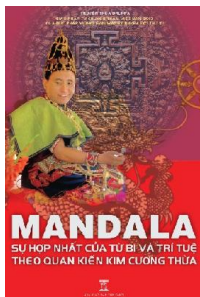


# MANDALA

## SỰ HỢP NHẤT CỦA TỬ BI VÀ TRÍ TUỆ THEO QUAN KIẾN KIM CƯƠNG THỪA



**Giáo Pháp Tử Chuyển Viếng Thăm Việt Nam 2010  
của Đức Pháp Vương Gyalwang Drukpa XII  
Nhà xuất bản Tôn Giáo 2011**

---o0o---

*Nguồn*

*<http://thuvienhoasen.org>*

*Chuyển sang ebook 07-11-2014*

*Người thực hiện :*

*Nguyễn Ngọc Thảo - [thao\\_ksd@yahoo.com.vn](mailto:thao_ksd@yahoo.com.vn)*

*Nam Thiên - [namthien@gmail.com](mailto:namthien@gmail.com)*

*[Link Audio Tại Website http://www.phapthihoi.org](http://www.phapthihoi.org)*

### Mục Lục

Giảng pháp và truyền quán đĩnh cộng đồng Phật Dược Sư , Đại thành tựu Pháp Di Đà (tại Chùa Quang Ân, Hà Nội) ngày 14, 15/3/2010

Giảng pháp và truyền quán đĩnh cộng đồng Đức Liên Hoa Sinh Padmasambhava, Trí tuệ Văn Thù tại chùa Hoàng Long, tỉnh Phú Thọ ngày 16.3.2010

Giảng pháp và truyền quán đĩnh cộng đồng Pháp tu mở đầu Ngondro, cầu nguyện quốc thái dân an tại tịnh thất Tây Thiên Phù Nghi, Thiên Ân Cổ Tự, tỉnh Vĩnh Phúc ngày 17-19.3.2010

*Bài giảng ngày 18.3.2010 tại Tịnh thất Tây Thiên*

Bài giảng Pháp tu mở đầu Ngondro ngày 19.3.2010 tại Tịnh thất Tây Thiên

Bàn tròn trực tuyến trên Vietnamnet với Đức Pháp Vương ngày 23.3.2010

Đức Phật Của Lòng Từ Bi

Chuyển hóa vô minh thành trí tuệ

Guru Yoga

Lục Tự Chân Ngôn – Sự Hợp Nhất Của Từ Bi Và Trí Tuệ

Trí Tuệ Văn Thù

Đức Pháp Vương Gyalwang Drukpa giảng pháp và truyền quán đỉnh Lục tự đại minh Quán Âm, giải thích ý nghĩa Mandala Vũ điệu Kim Cương Thừa tại Thiền Viện Vạn Hạnh, Đà Lạt 29-31.3.2010

Bồ Tát Quan Thế Âm – hợp nhất của Từ bi & Trí tuệ vũ trụ

Tara – Suối nguồn Gia trì An lạc Đại Giải thoát

---o0o---

[Giảng pháp và truyền quán đỉnh cộng đồng Phật Dược Sư , Đại thành tựu Pháp Di Đà \(tại Chùa Quang Ân, Hà Nội\) ngày 14, 15/3/2010](#)

*Chủ nhật ngày 14/3, Đức Pháp Vương Gyalwang Drukpa đời thứ XII đã cử hành pháp hội quán đỉnh cộng đồng Dược sư cầu nguyện quốc thái dân an tại chùa Quang Ân, xã Thanh Liệt, Thanh trì, Hà Nội.*

*Rất đông Phật tử địa phương đã đến từ sớm để chuẩn bị cung nghinh Đức Pháp Vương. Trong khi chờ đợi Ngài quang lâm, Ban tổ chức đã giới thiệu sơ lược cho đại chúng về lịch sử Truyền thừa Drukpa, về tiểu sử và công hạnh của Đức Pháp Vương Gyalwang Drukpa, lợi ích của pháp tu Dược Sư Lưu Ly Quang Vương Phật cũng như khái quát những yêu cầu cơ bản dưới góc độ nghi quỹ và góc độ tổ chức để pháp hội diễn ra viên mãn, lợi ích nhất cho những người có phúc duyên tham dự.*

*Không gian khu vực chùa Quang Ân lúc này đã được trang hoàng khác hẳn ngày thường với dãy đèn lồng treo dài quanh khu vực lễ đài và sảnh vào chính điện tỏa*

*ánh sáng màu xanh dương và đỏ như sắc thân của Đức Phật Nguyên thủy Kim Cương Tổng Trì, Đức Phật Dược Sư và Đức Di Đà. Trước Pháp tòa dát vàng là những tràng hoa rực rỡ kết biểu tượng tám tướng cúng dường. Các pho tượng Phật quý giá nguyên bản bằng đồng vàng Quan Âm Thiên Thủ Thiên Nhân, Quan Âm Tứ Thủ... tranh đá quý khổ lớn và mandala bạc đã được bày đặt an vị một cách thành kính, thiêng liêng trên khán đài. Chư Đại Đức Tăng đoàn Drukpa tọa ở dưới Pháp tòa của Đức Pháp vương, dưới nữa là chư Đại đức Tăng Ni và các Phật tử Việt Nam dàn trải ra khắp ba khu vực trục chính của chùa Quang Âm.*

