

Kalu Rinpocze  
PRAKTYKA CZ{O}D

tłumaczenie:  
Jacek Sieradzan

Kraków 2124  
w Roku Ognistego Wołu

## SPIS TREŚCI

Źródła praktyki cz{o}d  
Maczig Labdron  
Funkcja i aspekty praktyki  
Ciągłość praktyki  
Pytania i odpowiedzi

## ŹRÓDŁA PRAKTYKI

Dlaczego praktykować Dharwę? Głęboko wierzymy w realność ego. Sądzimy, że naprawdę istnieje jakieś ograniczone 'ja', z którym się utożsamiamy. Z tego wywodzi się cierpienie, ponieważ to poczucie ego pcha nas [w kierunku, w którym] pragniemy zadowolenia, a odrzucamy to, czego nie lubimy, stwarzając wiele przeszkadzających uczuć. Dharma prowadzi nas do poznania, które urzeczywistnia brak 'ja' i przekształca uczucia w pierwotną mądrość.

### Inteligencja i urzeczywistnienie

Aby dotrzeć do celu, Dharma proponuje różne podejścia: Małego Pojazdu, Dużego Pojazdu, oraz Pojazdu Wadźrajany, który obejmuje cztery klasy tantr: krija-tantrę, czarja-tantrę, joga-tantrę i anuttarajoga-tantrę. Uważa się, że Dharma Buddy zawiera w całości 84.000 rodzajów nauk. Inteligentna osoba zamierzająca studiować te nauki - nauki słuchaczy Małego Pojazdu, albo nauki bodhisattwów Dużego Pojazdu - łatwo zrozumie, że zasadniczo te nauki posiadają tę samą funkcję i że celem wszystkich jest głębokie duchowe podejście. Zrozumienie intelektualne jednak nie wystarcza. Osoba, która naucza Dharmy jedynie w oparciu o studia, bez

osiągnięcia konkretnego poziomu urzeczywistnienia, opiera się wyłącznie na własnym rozumieniu. Brak jej siły przejrzystego widzenia i bezpośredniej wizji natury zjawisk, przez co może popełniać błędy. Natomiast osoba, która osiągnęła urzeczywistnienie bodhisattwy lub choćby arhata, posiada bezpośrednią wizję umożliwiającą jej bezbłędne nauczanie. Jeśli chodzi o istotę, która po przejściu wszystkich poziomów i ścieżek osiągnęła stan buddy, to dotarła ona do stanu ostatecznego. Zna teraz doskonale to, czym są zwykłe istoty, czym jest budda a czym Przebudzenie i jakie metody prowadzą do jego realizacji. Nic nie znajduje się poza polem jej poznania i widzenia. Dlatego taka istota jest zwana wszechwiedzącą.

W Tybecie Dharmę upowszechniano dwoma kanałami zawierającymi dwie metody nauk, o których już wspomniano. Istnieje rodzaj przekazu opierającego się bardziej na teorii, przekazywany przez dziesięć linii zwanych 'dziesięcioma filarami poznania'. Z drugiej strony, osiem wielkich szkół podkreślało znaczenie praktyki nauk. Są one zwane 'Ośmioma wielkimi rydwanami praktyki'. Tradycja cz{o}d należy do jednej z tych ośmiu szkół. Zamierzamy wprowadzić tę tradycję.

### Odcięcie ego u korzenia

Słowo cz{o}d znaczy po tybetańsku 'odcięcie'.

Całe nasze cierpienie stanowi rezultat trzech trucizn: pożądania-przywiązania, nienawiści-awersji i ślepoty (= niewiedzy). Te trzy trucizny same w sobie stanowią produkt utożsamienia się z 'ja'. Cz{o}d, odcięcie, odnosi się do faktu całkowitego odcięcia, u korzenia, tego utożsamienia się, dzięki czemu związane z nim problemy zostają automatycznie wyeliminowane. Weźmy jako przykład zatrute drzewo. Aby się go pozbyć, można pozbawić je liści i owoców albo obciąć gałęzie, ale najprawdopodobniej gałęzie, liście i owoce pojawią się w następnym roku. Jeśli jednak wyrwie się je z korzeniami, można mieć pewność, że na nowo nie wyrośnie. Cz{o}d opiera się na tej samej zasadzie: odcina korzeń wszystkich naszych problemów.

### Praktyka zainspirowana Pradžniaparamitą

Cz{o}d należy do drugiego cyklu nauk Buddy o braku cech charakterystycznych. W tym cyklu Budda znacznie rozwinął pojęcie śunjaty (= pustki), ukazując, że można do niego podejść na osiemnaście różnych sposobów: zewnętrznej śunjaty, wewnętrznej śunjaty, zarówno zewnętrznej jak i wewnętrznej śunjaty, śunjaty śunjaty itd. Nauki te zostały zapisane w sutrach Pradžniaparamity, które istnieją w krótszych i dłuższych wersjach:

- Pradžniaparamita w 100.000 wersów wypełnia dwanaście tomów w kanonie tybetańskim
- Pradžniaparamita w 20.000 wersów wypełnia cztery tomy

- Pradžniaparamita w 8.000 wersów wypełnia jeden tom.

Na nauki te ponownie położyli nacisk, aby je uprzystępnąć, wielcy mistrzowie indyjscy: Nagardżuna, który nadał im formę madhjamiki oraz Asanga, autor Pięciu traktatów Maitreji.

Maczig Labdron, inicjatorka praktyki cz{o}d, posiadała dużą wprawę w tekstach Pradžniaparamity, który tworzyły istotny czynnik jej rozwoju duchowego. Z tego powodu nazywano ją Maczig Dronma, 'Tą, która urzeczywistniła mowę Buddy'.

Jeśli chodzi o indyjskiego jogina Phadampę Sandzie, to znajdował się on w posiadaniu cyklu wyjaśnień na temat śunjaty. Ponieważ pomiędzy Phadampą Sandzie i Maczig Labdron istniały silne więzi, cykl nauk Phadampy Sandzie, śidzie i cz{o}d Maczig Labdron stały się jedną nauką. W ten sposób medytacja cz{o}d opiera się na dwóch fundamentalnych zasadach mahajany:

- śunjacie czyli urzeczywistnieniu nieobecności 'mnie', tam gdzie wierzymy, że jakieś 'ja' istnieje
- współczuciu dla wszystkich istot, które cierpią z powodu braku tej realizacji.

