieszczęścia.....	71
4.3. Tajemnica świętych zwojów.....	72
4.4. Porwanie księżniczki bonpów .....	73
4.5. Królewskie rumaki.....	75
4.6. Kwiatowe narodziny.....	76
4.7. Pomoc Padmasambhawy .....	77
5. Święte miejsca w Tybecie – głównie miejsca kultu.....	79
5.1. Lhasa – stolica na dachu świata.....	79
5.2. Samje.....	80
5.3. Gjance i okolice.....	82
5.4. Szigatse i klasztor Taszilhunpo.....	82
5.5. Sakja.....	83
5.6. Święte miejsca bonpów.....	84
5.7. Kajlasa – święta góra Tybetu.....	85
<b>Zakończenie.....</b>	<b>86</b>
<b>Bibliografia.....</b>	<b>88</b>