*Đúng 10h12 phút, Đức Pháp Vương quang lâm chùa Quang Âm trong tiếng hòa âm dẫn chào của dàn nhạc khí Kim Cương Thừa mạnh mẽ hào hùng tràn đầy năng lượng giác ngộ. Khoảng 15.000 người tham dự pháp hội thành kính đỉnh lễ Ngài. Đức Pháp Vương an tọa và Sư thầy phiên dịch thay mặt cho toàn bộ Đại đức Tăng Ni và Phật tử tham dự pháp hội đọc lời thông bạch tới Đức Pháp Vương, bày tỏ lòng tri ân vô hạn của Drukpa Việt Nam đã có phúc duyên hạnh ngộ bậc Thượng sư và được tiếp đón Đức Pháp Vương trong khóa lễ quan trọng ngày hôm nay. Đáp lại, Đức Pháp Vương cũng cho biết tình cảm đặc biệt Ngài dành cho người dân và đất nước Việt Nam, đưa ra mối liên hệ giữa các sự kiện Việt Nam kỷ niệm 1000 năm Thăng Long – Hà Nội và đại lễ kỷ niệm 800 năm thành lập Truyền thừa Drukpa (tên gọi Truyền thừa theo tiếng Tạng là "Druk" cũng có nghĩa là "Thăng Long" xuất phát từ thời khắc thiêng liêng khi Đức Pháp Vương sáng lập chứng kiến chín rồng thiêng phi thiên nơi miền thánh địa Truyền thừa), qua đó minh tỏ mối thiện duyên giữa đất nước Việt Nam và Truyền thừa của Ngài.*

*Dưới đây là phần giảng pháp của Ngài trong pháp hội này:*

Năm nay là một năm rất đặc biệt kết hợp hai sự kiện quan trọng, đó là lễ kỷ niệm 800 năm Truyền thừa Drukpa, và lễ kỷ niệm 1000 năm Thăng Long Hà Nội. Hôm nay quý Phật tử có duyên lành quy tụ về đây để kỷ niệm các sự kiện trên. Thăng Long - Hà Nội có chiều dài lịch sử hơn Truyền thừa Drukpa 200 năm, đây không phải là một khoảng cách quá lớn về mặt thời gian. Giữa chúng ta có mối liên hệ gần gũi như là anh em. Do mỗi nhân duyên sâu sắc từ nhiều đời mà chúng ta lại được hạnh ngộ nhau ở đây. Hãy cùng tạo an lạc và hạnh phúc cho nhau để kết nối lại mối thâm duyên tương thân tương ái đó!

Chúng tôi luôn thấy mình có mối liên hệ mật thiết với đất nước Việt Nam, cho dù chỉ vừa qua tôi mới chính thức thiết lập lại được mối liên hệ tâm linh với các Phật tử tại nơi đây. Lời đầu tiên, tôi xin bày tỏ niềm tri ân sâu sắc của mình tới Chính phủ Việt Nam đã đồng ý và ủng hộ tôi đến Việt Nam, để chia sẻ những Giáo Pháp, thông điệp nhiệm mầu về tình thương yêu và lòng bi mẫn của đức Phật. Tôi chân thành cầu nguyện và tin tưởng rằng, đất nước và con người Việt Nam sẽ đạt đến sự phát triển trọn vẹn, không những về mặt kinh tế, chính trị, xã hội, mà còn đạt được

niềm an lạc hạnh phúc chân thật nhất của tâm linh. Hôm nay chúng tôi sẽ truyền Quán đĩnh và nghi quỹ tu trì về Đức Phật Dược Sư. Bài kệ đầu tiên là trì tụng Quy y Tam Bảo: Quy y Phật, Quy y Pháp, Quy y Tăng. Xin lưu ý quý Phật tử rằng nếu không đón nhận và thực hành ba pháp Quy y này thì chúng ta không thể tu tập trên con đường Phật Pháp.

Thứ hai là phát Bồ đề tâm: Bồ đề tâm là tâm cầu giác ngộ phát triển Từ bi và Trí tuệ.

Thứ ba là Cúng dường: Chúng ta dâng phẩm vật lên cúng dường Phật-Pháp-Tăng. Khi dâng phẩm vật cúng dường với lòng thành như vậy, chúng ta mong nguyện rằng tất cả chúng sinh được hạnh phúc và thoát khỏi khổ đau. Nguyên nhân chính khiến chúng ta ốm đau bệnh tật là do ích kỷ, chính ích kỷ là nguyên nhân tạo ra tất bệnh, nếu muốn sống mạnh khỏe, không đau yếu, chúng ta phải tìm cách loại trừ ích kỷ. Cho nên trong bài kệ này, chúng ta cầu nguyện cho tất cả mọi người, tất cả được chúng sinh hạnh phúc an vui. Đây là phương pháp làm giảm bớt ích kỷ, bám chấp vào bản ngã của mình. Chúng ta thường có thói quen cầu nguyện cho bản thân như: “Cầu mong cho con không đau ốm, cho con được hạnh phúc”. Đây chính là nguyên nhân của tất cả những bệnh tật, khổ đau. Cho nên, thay vì cầu nguyện cho bản thân, từ giây phút này trở đi, bạn hãy phát tâm rộng lớn cầu nguyện cho tất cả mọi loài, mọi người an vui hạnh phúc.