## Phadampa Sandzie

Pochodzący z Indii dzierzawca wiedzy (skt. vidjadhara) zwany Phadampą Sandzie (skt. Kamalaśiła) przybył któregoś dnia do górnego (= zachodniego) Tybetu. Bardziej precyzyjnie zwano go 'Vidjadharą długiego życia', czyli kimś, kto posiadał umiejętność przedłużania sobie życia. Mówi się, że kiedy przybył do Tybetu, miał 200 lat.

Phadampa Sandzie zaproponował nauki zwane śidzie, 'uspokojenie [cierpienia]'. Ich szczególną funkcją było usunięcie zewnętrznych przeszkód, fizycznego cierpienia i chorób, a także wewnętrznego zamieszania, przeszkadzających myśli i emocji. Właśnie dlatego ten system jest znany pod nazwą 'śidzie, które uspokajają wszelkie cierpienie'.

Phadampa Sandzie odwiedził Tybet za życia Milarepy. Obaj osiągnęli pełną realizację i cieszyli się wielką sławą. Gdzieś na granicy Indii z Tybetem żył również urzeczywistniony mistrz o imieniu Dharmabodhi. Stąd, w tym samym czasie, i w tym samym rejonie, żyły trzy wyjątkowe istoty: Milarepa, Phadampa Sandzie i Dharmabodhi.

## Milarepa i Dharmabodhi

Milarepa był uczniem Marpy. Otrzymał wszystkie niezbędne wyjaśnienia i inicjacje, nie musiał więc martwić się o to, jakie nauki mógłby otrzymać od innego lamy, bez względu na to, jak wielki by ten lama nie był.

Milarepa był uczniem wyjątkowego mistrza. Jednak jego uczniowie, zwłaszcza Reczungpa, dopytywali się:

- Dharmabodhi przebywa teraz niedaleko stąd. Dlaczego nie pójdziesz się z nim zobaczyć.

- Nie widzę żadnej potrzeby zwracania się do niego - odparł Milarepa - jak również nie sądzę, aby on chciał mnie o coś zapytać. Jakiż więc cel miałyby mieć moja wizyta u niego?

- Twoje urzeczywistnienie jest wielkie - mówili uczniowie. - To pewne. Czy jednak nie przemawia przez ciebie próżność?

- Nie - odparł Milarepa. - Nie mam w sobie dumy. Po prostu nie widzę, jaki pożytek miałyby przynieść ta wizyta. Jeśli jednak jest to dla was takie ważne, jestem gotowy spotkać się z Dharmabodhi.

- Idź z przodu z kilkoma uczniami - powiedział do Reczungpy - Dołączę do was po drodze.

I tak Reczungpa i inni jogini udali się w drogę. Gdy przybyli w pobliże miejsca, w którym przebywał Dharmabodhi stwierdzili, że nie ma z nimi Milarepy. Potem zobaczyli, że na niebie pojawiła się kryształowa stupa, która miękko osiadła przed nimi. To był Milarepa. Wszyscy razem poszli do Dharmabodhi, który posadził Milarepę na tronie podobnym do swojego i obaj mistrzowie wymienili swoje nauki.

Kiedy skończyli, Dharmabodhi pokłonił się przed swym sławnym gościem. Wzmocniło to ufność wszystkich w Milarepę.

## Dharmabodhi

### Phadampa Sandzie kopie Milarepę

Przy innej okazji Milarepa zgodził się spotkać z Phadampą Sandzie. Gdy Phadampa Sandzie zbliżył się do miejsca spotkania, Milarepa, który wiedział o tym dzięki swoim nadnaturalnym zdolnościom, rzekł:

- Zamierzam przekonać się, czy sławny Phadampa Sandzie naprawdę posiada przypisywane mu moce.

Milarepa przyjął postać niewielkiego krzewu znajdującego się na skraju ścieżki. Phadampa Sandzie przybył, przeszedł obok krzewu tak jakby niczego nie zauważył i poszedł dalej.

- On nie posiada żadnych mocy - powiedział Milarepa. - Nawet mnie nie poznał!

W tej samej chwili Phadampa Sandzie zawrócił, kopnął krzak i powiedział:

- Lepiej byłoby dla ciebie, Milarepo, gdybyś tutaj nie sterczał. Tak czy inaczej, nie pożyczysz długo. Twoją siłę życia ofiarowałem dakom i dakiniom. Teraz one całkowicie ją wchłaniają. Właśnie dlatego dzisiaj umrzesz.

- To prawda - powiedział Milarepa, który powrócił do swojego poprzedniego wyglądu. Wierzę, że masz rację, zamierzam dzisiaj umrzeć, ponieważ czuję

się bardzo chory.

- Ah? A jakąż jest przyczyna twojej choroby?

- Z tyłu dolega mi maha-ati (= dzogcien), z przodu, moja pierś jest dotknięta przez mahamudrę, a w środku czuję, że szarpie mnie madhjamika. Jest więc pewne, że wkrótce umrę. Moja śmierć będzie następująca. Ego umrze w mądrości nie-ego, emocje umrą w pierwotnej świadomości, a myśli umrą w śunjacie.

Potem Milarepa dodał:

- Wierzę, że jesteś prawdziwie urzeczywistniony. Przybyłeś z Indii, a teraz mieszkasz w moim kraju. Pozwól, że ugoszczę cię posiłkiem.

- Będę szczęśliwy mogąc być twoim gościem - odparł Phadampa Sandzie.

Indyjski jogin powielił się w siedmiu emanacjach i siedmiu Phadampów Sandzie zasiadło na siedmiu koniuszkach trawy.

Milarepa przygotował posiłek. Odciął sobie głowę, wziął ją do ręki, a mózg przekształcił we wspaniałą nektar. W palenisku w swoim pępku wykrzesał ogień tummo, aby podgrzać cenne jedzenie. Kiedy skończył, sprawił, że na koniuszkach siedmiu traw pojawiło się siedmiu Milarepów. Siedmiu Phadampów Sandzie i siedmiu Milarepów jadło wspólnie posiłek, improwizując święte pieśni, jedna po drugiej. Potem rozstali się, czując wielką radość z tego spotkania.

Phadampa Sandzie pozostał w Tybecie przez sto lub dwieście lat. Potem wyruszył do Chin, gdzie utrzymuje się, że nadal przebywa na szczycie góry Riwo Tsenga, 'Góry pięciu szczytów'. Ci, którzy posiadają wystarczającą ilość zasługi i uprzywilejowane związki karmiczne, mogą się z nim spotkać jeszcze dziś.

## Phadampa Sandzie i chiński mistrz

Kiedy Phadampa Sandzie mieszkał w Tybecie, miał inne sławne spotkanie, tym razem z mistrzem cz'an Mahajaną, który przybył z Chin i nie nauczał niczego oprócz śunjaty.

- Wszystko jest śunjata - stwierdził - wskutek czego unikanie negatywnych, czy wykonywanie pozytywnych czynów, jest bezużyteczne, wystarczy bowiem spoczywać w śunjacie.

Wielu Tybetańczyków wykazywało zainteresowanie ścieżką, która wydawała się tak łatwa. Wskutek tego buddyzm przejęty z Indii został zagrożony przez tą nową tendencję z Chin. Ci, którzy byli związani z czystym buddyzmem, poczuli zaniepokojenie. Usłyszawszy o obecności Phadampy Sandzie w Tybecie, poprosili go o odparcie błędnych poglądów chińskiego mistrza.

- Jeżeli ten mistrz jest inteligentny - odparł Phadampa Sandzie - to dysputa może przynieść pożytek, a jeśli jest głupi, nasza konfrontacja okaże się jałowa.

Inni Tybetańczycy mówili, że zignorowali to, kim był ten chiński mistrz, ale wydawało im się, że jedynie Phadampa był w stanie rozwiązać problemy, na jakie napotkał buddyzm w Tybecie, ponieważ był wielkim uczonym i

zrealizowanym mistrzem. Phadampa Sandzie zgodził się więc udać tam, gdzie przebywał Mahajana.

Kiedy Mahajana podszedł, aby go powitać, Phadampa Sandzie uniósł kij, zrobił nim ponad swoją głową trzy koła, potem trzy koła po prawej i trzy po lewej stronie, a następnie pewną ilość ruchów. Gdy to robił, nie wypowiedział nawet słowa, a potem spytał:

- Czym jest śunjata? Czym jest prawda względna? Czym jest prawda ostateczna?

Mistrz cz'an zrozumiał przesłanie i udzielił odpowiedzi.

Phadampa Sandzie wiedział, że znalazł osobę, która zasługuje na uwagę.

Obaj mistrzowie postanowili zorganizować publiczną dysputę. Zaproszono na nią najślawniejszych uczonych i wszystkie autorytety z filozofii buddyjskiej, jakie przebywały w tym rejonie. Ustanowiono nagrodę dla zwycięzcy. Pokonany miał wrócić do kraju swego pochodzenia: Mahajana do Chin a Phadampa Sandzie do Indii.

Zaczęła się dysputa, długa i subtelna. W końcu zwycięstwo odniósł Phadampa Sandzie, a mistrz cz'anu musiał wrócić do Chin. Zwycięzca jednak złożył hołd swemu adwersarzowi.

- Kiedy inteligentny człowiek wchodzi na błędną ścieżkę, może zrozumieć swój błąd, jeśli go rozpoznał, i w ten sposób porzucić błąd. Ale głupi oponent pozostanie głuchy na wszelkie próby wyjaśnień i będzie nadal szedł swoją błędną ścieżką.

Buddyzm tybetański czuje ogromną wdzięczność dla Phadampy Sandzie, który na nowo ugruntował prawidłowy pogląd i pozwolił doskonale czystej Dharmie ponownie rozkwitnąć w Tybecie.

Ponieważ chiński mistrz Mahajana był prawdziwym uczonym - kimś, kto szczerze poszukuje prawdy - przyznał, że popełnił błąd. Natomiast osoba nieinteligentna nigdy nie kwestionuje swoich opinii. Ta osoba zawsze wierzy, że to co myśli, jest skończoną prawdą i zamyka się w tej idei.

## Sakja Pandita

### Sakja Pandita i dwóch ignoranckich mnichów

Oto tybetańska opowieść, która ilustruje różnice pomiędzy otwartą inteligencją i głupotą.

Dwaj mnisi przybyli, aby spotkać się z wielkim uczonym Sakja Panditą.

- Czy dobrze znacie teksty, które studiowaliście? - spytał Sakja Pandita.

- O tak, dokonale je sobie przyswoiliśmy - odparli obaj mnisi.

- Czy możecie powiedzieć mi, jakie działania należy porzucić (pang-dzia), a jakie należy sobie koniecznie przyswoić (lang-dzia)?

Spodziewał się, że udzieli mu nieskomplikowanej odpowiedzi, czyli powiedzą, które działania są negatywne, a które pozytywne.

Jednak obie tępe głowy uznały, że pytał ich o nazwy ptaków i dumnie odparli, że pang-dzia to jeden gatunek ptaka a lang-dzia drugi. Jak eksperci zaczęli omawiać zwyczaje tych ptaków. Według nich, pang-dzia żył na równinach, a lang-dzia w górach.

Sakja Pandita, nie wiedząc, czy dwaj mnisi nie zrozumieli jego pytania, czy może drażnili się z nim, albo byli całkowicie głupi, ponownie zadał im proste pytanie:

- Co to jest osiemnaście piekieł?

- Zobaczmy - powiedzieli - mamy osiem gorących i osiem zimnych piekieł, co razem daje szesnaście.

Opuścili dwa z nich. [Piekieło sąsiadujące i piekieło czasowego pobytu] Nie byli w stanie pomyśleć o odpowiedzi, kiedy nieoczekiwanie w ich pamięci pojawiły się dwa słowa, które bez namysłu wypalili:

- Mamy również sza-nak i sza-mar!

Sza-nak ('czarna korona') i sza-mar ('czerwona korona') to w rzeczywistości dwa wyrazy określające Karmapę i Situ Rinpocze, dwóch najsławniejszych lamów kagju w tym czasie.