Chúng ta bắt đầu quán tưởng đức Phật Dược Sư trên đỉnh đầu, hoặc có thể quán chính bản thân mình là đức Phật Dược Sư, rồi quán tưởng mười phương Chư Phật, Bồ tát đang vây quanh. Việc quán tưởng Chư Phật, Bồ tát là cách tốt nhất để thiết lập sợi dây kết nối tâm mình với các Ngài. Sự kết nối này đem lại cho chúng ta bình an hạnh phúc. Sắc thân Đức Phật Dược Sư màu xanh dương, tượng trưng cho sức mạnh của năng lượng. Muốn có được hạnh phúc chân thật, chúng ta cần phải phát triển, trưởng dưỡng được sức mạnh của năng lượng này. Chư Phật ứng hiện thân vô số, mỗi vị Phật có một sắc thân, hình tướng khác nhau, như đức Phật A Di Đà sắc thân màu đỏ, tượng trưng cho năng lực của tình thương yêu, đức Phật Thích Ca Mâu Ni sắc thân màu vàng ròng, tượng trưng cho sự thành tựu viên mãn.

Màu xanh dương của Phật Dược Sư, như đã nói ở trên, tượng trưng cho sức mạnh. Chúng ta cần có sức mạnh. Khi có sức mạnh, chúng ta sẽ có một hệ thống miễn dịch, một loại năng lượng miễn dịch. Loại năng lượng miễn dịch này có khả năng chống lại sự yếu đuối của tâm lý và thân vật lý. Nếu tâm chúng ta không đủ mạnh thì ta luôn cảm thấy sợ hãi sự mong manh của vô thường, chúng ta rất dễ tức giận, dễ buồn chán và tuyệt vọng. Còn nếu đủ sức mạnh, tâm chúng ta sẽ giảm bớt giận dữ, buồn rầu, tuyệt vọng và tất cả các loại hạnh phúc chân thật sẽ có thể tới. Như vậy điểm trọng yếu là chúng ta phải làm cho tâm mình mạnh mẽ. Vì lý do đó, đức Phật Dược Sư có màu xanh dương, màu biểu trưng cho sức mạnh mà ít người trong

số chúng ta biết đến. Nhiều người cũng có thể hỏi rằng: Tại sao Chư Phật lại hiện thân trong rất nhiều hình tướng, tư thế, màu sắc khác nhau, hoặc khi thì hiện tướng nam, lúc thì hiện tướng nữ... Tại sao không là một Đức Phật thôi? Bởi vì mục đích chính của Chư Phật giáng thế là để mang lại hạnh phúc và sự giải thoát cho chúng sinh, nên các Ngài hiện đủ thân tướng để hợp thời hợp cơ vì lợi ích chúng sinh.

Ba chữ chủng tử OM AH HUNG là tượng trưng năng lượng giác ngộ. Chữ OM tượng trưng năng lượng giác ngộ của Thân, chữ AH tượng trưng năng lượng giác ngộ của Khẩu, chữ HUNG tượng trưng năng lượng giác ngộ của Tâm, nên chúng ta bắt đầu từ ba chữ chủng tử này, chúng ta cần năng lượng giác ngộ của Thân Khẩu Ý, trong ba năng lượng này thì năng lượng giác ngộ của Tâm là quan trọng nhất. Bởi thế chủng tử HUNG được xoay quanh bởi chuỗi thần chú của đức Phật Dược Sư: TAYATHA! OM BEKANZE BEKANZE MAHA BEKANZE RADZA SAMUDGATE SOHA. Chuỗi thần chú xoay quanh chữ HUNG thuận chiều kim đồng hồ. Chuỗi thần chú chuyển động này được bao quanh bởi ánh sáng rất nhẹ nhàng, trong suốt, cùng di chuyển vòng quanh chuỗi thần chú. Việc quán tưởng ánh sáng là quan trọng và rất cần thiết.