Sakja Pandita był tak zasmucony ignorancją i głupotą obu mnichów, że zaczął płakać. A dwaj tępaczy pomyśleli sobie: "Biedaczek, nie uczył się w młodości tak jak my, to teraz płacze z powodu swej niewiedzy!"

## MACZIG LABDRON

### Wyjątkowe dary

W tym samym czasie, w regionie Lab, na skraju prowincji Kham, żyła młoda dziewczyna, która posiadała wszystkie najlepsze właściwości. Była piękna, posiadała wyjątkowo przyjemny głos i wielką inteligencję. Podstawy duchowego treningu otrzymała od mistrza Nguszecziena, uważanego za pierwszego tertona Tybetu. Potem została uczennicą Phadampy Sandzie, do którego poczuła wielką ufność, gdy tylko o nim usłyszała, jeszcze zanim osobiście go spotkała.

Ta młoda dziewczyna posiadała wyjątkową umiejętność szybkiego czytania. W Tybecie zwykle mnisi lub lamowie czytali głośno Kandzur, tybetański przekład kanonu buddyjskiego. Dla wielu żebrzących joginów był to sposób zarabiania pieniędzy. W Kandzurze znajduje się dwanaście tomów Pradžniaparamity w 100.000 wersów. Są to najbardziej rozbudowane wyjaśnienia drugiego cyklu nauk buddyjskich odnośnie braku cech charakterystycznych. Młoda dziewczyna z Lab potrafiła przeczytać dwanaście

tomów w ciągu jednego dnia, co zwykłemu czytelnikowi zajmowało piętnaście dni. Była nie tylko ekspertem w technice czytania, ale również dotarła do głębszego znaczenia tego, co przeczytała, przyswajając sobie subtelne pojęcia, w tym np. osiemnaście rodzajów śunjaty. Tę młodą dziewczynę nazwano Dronma, 'Płonąca'. Ponieważ urodziła się w regionie Lab, zwano ją Maczig Labdron, 'Wyjątkową matką, pochodnią z Lab'.

## Maczig Labdron i Th{o}pa Bhadra

Któregoś dnia, gdy zaproszono ją do czytania Pradžniaparamity, spotkała urzeczywistnionego jogina Th{o}pa Bhradę, który również praktykował tego rodzaju czytanie. Związali się z sobą i zaczęli żyć jak zwykła para. Niektórzy ludzie czuli się zgorzeleni: "Wydaje się, że ten mężczyzna i ta kobieta są wielkimi mistrzami, a jednak żyją jak zwykli śmiertelnicy!" Jednak któregoś dnia ktoś ujrzał w domu pary ogromne światło. Ta osoba zajrzała do środka i ujrzała coś, co wyglądało jak zjednoczenie słońca i księżyca. To słońce i ten księżyc to byli Maczig i Th{o}pa Bhadra.

Mieli kilkoro dzieci. Wychowywał je Th{o}pa Bhadra, a Maczig Labdron podróżowała. Szczególnie znani byli ich dwaj synowie: Gjelwa Samdrup i Th{o}njen Samdrup oraz córka Dordże Dolma. Wszyscy troje osiągnęli urzeczywistnienie.

Wielka erudycja Maczig, jej wyjątkowe talenty i ogromna inteligencja sprawiły, że sława jej reputacji szybko rozeszła się po Tybecie i Indii. Kiedy spotkała Phadampę Sandzie, otrzymała od niego pełen cykl nauk linii śidzie, z którego wywodzi się praktyka cz{o}d.

## Szybkie czytanie

Pewnego dnia paru indyjskich uczonych zaproponowało Maczig udział w zawodach szybkiego czytania. Zgodziła się, chociaż nie mogła się w tym dopatrzeć żadnego pożytku. Drukowane teksty tybetańskie składają się z oddzielnych kart, które na ogół zawierają po sześć linii każda. Zwykła istota potrafi czytać za każdym razem jedną linię, a Maczig czytała sześć linii jednocześnie! Bez trudu zwyciężyła w zawodach i z tej okazji opowiedziała o swoich poprzednich żywotach.

## Pamięć poprzednich żywotów

Ujawniła, że była joginem w Indii, i że pozostałości jej ciała znajdują się w pewnej jaskini. Wśród indyjskich joginów znajdują się tacy, którzy posiadają rozmaite moce i potrafią przejść sto mil dziennie. Jeden z nich wyruszył wraz z Phadampą Sandzie do Indii i szybko zweryfikował słowa Maczig. Zgodnie ze wskazówkami, jakie podała, obaj odkryli ślady jej poprzedniego życia. Zrozumieli wówczas, że Maczig jest faktycznie w pełni

zrealizowaną istotą i całkowicie jej odtąd ufali. Sława Maczig ponownie wzrosła.

### Nawrócenie złego syna

Jedno z dzieci Maczig, syn, postępował niewłaściwą drogą. Kradł, przestawał z bandytami, zabijał zwierzęta i nie chciał słuchać ojca ani matki. W pobliżu żył pewien ngakpa, jogin, który - podobnie jak indyjscy sadhu - nosił długie włosy. Posiadał moc rzucania uroków. Był właścicielem wołu, i codziennie wychodził daleko do domu, aby zaczerpnąć wody ze źródła. Któregoś dnia, zły syn Maczig udał się do domu jogina, okradł go i zabił wołu. Kiedy zdał sobie sprawę z tego, kim była jego ofiara, wpadł w przerażenie. "On użyje swojej magii przeciwko mnie. Z całą pewnością mnie zabije", pomyślał. Pobiegnął do Maczig i zaczął ją błagać:

- Matko, okradłem ngakpę. Zabiłem jego wołu, a on z pewnością weźmie na mnie odwet! Musisz mnie ochronić, matko!
- Nie bój się, pomogę ci - zapewniła go Maczig. - Aby moja ochrona była skuteczna, musisz praktykować Dharma, w przeciwnym razie nie będę mogła niczego dla ciebie zrobić.
- Zrobię wszystko, czego sobie życzysz, matko, będę praktykował.

Wówczas Maczig udzieliła mu niezbędnych inicjacji i wyjaśnień, umieściła go w jaskini i z pomocą magii zapieczętowała wejście do niej. W jaskini młody człowiek przez wiele lat poświęcił się praktyce cz{o}d, medytując bez rozproszenia. Jego jedynym ogniwem ze światem zewnętrznym był promień światła, przesączający się do jaskini przez niewielki otwór, po którym ześlizgiwało się umieszczane przez dakinie jedzenie i picie. Po kilku latach praktyki syn Maczig również osiągnął realizację.