Bây giờ chúng ta tiếp tục quán tưởng mình trong hình tướng đức Phật Dược Sư, và quán tưởng bậc Thầy đang truyền quán đỉnh cho chúng ta chính là Phật Dược Sư. Chúng ta có thể nhắm mắt để quán tưởng thật rõ ràng. Tại sao chúng ta phải quán tưởng thân mình trong hình tướng Phật Dược Sư? Làm như vậy để chúng ta nhận ra được bản chất Phật, bản chất Như Lai Tạng nguyên thủy ở trong chính chúng ta, bản chất nguyên thủy đó chính là Phật. Phật Dược Sư, A Di Đà, Thích Ca Mâu Ni... tất cả Chư Phật nguyên thủy đều ở trong Như Lai Tạng tính. Chúng ta vốn giác ngộ, vốn là Phật, chỉ vì không nhận ra điều này, nên chúng ta cần quán tưởng mình là Phật, là đức Dược Sư. Thông qua sự quán tưởng, ta có thể chứng ngộ bản chất Phật tính sẵn có nơi chúng ta từ vô thủy tới nay, Phật tính không phải là đối tượng bên ngoài để tìm cầu hay để tạo ra. Đây chính là đức Phật nguyên thủy sẵn có của mỗi người. Bởi vậy chúng ta quán tưởng thân mình là đức Dược Sư, và cần quán tưởng bậc Thầy của mình cũng chính là Phật Dược Sư. Quán tưởng đức Kim Cương Thượng Sư đang trao truyền quán đỉnh cho chúng ta chính là đức Phật Dược Sư, bởi vì bản chất tâm của Ngài vốn là Phật từ xưa đến nay. Chúng ta không nên nhìn Ngài như một người phạm tình, mà nên tin kính tuyệt đối rằng bậc Thầy gốc của mình chính là hiện thân của mười phương Chư Phật. Đặc biệt trong quán đỉnh này, Ngài là hiện thân của đức Phật Dược Sư, đang trực tiếp trao truyền quán đỉnh cho chúng ta.

Trong Phật giáo có hai Thừa là Nguyên thủy Phật giáo và Đại Thừa Phật giáo; Đại Thừa Phật Giáo lại được chia thành hai nhánh là Kinh thừa và Mật thừa. Lý thuyết cơ bản của cả Mật thừa và Kinh thừa đều tin chắc rằng mỗi chúng sinh đều có sẵn

Phật tính hay Như Lai Tạng. Như vậy cả hai Thừa đều giống nhau về đức tin vào Phật tính, nhưng đặc biệt trong Mật thừa có những phương pháp tu tập thiện xảo, giúp hành giả dễ dàng nhận ra Phật tính của mình một cách nhanh chóng, đó chính là phương pháp quán tưởng. Trong Kinh thừa không đề cập đến phương pháp quán tưởng này. Thật ra không có sự khác biệt giữa Kinh thừa và Mật thừa, chỉ khác là Mật thừa có các phương tiện thiện xảo đặc trưng như pháp Quán đỉnh, cúng dường Hỏa tịnh, quán tưởng tự thân mình là Phật, Bồ Tát... Đây là những phương tiện giúp Hành giả nhận ra Phật tính một cách nhanh chóng. Ngày mai chúng ta sẽ bắt đầu quán đỉnh đức Phật A Di Đà cùng với khóa lễ cúng Hỏa tịnh. Mặc dù khóa lễ Hỏa tịnh không có trong chương trình, nhưng tôi thấy việc này rất cần thiết vì lợi ích của nhân dân cũng như các quỷ thần cô hồn vất vưởng xung quanh khu vực này.

Nếu không phải là Phật tử, không có sự hiểu biết chân chính về Phật tính như trên, chúng ta luôn cho rằng đức Phật ở bên ngoài, không phải là bản chất thật của mình. Chính vì cách nghĩ này mà sự chứng ngộ trở nên rất khó khăn.

Đức Phật Thích Ca đã dạy rằng: “Đức Phật chân thật không ở bên ngoài mà nơi Tâm mỗi chúng ta”. Cũng như thế, chư Thiên hay Quỷ thần không ở bên ngoài mà ngay nơi tâm chúng ta, vốn là Từ bi Trí tuệ hay chính là bản chất tâm của mình. Chúng ta thường mong cầu giác ngộ, chứng đạt Phật quả. Bạn nên biết, để chứng ngộ Phật tính, chúng ta không cần thay đổi bất cứ điều gì bên ngoài. Chứng ngộ chỉ là sự chuyển hoá tâm ở mức độ cần thiết để nhận ra được bản chất Phật của chính mình. Ngay thời điểm đó, chúng ta trở thành Phật, còn nếu cứ mãi tìm cầu Phật như một đối tượng bên ngoài thì chỉ một công luống uổng thời gian và càng xa rời bản chất Phật nơi chính mình và không bao giờ đạt được trí tuệ.

Đức Phật Thích Ca dạy rằng: Mỗi người nên phát triển Trí tuệ của chính mình, khi phát triển được Trí tuệ này, chúng ta sẽ hiểu được tất cả mọi thứ. Đó gọi là sự Toàn tri. Nếu bạn muốn biết được tâm người khác, trước tiên bạn cần phải tự biết tâm mình. Hiện giờ, chúng ta chưa đủ thiện xảo để hiểu rõ tâm mình. Không biết được cuộc sống của chính mình, nên chúng ta không thể biết tâm và cuộc sống của người khác, và điều này gọi là vô minh. Chúng ta thực sự vô minh, mặc dù hiện nay có đầy đủ cả sáu căn mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý, nhưng chúng ta vẫn không hiểu biết về cuộc sống của chính mình. Hãy thử xét lại lối sống của mình xem! Chúng ta luôn sống bằng sự ước đoán, tính toán chuyện gì sẽ và đang xảy ra, một nhân vật, sự kiện quan trọng nào đó sẽ xuất hiện vào ngày mai, nhưng thực tế chúng ta không bao giờ biết chính xác ngày mai sẽ như thế nào. Chúng ta thường sống trong sự hy vọng mong cầu, hy vọng hôm nay sẽ có thật nhiều quà, nhiều niềm vui và bất ngờ thú vị, song rốt cuộc cũng chỉ là sự suy đoán viển vông, chỉ vì không nhận ra Phật tính của mình. Nếu nhận ra Phật tính thì ta không phải sống

bằng sự suy đoán mà vẫn biết mọi chuyện một cách rõ ràng bằng trí tuệ Toàn tri. Hiện nhiên lúc đó chúng ta sẽ không còn nhiều đau khổ. Nhờ có trí tuệ Toàn tri mà nguyên nhân của đau khổ, tất cả mọi lỗi lầm bất thiện nghiệp sẽ được loại trừ. Dần dần, bạn không bao giờ còn ốm đau tật bệnh, bạn sẽ biết được nguyên nhân của bệnh tật đau khổ. Tất cả mọi bệnh tật ốm đau hay khổ đau đều bắt nguồn từ vô minh. Khi vô minh không còn thì tất cả bệnh hoạn khổ đau cũng không còn. Dần dần tất cả các khổ đau bệnh hoạn sẽ tan biến và hạnh phúc chân thật sẽ đến.

Hiện nay trên thế giới có rất nhiều bệnh tật thân thể vật lý khác nhau, có một số bệnh ngay cả khoa học không hề biết được nguyên nhân. Sự thực là tất cả chúng ta không ai muốn mình bị tật bệnh, nhưng theo quan điểm Phật giáo, chúng ta vẫn cứ ốm đau bởi vô minh và những bất thiện nghiệp tích lũy từ nhiều kiếp. Cho dù chúng ta không muốn tạo nên những nghiệp xấu đó, nhưng do năng lực của vô minh chúng ta không còn cách chọn lựa nào khác, nên chúng ta vẫn tiếp tục tích lũy bất thiện nghiệp. Tôi xin lấy ví dụ, những người làm nghề đồ tể, sát sinh chó, bò, gà, lợn... để kiếm tiền, mưu cầu hạnh phúc cho riêng mình. Nếu chúng ta có thể hỏi những con vật tội nghiệp đó rằng "chúng muốn hạnh phúc hay muốn chết", chắc chắn chúng sẽ trả lời : "Không, chúng tôi không muốn chết, chúng tôi muốn sống, muốn có hạnh phúc". Bởi vì không biết Phật Pháp, không biết đâu là nhân của đau khổ và của hạnh phúc, cho nên họ cứ sát sinh để mưu cầu hạnh phúc cho bản thân, và đó chính là vô minh. Hay ví dụ của những người lấy việc ăn thịt là niềm hạnh phúc. Họ đơn giản đi tìm sự hạnh phúc sung sướng thông qua sự khoái khẩu, nhưng đó là một phương pháp sai lầm, vì chúng ta không thể dựa vào bất thiện nghiệp mà mong cầu hạnh phúc được. Phương pháp chân thật để đạt được hạnh phúc là sự ban tặng, như mang niềm vui hạnh phúc cho người khác, hoặc phóng sinh để cứu sống các loài. Theo cách này, chúng ta sẽ đạt được hạnh phúc và trường thọ. Đây là chân hạnh phúc, cho nên điều quan trọng nhất là chúng ta cần phải nhận ra và loại bỏ nguồn gốc đau khổ hay sự vô minh.

Đức Phật Dược Sư là một bậc Giác ngộ, nghĩa là có Trí tuệ hay sự hiểu biết. Chúng ta quán tưởng mình trong hình tướng của Ngài là đang cố gắng có được Trí tuệ Từ bi như Ngài. Hãy nhìn vào tám hình ở đầu cuốn Nghi quỹ này, chúng ta thấy tay phải Ngài duỗi xuống trong tư thế Thí nguyện ấn trì giữ cây thảo dược, tay trái Ngài để ngửa cầm bình bát chứa đựng cam lồ diệu dược. Cây thảo dược tượng trưng cho việc khi chứng ngộ bản chất Phật tính, bạn sẽ không còn bất kỳ một loại thân bệnh và tâm bệnh nào cả. Bát chứa đầy cam lồ diệu dược tượng trưng cho việc khi chứng ngộ Phật tính, ta có thể đáp ứng viên mãn mọi mong cầu, ước nguyện của chúng sinh. Hai chân Ngài ngồi tư thế kết già tượng trưng cho việc khi chứng ngộ Phật tính, chúng ta sẽ không còn chịu bất kỳ khổ đau nào như những loại khổ đau mà chúng ta hiện đang phải trải nghiệm trong thế giới này. Tay phải của Ngài duỗi trên đầu gối trong thế Thí nguyện ấn, tượng trưng khi thành Phật