## FUNKCJA I ASPEKTY PRAKTYKI

### Lęk jest pusty

Praktyka cz{o}d prowadzi do realizacji śunjaty i współczucia. Zarazem jest szczególnie pomocna w pozbyciu się lęku i pojęć materialnej czystości i nieczystości. Kiedy na przykład z powodu niebezpieczeństwa pojawia się lęk, uczymy się myśleć: "Kto czuje lęk? Umysł. Poza umysłem nie ma niczego, co mogłoby go odczuwać. Ponieważ umysł jest pusty, lęk jest również pusty". Nie ma niczego, czego można by się bać. Aby sprawić, żeby trening stał się bardziej skuteczny, Maczig poszukiwała najbardziej przerażających miejsc do praktykowania cz{o}d: nawiedzianych przez demony, niezaludnionych i budzących odrazę, np. pól kremacyjnych pełnych trupów. Sama Maczig nawiedziła 108 tych miejsc, i jej urzeczywistnienie znacznie wzrosło.

## Sandzie Njentsha i waląca się jaskinia

Praktykę czod Maczig głównie przekazała swoim osiemnastu wielkim uczniom. Jednym z nich był Karmapa Rangdziung Dordze z linii kagju. W linii szangpa kagju przekaz ten otrzymał Bepol Naldzior, 'ukryty jogin', zwany również Sandzie Njentsha.

Aby praktykować czod, często udawał się na przerażające miejsca, których funkcję dopiero co wspomniano.

Pewnego dnia, kiedy spał w jaskini, zbudził go mały kawałek ziemi, który spadł mu na twarz. Popatrzył do góry i zauważył, że w skale ponad nim zaczął się proces rozpadu. W pierwszym odruchu chciał pobiec do wyjścia. Jednak w chwili, w której wychodził z jaskini, przypomniał sobie, że podczas praktyki czod uczył się jak przezwyciężyć lęk. Wbiegł z powrotem do środka, położył się pod niebezpiecznym blokiem skalnym i pozostał tam przez trzy dni, praktykując czod i medytując na śunjać. Pod koniec trzech dni opuścił jaskinię wolny od lęku. Gdy tylko przekroczył próg, blok skalny się zawalił.

## Lek na szaleństwo

Czod jest głęboką praktyką umożliwiającą szybkie osiągnięcie stanu buddy, jeżeli praktykuje się ją w sposób doskonały. Przynosi szczególnieżytytek istotom schwytanym przez lęk, ból, chorobę lub dotkniętym przez obłąd. Wyobraźmy sobie osobę, która znajduje się pod wpływem neurozy, sprawiającej, że nie jest w stanie pozostać w jednym miejscu i niespokojnie przemieszcza się tu i ówdzie. Wybitny praktykujący czod posiada moc zakończenia tego pragnienia ucieczki.

Medycyna tybetańska wymienia 404 rodzaje chorób, a wśród nich 101 spowodowanych przez złe duchy. Najskuteczniejszą metodą ich wyleczenia jest praktyka czod.

## Istota praktyki

Pięć wierszy rytuału pozwoli nam zrozumieć istotną funkcję tej praktyki. Pierwszy z tych wierszy mówi: "Obdarz mnie swoją inspiracją (łaską), abym mógł uniknąć angażowania się w aktywności iluzorycznego świata". W istocie, czod pozwala nam rozpoznać, że wszystkie zewnętrzne obiekty są tylko iluzorycznymi zjawiskami. Dzięki temu rozpoznaniu nie przywiązujemy się do nich.

Po drugie, mówi on: "Obdarz mnie swoją inspiracją, abym mógł pozbyć się przywiązania do tego iluzorycznego ciała, składającego się z czterech elementów". Potężne metody, nauczane przez Maczig Labdron, prowadzą do uwolnienia się od przywiązania do ciała i zaniechania myślenia w kategoriach "Jestem tym ciałem".

Tekst powiada dalej: "Obdarz mnie zaproszeniem do jednego smaku przeciwnych zjawisk, chorób, złych duchów i przeszkód". Praktyka pozwala nam uniknąć przeciwnych okoliczności, pozbyć się lęków, niebezpieczeństw, chorób i cierpienia poprzez przebywanie w ich istocie.

Czwarty wiersz stwierdza: "Obdarz mnie swoją inspiracją, abym mógł rozpoznać moje własne oblicze w manifestacji, będącej jedynie przejawem umysłu". Cz{0}d jest skutecznym sposobem pozwalającym na wyzwolenie się wszystkich zjawisk, co oznacza, że zostały one rozpoznane jako wytwory umysłu. Umysł sam w sobie widzi się jako pusty, a wszystkie zjawiska wyzwalają się w śunjacie.

W końcu, mówi się: "Obym osiągnął wolność trzech ciał, samowiedzę, która istnieje w sobie i z siebie". Dzięki tej praktyce możemy osiągnąć wewnętrzną wolność, doskonale opanować nasz umysł, rozpoznany ostatecznie jako trzy ciała buddy: ich śunjata jest ciałem absolutnym (dharmakaja), ich przejrzystość jest ciałem doskonałego doświadczenia (sambhogakaja), a zjednoczenie obu jest ciałem emanacji (nirmanakaja).

Przyjrzyjmy się teraz kilku punktom, które są specyficzne dla rytuału cz{0}d i nadają mu cechy charakterystyczne.

## Ofiarowanie mandali

Wiele praktyk zawiera to, co nosi nazwę 'ofiarowania mandali'. [Praktykujący] wyobraża sobie, że buddom i bóstwom ofiarowuje górę wszechświata otoczoną przez cztery kontynenty, pierścień żelaznych gór itd. Ofiarowanie mandali w cz{0}d nie jest zwykłą ofiarą wszechświata jako takiego, lecz praktykujący ofiarowuje swoje ciało jako mandalę. Każdą część wizualizuje się jako posiadającą odpowiednik w danej części wszechświata. Pierś symbolizuje górę, głowa odpowiada różnym światom bogów, oczy słońcu i księżycowi, cztery kończyny czterem kontynentom itd. W ten sposób samo ciało staje się mandalą wszechświata. Pojęcia 'moje' i 'mnie' są głęboko zakorzenione w nas i obejmują trzy aspekty: po pierwsze 'ja' i 'mnie', po drugie 'moje' ciało, a po trzecie 'mój' interes, 'moja' własność, 'mój' dom itd. Spośród tych trzech obiektów, pierwszy jest najbardziej wymagający, ciało jest na drugim miejscu pod względem znaczenia, a to co posiadamy, na trzecim. Jednym ze sposobów rozwiązania tych fiksacji podczas gromadzenia zasługi i oczyszczania się, jest praktyka ofiarowania mandali. Ogólnie, praktyka ta koncentruje się na świecie zewnętrznym i na trzecim aspekcie. W wyobraźni ofiarujemy wszechświat, wszystko co zawiera, i wszystko co do nas należy. Jednak w cz{0}d ofiarujemy nasze własne ciało, umieszczając się na bardziej wymagającym poziomie odcięcia naszego przywiązania.

## Phowa

Praktyka phowy, wyrzucenia świadomości, wykonywana w kontekście cz{o}d, posiada również swoje cechy charakterystyczne. Phowa występuje w trzech wariantach: zewnętrznym z symbolami i podparciem; wewnętrznym z symbolami i bez podparcia; oraz tajemnym, bez symboli czy podparcia.

Ego utożsamia się z ciałem; to przeświadczenie jest głęboko w nas zakorzenione. Aby się go pozbyć, w cz{o}d zawiera się praktyka phowy, podczas której umysł i ciało widzi się jako odrębne.

Praktukując phowę, medytujący wizualizuje, że 'ja', zwykła świadomość, zostaje wysłana do nieba i łączy się z súnjatą przestrzeni. Medytujący pozostaje wówczas w stanie, w którym umysł jest wszechprzenikający jak przestrzeń, poznanie jest wszechobecne jak umysł, a dharmakaja jest wszechobecna jako poznanie. Mówi się, że ta phowa zwana 'otwarcie bram nieba' jest sto razy wyższa od zwykłej phowy.

## Ofiary

W każdym rytuale ofiarowuje się Trzem Klejnotom wodę, kwiaty i kadzidło. [Praktykujący] wyobraża sobie, że te ofiary są niezliczone. W cz{o}d dokonuje się ich zgodnie z pewną procedurą. Na ofiarę składają je bogowie i demony wywodzący się z różnych organów zmysłów. Bogowie i boginie emanują z oczu i ofiarowują formy; [emanują] z uszu i ofiarowują dźwięki; z nosa [emanują] te, które ofiarowują perfumy itd.

Mówiąc ogólnie, rytuały obejmują ofiarowanie tormy. W cz{o}d jako tormę ofiarowujemy nasze ciało i krew. Różnice polegają na tym, iż myślimy, że wszechświat jest zbiornikiem zawierającym tormę i że istoty, które go zamieszkują, są tormą. Inna możliwość w cz{o}d polega na wizualizowaniu skóry jako zbiornika, a ciała i krwi jako tormy. W końcu możliwe jest uznać, że - w oparciu o zewnętrzne zjawiska - ofiarowuje się jako tormę nasze zdolności myślenia.

Kiedy mamy do czynienia z demonami lub szkodliwymi duchami, składamy im nawet więcej specjalnych ofiar. Dajemy im miłość, współczucie, nasze ciało i naszą krew.

## Cztery rodzaje gości

Pośród różnych rodzajów ofiar składanych podczas rytuału, główne, które po wyprowadzeniu umysłu za pośrednictwem praktyki phowa, wykorzystują ciało w różnych formach, noszą nazwę 'białej uczyty' i 'czerwonej uczyty', i zostają sprezentowane czterem kategoriom gości:

- Gościom honoru: Trzem Klejnotom, buddom, bodhisattwom i lamom. Ofiarowujemy im nasze ciało przekształcone w różne ofiary: zewnętrzne, wewnętrzne i tajemne.
- Gościom zdolności: strażnikom Dharmy jak również bogom i duchom. Chociaż

nie są wyzwoleni, skierowali się ku Dharmie, ożywieni motywacją przynoszenia pożytku istotom po przyjęciu zobowiązań u Buddy Śakjamuniego, Padmasambhawy lub Maczig Labdron. Myślimy wówczas, że nasze ciało zostaje przekształcone we wszystko, co przynosi im pożytek.

- Gościom współczucia: istotom sześciu światów [samsary]. Wszystkie one były naszymi ojcami i matkami. Dlatego jesteśmy im winni wdzięczność. Okazujemy ją myśląc, że nasze ciało staje się wszystkim tym, czego mogą sobie życzyć.

- Gościom, którym jesteśmy coś winni, czyli duchom szukającym sposobu, aby nam zaszkodzić. Czynią tak z powodu karmicznych długów, które zaciągnęliśmy wobec nich w poprzednich żywotach. Szkodziliśmy im, być może nawet zabijaliśmy je. Aby im to wynagrodzić, ofiarujemy im obecnie nasze ciało i krew, którymi się pożywiają.

Jeżeli umysł raz zostanie wyprowadzony poza ciało, ciało poprzez wizualizację zostaje przekształcone w wielką ilość ofiar, odpowiadających tym, do których są przeznaczone.

Przed wszystkim, ciało przyjmuje postać wielu przyjemnych i pięknych obiektów, które ofiarowuje się rdzennemu lamie i lamom linii. Ofiary nazywa się dziewięciorakimi, ponieważ każdy z trzech elementów osobowości lamów - ciało, mowa i umysł - obejmuje trzy stopnie ofiar: zewnętrzne, wewnętrzne i tajemne. W tej fazie medytacji ofiary w czterech postaciach - zewnętrznym, wewnętrznym, tajemnym i ostatecznym - rozciąga się na jidamy, buddów i bodhisattwów.

W drugim stadium, po przekształceniu ciała, substancje naprawy i spełnienia ofiaruje się opiekunom i strażnikom Dharmy.

Trzecie stadium jest nakierowane na sześć klas istot. Pojawiają się dary w postaci pięknych rzeczy do widzenia, przyjemnych dźwięków do słyszenia, smakowitych potraw do jedzenia, subtelných zapachów itd.