bạn luôn luôn liên hệ mật thiết với con người, với những chúng sinh xung quanh để giúp đỡ cứu hộ độ trì cho họ. Tay trái của Ngài đặt trong tư thế thiền định ngay giữa trung tâm của thân, tượng trưng khi thành Phật chúng ta không bao giờ còn bị phiền nhiễu bởi những trạng thái tiêu cực như tham lam, giận dữ..., và tâm của ta sẽ luôn ở trong trạng thái thiền định. Như tất cả Chư Phật, đức Dược Sư cũng an tọa trên hoa sen, tượng trưng cho việc khi thành Phật, cho dù đang ở cõi Sa bà uế trược, chúng ta cũng không bị ảnh hưởng bởi những nhiễm ô, phiền não của Sa bà. Tất cả những trang sức, hoa báu xung quanh tòa của Ngài, tượng trưng cho việc khi thành Phật, bạn sẽ luôn hân hưởng mọi điều tốt đẹp trên thế giới này, mà không bị phiền nhiễu khổ đau. Có thể giờ đây bạn cũng có vài điều tốt đẹp như tiền bạc, nhà cửa, bạn bè, gia đình..., nhưng những thứ này luôn gắn liền với khổ đau. Còn khi thành Phật, những thứ tốt đẹp lộng lẫy và huy hoàng hơn thế sẽ đến một cách nhậm vận tự nhiên mà không có khổ đau đi kèm. Bởi vậy, điều quan trọng nhất là bạn phải nhận ra được bản chất Phật tính, tức đức Phật Dược Sư, ở ngay trong chính mình.

Ngày mai là quán đỉnh Phật A Di Đà, cũng chính là bản chất Phật của mình. Chúng ta cần phải chứng ngộ bản chất đó. Phật tính của chúng ta có các khía cạnh khác nhau, như cứu chữa bệnh tật, tích lũy tài bảo, khía cạnh về năng lượng làm giảm thiểu bớt kẻ thù hay ma quỷ... Như vậy Phật Dược Sư nêu biểu khía cạnh chữa thân và tâm bệnh, còn Phật A Di Đà nêu biểu tích lũy tài bảo và năng lượng để được trường thọ. Nếu chúng ta không trường thọ mà chỉ chữa lành bệnh, thì sợ chúng ta không có đủ thời gian để thực hành Phật Pháp. Tuy vậy, Phật Dược Sư, Phật A Di Đà vốn chỉ cùng một bản chất giác ngộ, ta không nên cho rằng Phật này khác với Phật kia. Mỗi đức Phật thể hiện một khía cạnh khác nhau, một năng lực khác nhau. Đây là điều chúng ta cần hiểu rõ! Như vậy, thông qua việc thọ lãnh quán đỉnh và nghi quỹ, chúng ta cần bắt đầu phát triển sự hiểu biết Phật là gì.

---o0o---

**Giảng pháp và truyền quán đỉnh cộng đồng Đức Liên Hoa Sinh Padmasambhava, Trí tuệ Văn Thù tại chùa Hoàng Long, tỉnh Phú Thọ ngày 16.3.2010**

*Ngày 16/3 Pháp Vương và Tăng đoàn quang lâm chùa Hoàng Long tại tỉnh Phú Thọ, vùng đất tổ Hùng Vương của các triều đại vua Hùng đã lập nên đất nước Việt Nam của ngày hôm nay. Việc Pháp Vương quang lâm trụ xứ được tổ chức vào tháng lễ hội đền Hùng đánh dấu một nhân duyên của Truyền thừa Drukpa với vùng quê cha đất tổ. Pháp hội chuẩn bị cung nghinh chào đón Pháp Vương đã diễn ra rất khẩn trương và kỹ càng, mặc dù điều kiện thời tiết trong những ngày này đã có mưa rất to cùng hiện tượng sấm sét.*



Vào 9h sáng, Đức Pháp Vương và Tăng Đoàn Drukpa bắt đầu rời khách sạn Sheraton tại Hà Nội. Mưa vẫn lất phất rơi suốt chặng hành trình tựa như chư thiên đang rải hoa cúng dường cung nghênh bậc Toàn tri Tôn quý.

Sau hơn hai tiếng đồng hồ, đoàn xe của Pháp Vương tới chùa. Trước sự ngạc nhiên của chúng tôi, đã có hàng đoàn xe nối đuôi nhau xếp hàng dọc suốt hai cây số trên con đường nhỏ dẫn vào chùa. Mưa lúc này đã không còn rơi nặng hạt nữa mà chỉ lất phất bay, đường vào ngập đầy bùn đất nhưng hàng nghìn chư vị Tăng ni và Phật tử đã đến từ sáng sớm chờ được cung đón Đức Pháp Vương và Tăng đoàn.

Sau khi mọi người nghỉ ngơi và thọ trai, Pháp hội bắt đầu vào đầu giờ chiều. Mặc dù trời mưa làm nền đất của ngôi chùa đơn sơ trở nên sình lầy, song không ngăn nổi tấm lòng nhiệt thành của những người con Phật. Khoảng 10 nghìn người đứng chật kín trên bãi đất rộng phía trước khu đàn tràng được thiết lập trang nghiêm.

Đức Pháp Vương dâng tào trong sự cung kính trang nghiêm của chư vị tôn túc, đại đức tăng ni, đại diện chính quyền, nhân dân, Phật tử địa phương, và thiện hữu tri thức xa gần. Lúc này đã trời quang mây tạnh. Ngài khai đàn bằng lời cảm ơn trân trọng tới chính quyền đã tạo điều kiện để Pháp hội được tổ chức vì lợi ích của đất nước và nhân dân Việt Nam. Ngài cũng tán thán tín tâm dâng hiến chí thành của Phật tử Việt Nam. Chính nhờ thiện hạnh ấy mà có sức cảm hóa đất trời khiến điềm cát tường xuất hiện. Ngài dạy rằng nếu mưa tiếp tục rơi thì đó chỉ là điều kiện thời tiết thông thường, nhưng mưa đã ngừng ngay trước khi Pháp hội bắt đầu thì đó là điềm lành báo hiệu những điều tốt đẹp. Ngài cũng bày tỏ niềm tin sâu sắc của Ngài đối với mối Pháp duyên trân quý với đất nước Việt Nam, vùng đất tổ Vua Hùng và Truyền thừa Drukpa.

Sau đây là phần giảng pháp của Đức Pháp Vương trong pháp hội này:

Hôm nay nhờ duyên lành từ nhiều đời chúng ta lại gặp nhau ở chùa Hoàng Long này lần thứ hai, và tôi hoan hỷ thấy rằng rất nhiều Phật tử đã từng đến đây lắng nghe Giáo Pháp và nhận sự gia trì ban phước từ lần trước. Thời tiết hôm nay không thật thuận tiện vì đã có nhiều mưa, song đối với chúng tôi thì mưa lại là một sự gia trì ban phúc bí mật. Nếu mưa kéo dài suốt cả buổi lễ thì đó là cơn mưa thông thường, còn hôm nay mưa tuy rất lớn nhưng lại ngưng đúng vào lúc bắt đầu khóa lễ, chứng tỏ đây là cơn mưa gia trì ban phúc. Tuy có chút ít không thuận tiện, nhưng tất cả chúng ta nên hoan hỷ vì đã có duyên lành được tham dự một buổi lễ linh thiêng màu nhiệm như thế này.

Buổi lễ chính hôm nay là quán đĩnh gia trì về Đạo sư Liên Hoa Sinh. Ngài là bậc Thầy có vai trò rất quan trọng trong lịch sử truyền bá Mật thừa vào Tây Tạng và các vùng lân cận trên toàn bộ dãy núi Himalaya. Ngài là hoá thân chân thật của mười phương Chư Phật, Chư Bồ tát và tất cả các bậc Thầy giác ngộ khác. Vì vậy

khi chúng ta thực hành Pháp của Ngài chính là đang thực hành Pháp của tất cả Chư Phật. Bạn không thể cùng một lúc thực hành Pháp của tất cả Chư Phật. Cách duy nhất để thực hành được Giáo Pháp của Chư Phật và Bồ tát ngay cùng một lúc là thực hành Pháp tu Liên Hoa Sinh. Đây là phần dẫn nhập vào ý nghĩa pháp tu.

Do chúng ta không có nhiều thời gian, vả lại rất nhiều Phật tử đang phải đứng vì không đủ chỗ ngồi, nên tôi e rằng mình sẽ không luận giải chi tiết được về Đức Liên Hoa Sinh và Truyền thừa của Ngài. Điều cần ghi nhớ là trước hết các bạn nên hoan hỷ và trân quý vì đã được sinh ra trong thân người quý giá. Đây là một quán niệm quan trọng mà bạn phải luôn nhớ, vì chỉ trong thân người chúng ta mới có khả năng thực hành Phật Pháp, một điều vô cùng quý hiếm trên thế gian này. Để thực hành Phật pháp, chúng ta cần phải có Từ bi và Trí tuệ. Đó là những hạt giống trân bảo cần được gieo trồng, trưởng dưỡng trong tâm chúng ta. Ở đất nước Việt Nam tôi thấy rất nhiều người có tâm chí thành hướng về Phật Pháp. Điều này thực sự có nghĩa là khi được làm người Việt Nam, bạn đang có sự may mắn hơn những chúng sinh ở nơi khác. Đây cũng giống như một món trân bảo được ban xuống từ Chư Phật, chư Thiên. Chúng ta không những có tâm chí thành, có điều kiện trưởng dưỡng lòng Từ bi và Trí tuệ, mà còn có những thuận duyên khác, như sự ủng hộ của Nhà nước. Theo tôi được biết, Chính phủ Việt Nam luôn nâng đỡ và tạo điều kiện cho mọi người tự do tín ngưỡng. Bởi vậy, tôi luôn biết ơn Chính quyền các cấp đã ủng hộ chúng tôi thực hành Phật Pháp, cho phép chúng tôi chia sẻ Giáo Pháp Tôn quý của đức Phật. Đây là điều kiện thuận lợi cho tất cả chúng ta, nhằm xây dựng niềm an lạc hạnh phúc đích thực cho toàn xã hội.