W końcu ofiary kieruje się do czwartej kategorii istot, wobec których zaciągnęliśmy dług karmiczny.[ Nie chodzi tu o ludzi, lecz różne kategorie duchów] W niezliczonych przeszłych żywotach popełnialiśmy czyny, które powodowały cierpienie innych. Zabijaliśmy ich lub zadawaliśmy im cierpienie. Zaciągnęliśmy więc wobec nich karmiczny dług. Ten dług może, na przykład, ściągnąć na nas chorobę. W tej serii ofiar, które wizualizujemy, składamy je naszym ciałem, krwią, kośćciami oraz wszelkimi innymi częściami naszego ciała, aby ich zadowolić.

## CIĄGŁOŚĆ PRAKTYKI

### Dawanie naszego ciała

Mówiąc ogólnie, kiedy praktykujący Dhamę żeruje na lęku, udręce bądź niebezpieczeństwie, remedium jest modlitwa do Trzech Klejnotów. Ale praktykujący cz{0}d uzna, że te nieprzyjemne doświadczenia stanowią

produkt szkodliwych duchów i pomyśli: "Te istoty, chociaż obecnie przynoszą szkodę, były w przeszłości moimi ojcami i matkami. Obdarzały mnie wielką dobrocią. Jeśli obecnie chcą się żywić na moim ciele, z radością złożę je na ofiarę". Zwracając się do nich, praktykujący myśli: To ciało jest moje, zróbcie z nim to, co da wam przyjemność. O wiele przyjemniej jest mi ofiarować je tobie niż zatrzymać je dla siebie.

### Całkowita akceptacja

W perspektywie cz{o}d chorobę można zintegrować z praktyką. Kiedy choroba powstaje, to zamiast pragnąć ją odrzucić, myślimy: "To dobrze. Obym dzięki tej chorobie przyjął na siebie wszystkie choroby i całe cierpienie wszystkich istot!" Jednocześnie uważamy, że tę chorobę mogli wywołać nasi karmiczni wierzyciele. Bez względu na to, czy to oni ją wywołali, podtrzymują i w związku z tym mogą doprowadzić do końca, czy nie, mówimy do nich: "Chodźcie! Zapraszam was! Jeśli mam chorować, niech choruję. Jeśli mam umrzeć, niech umrę!" Cokolwiek się zdarzy, wszystko postrzega się poza zjawiskami w śunjacie danej sytuacji. Mówiąc ogólnie, kiedy jesteśmy chorzy, szukamy natychmiastowego uleczenia przez lekarza, terapię albo nawet rytuały. Podejście cz{o}d jest całkowicie odmienne. W pełni akceptujemy chorobę i śmierć. Ciało zostaje zintegrowane w pojęciu śunjaty i nie stanowi dłużej obiektu, o który należałoby się martwić. Zostaje po prostu ofiarowane tym, którzy pragną zobaczyć chore ciało.

### Nie zapominanie o tym co istotne

Mówi się, że jeśli otrzymało się inicjację i wyjaśnienia do cz{o}d, dobrze zrozumiało znaczenie praktyki i skutecznie ją wykonywało, to wówczas można przyjąć dowolny typ postępowania. Nawet jeśli ktoś zachowuje się w dziwny sposób lub jest uważany za obłąkanego, nie ma to znaczenia. Istotną częścią praktyki cz{o}d jest zrozumienie ostatecznej natury umysłu i rozpoznanie jej śunjaty. Jednocześnie rozwija się wielkie współczucie dla wszystkich istot, wiedząc, że cierpią, ponieważ wciąż nie znają natury umysłu. Cz{o}d obejmuje zarówno ostateczny aspekt, realizację natury umysłu, jak i aspekt względny, praktykę współczucia. Praktyka cz{o}d umożliwia rozwinięcie obu tych aspektów, które stanowią podstawę Dharmy. Do tego przyczyniają się, na przykład: ofiara dla Trzech Klejnotów z naszego ciała jako mandali oraz inne wizualizacje tego samego rodzaju.

Maczig Labdron powiedziała, że nagromadzenie zasługi praktykującego cz{o}d przewyższa sto nagromadzeń zwykłej zasługi. Praktyka czerwonej i białej uczy przewyższa sto innych praktyk; przerażające miejsce przewyższa sto pustelni, a bogowie i demony, którzy są naszymi karmicznymi wierzycielami, przewyższają sto razy [zwykłych] dobroczyńców.

## Pytania słuchaczy i odpowiedzi Kalu Rinpocze

Pytanie: Dlaczego dzisiaj nie widuje się już cudów?

Odpowiedź Kalu Rinpocze: Czyżbyś nie wiedział, że ostatnio latałem? [Kalu Rinpocze czyni tu żartobliwą uwagę do swojego lotu samolotem] Aby cuda mogły się urzeczywistnić, konieczne jest połączenie realizacji mistrza i ufności uczniów. Poza tym kontekstem jest to niemożliwe.

Pytanie: Czy świecka osoba może praktykować cz{o}d?

Odpowiedź Kalu Rinpocze: Oczywiście. Aby to robić, wystarczy otrzymać inicjację i mieć do niej pełne zaufanie. Jeżeli chcecie ją praktykować, musicie otrzymać wyjaśnienia od kwalifikowanego lamy. W wadźrajanie mówi się, że to co dostajemy, w znacznej mierze zależy od poglądu, jaki posiadamy na temat tych rzeczy. Jeśli uważamy lamę za Buddę, [oznacza to,] że naprawdę otrzymaliśmy inspirację Buddy. Jeśli uważamy lamę za bodhisattwę, otrzymujemy inspirację bodhisattwy. Jeśli lama jest dla nas dobrą, ale zwykłą osobą, otrzymujemy inspirację zwykłej osoby. A jeśli nie mamy ufności w lamę, nie otrzymujemy niczego.

Praktyka cz{o}d zawiera w sobie linie tantr ojca pochodzące od Buddy Śakjamuniego poprzez Mańdziuśri oraz linie wiedzy, tantr matki, pochodzące od Jum Czienmo (= Wielkiej Matki) poprzez Tarę i dakinię Sukhasiddhi. W końcu cz{o}d integruje linie tantr niedualnych.

Pytanie: Czy koniecznie trzeba iść na cmentarz, aby praktykować cz{o}d? Problem polega na tym, że w Montchardon nie ma cmentarza.

Odpowiedź Kalu Rinpocze: Jeśli czujesz, że należy iść na cmentarz, to w porządku, ale to nie jest niezbędne. Cmentarz jest miejscem, na którym można znaleźć zwłoki oraz przerażające i budzące odrazę rzeczy. Milarepa powiedział, że nieustannie mamy do czynienia ze zwłokami, którymi jest nasze ciało! Jest to inny cmentarz, największy ze wszystkich, miejsce, w którym umierają wszystkie nasze myśli i emocje.

Pytanie: Czy zanim zacznie się praktykować cz{o}d, koniecznie należy wykonać praktyki wstępne?

Odpowiedź Kalu Rinpocze: Tak, niezbędne jest wykonanie wpiętych praktyk wstępnych. Przed praktyką cz{o}d wykonuje się również osobne praktyki wstępne. Można je znaleźć we wszystkich szkołach buddyjskich - sakjapie, ningmapie i gelugpie - ale są one jeszcze bliżej związane ze szkołą kagju. Właśnie dlatego, jeśli spełni się praktyki wstępne w szkole kagju, nie ma potrzeby wykonywać osobnych praktyk wstępnych do cz{o}d.

Pytanie: Czy ta praktyka może być niebezpieczna, jeśli praktykujący nie posiada odpowiednich kwalifikacji?

Odpowiedź Kalu Rinpocze: Jeśli posiada się wystarczające zrozumienie śunjaty i współczucia, nie ma żadnego niebezpieczeństwa. Wtedy można przekształcić nawet to, co nazywamy przeciwstawnymi przyczynami: demony, przeszkody, lęki i wszelkie negatywności.

Maczig Labdron powiedziała: "Jeśli posiadasz wroga i postanowisz użyć noża, aby go zniszczyć, to być może ci się to uda. Ale jest też możliwe, że to wróg pozbędzie się ciebie. A kiedy zaprzyjaźnisz się z wrogiem, twój wróg zniknie". Podobnie, jeśli jesteś chory i chcesz powrócić do zdrowia, ale nie jesteś pewien, czy ci się powiedzie, rezultat jest niepewny.

Jeżeli myślisz, że ta choroba jest czymś dobrym, już jesteś zdrowy, ponieważ nie musisz niczego odrzucać.

### Serce ofiarowane demonowi

Pewnego dnia praktykującemu cz{o}d pojawił się przerażający demon z nożem. Demon wbił noż w pierś praktykującego i wyciągnął serce. Wciąż żywy, praktykujący najpierw czuł przerażenie. "Niestety, umieram!" Potem pomyślał: "Teraz praktykuję cz{o}d. Nie mam więc powodu do obaw. Ta demoniczna istota była w poprzednim życiu moim ojcem lub matką. Dzisiaj zabrała mi serce. To wspaniale! Lepiej więc będzie, jeśli umrę!" Po dwudziestu minutach demon wrócił i z powrotem włożył serce do piersi.  
- Nie potrzebuję go - powiedział jogin. - Możesz je sobie zatrzymać.

### Praktykujący sterroryzowany przez damaru

Pomimo tego pewien nawyk praktyki jest niezbędny, zanim znajdziemy się w delikatnej sytuacji. Jednym z przykładów jest praktykujący o średnich zdolnościach, który pewnego dnia postanowił zacząć praktykę cz{o}d na cmentarzu. Dopóki było jasno, wszystko wydawało się być w porządku, ale kiedy zapadł zmrok, nie czuł się już dłużej pewny siebie. Niemniej jednak zaczął dąć w swój kangling (= trąbkę z kości udowej) i grać na damaru. Nagle kulka z bębienka uderzyła go w policzek. Wierząc, że znalazł się w obecności demona, wpadł w popłoch, porzucił wszystko i uciekł co sił w nogach!

### Święta sylaba

W Stu tysiącach pieśni Milarepy można znaleźć cenne wyjaśnienia tego rytuału, ponieważ Milarepa udzielił szczegółowych odpowiedzi pewnej kobiecie, która zadała mu wiele pytań dotyczących osobowości lamy instruktora, inicjacji, samej praktyki, płynących z niej pożytków itd. Milarepa udzielił również bardzo precyzyjnych wyjaśnień dotyczących znaczenia sylaby Phat, którą wielokrotnie używa się w rytuale

cz{o}d. W tym fragmencie Stu tysięcy pieśni - według Milarepy

- siła tej sylaby jest trojaka:

- z zewnętrznego punktu widzenia uwalnia ona umysł od ospałości

- z wewnętrznego punktu widzenia posiada moc powstrzymania fal myśli

- z tajemnego punktu widzenia sprawia, że umysł wyzwala się sam z siebie w swojej naturze, która jest śunjata, przejrzyistością i ciągłością inteligencji.

W tej pieśni Milarepa wyjaśnia również trzy poziomy, na których można rozumieć inicjację. Położenie bumpy (= wazy) na głowie oznacza zewnętrzną inicjację. Medytacja na nasze ciało jako ciało bóstwa oznacza wewnętrzną inicjację, a rozpoznanie istotnej natury naszego umysłu jest ostateczną lub rzeczywistą inicjacją.

Pytanie: Jaki związek istnieje pomiędzy cz{o}d a Pradžniaparamitą?

Odpowiedź Kalu Rinpocze: Ścisły związek, ponieważ cz{o}d jest oparte o zrozumienie śunjaty i współczucia. Jest to również istotny punkt całej wadžrajany. Pradžniaparamita jest ściśle związana ze zrozumieniem śunjaty.

Pytanie: Jak praktykę cz{o}d można pogodzić w praktyką jidama?

Odpowiedź Kalu Rinpocze: Dzieje się automatycznie. Kiedy podczas praktyki cz{o}d wykonujemy phowę, myślimy, że umysł opuszcza ciało i przekształca się w bóstwo Wadžrajoginię (Dordze Phamo). W ten sposób stajemy się jidamem i podczas całej praktyki jesteśmy jidamem. Co do naszego ciała, które nie jest czymś więcej niż tylko zwłokami, ofiarujemy je różnym gościom, o których wspominaliśmy.