Tôi tin chắc rằng những nỗ lực của Truyền thừa Drukpa, cùng với sự ủng hộ của Chính quyền, sẽ đem lại lợi ích cho dân tộc Việt Nam. Tất cả chúng ta hãy cầu nguyện được sống an lành trong sự gia trì của đức Liên Hoa Sinh, được viên mãn mọi ước nguyện của bản thân, của nhân dân Việt Nam, của loài người trên toàn thế giới và cầu nguyện cho xã hội này được trường tồn phát triển, đem lại lợi ích cho muôn dân. Đó là những gì chúng ta nên cầu nguyện, chúng ta hãy giữ tâm nguyện và động cơ này khi thực hành nghi quỹ Đạo sư Liên hoa sinh.

Bài kệ "Bảy lời cầu nguyện lên Đức Liên Hoa Sinh" là bài cầu nguyện có hiệu quả nhất để kết nối với Ngài. Việc trì tụng 7 lời cầu nguyện này 1.000 biến, 10.000, 20.000, hay 100.000 biến sẽ chắc chắn xua tan mọi thứ bệnh tật, tai ương, chướng ngại. Tất cả mọi phiền não chướng ngại sẽ không còn làm phiền, gây khổ đau cho bạn nữa và bạn sẽ thành tựu được mọi tâm nguyện của mình một cách như ý. Tôi không hề nói suông, trên thực tế rất nhiều người trên thế giới đã thực sự trải qua những kinh nghiệm này.

Thần chú "OM AH HUNG BENDZA GURU PADMA SIDDHI HUNG" chính là Tâm chú của Đạo Sư Liên Hoa Sinh. Nếu hành giả muốn thực hành kết nối, nhận

sự gia trì từ nơi Ngài thì phải năng thực hành Tâm chú này. Trong truyền thống Kim Cương Thừa, mỗi Đức Phật có một Tâm chú khác nhau. Phật Thích Ca Mâu Ni, Phật A Di Đà, Phật A Súc Bệ, ngay cả chư Bồ tát, mỗi Ngài đều có Tâm chú khác nhau, ví dụ "OM MANI PADME HUNG" là Tâm chú của Bồ tát Quan Thế Âm. Tâm chú là chân ngôn để Bồ đề tâm chúng ta kết nối với Chư Phật, chư Bồ tát.

Trong truyền thống Đại Thừa cũng có phương pháp niệm hồng danh của Chư Phật, chư Bồ tát để kết nối với các Ngài, giống như việc trì chân ngôn trong truyền thống Mật thừa. Chân ngôn là tên gọi của năng lượng giác ngộ. Bạn nhìn thấy trong quyển nghi quỹ này có ba câu chân ngôn: "OM AH HUNG BENDZA GURU PADMA SIDDHI HUNG" tượng trưng cho năng lượng giác ngộ của Thân, "OM MANI PADME HUNG" của Bồ tát Quan Thế Âm tượng trưng cho năng lượng giác ngộ của Khẩu, "OM AMI DEWA HRIH" của Đức Phật A Di Đà tượng trưng cho năng lượng giác ngộ của Tâm. Như vậy, ba chân ngôn này là năng lượng giác ngộ của Thân Khẩu Ý, để kết nối với Chư Phật và chư Bồ tát. Từ vô thủy đến nay, ba năng lượng giác ngộ này vốn sẵn đủ trong ta, nhưng trong nhiều kiếp luân hồi, chúng ta thường không sử dụng được chúng, nên cần trì tụng ba thần chú này để kết nối lại với năng lượng giác ngộ của chính mình. Nếu không, chúng ta sẽ đánh mất chúng và không thể nào đạt được giác ngộ. Chúng ta thường lãng phí năng lượng của mình, tức là trong đời sống, chúng ta sử dụng chúng vào những việc vô nghĩa, không sử dụng đúng vào mục đích giải thoát. Ba chân ngôn đặc biệt này, khi được hành trì với tâm chí thành và phương pháp đúng đắn sẽ giúp chúng ta hướng tập trung năng lượng của mình vào một điểm. Đây là vấn đề quan trọng mà các bạn cần biết trong Kim Cương Thừa, còn bây giờ chúng ta hãy cùng nhau trì tụng chân ngôn.

Kế đến tôi sẽ khẩu truyền Tâm chú của Đức Văn Thù, vị Bồ Tát tượng trưng cho Trí tuệ siêu việt. Chúng ta rất cần có Trí tuệ; nếu không có Trí tuệ, chúng ta sẽ lãng phí năng lượng của mình. Cho nên trì tụng chân ngôn Trí tuệ Văn Thù này rất lợi lạc. Đặc biệt, với các cháu sinh viên, học sinh, những người còn đang ngồi trên ghế nhà trường, các học giả hay những người làm công việc nghiên cứu, thì càng nên trì tụng câu Tâm chú "OM AH RA PA TSA NA DHI" này, để giúp tăng trưởng trí tuệ.

Đức Văn Thù thị hiện rất nhiều hình tướng khác nhau. Trong Kim Cương Thừa Ngài hiện hình tướng Kalachakra, còn trong Đại Thừa Ngài hiện hình tướng Bồ Tát Văn Thù như thông thường chúng ta vẫn biết. Đức Văn Thù còn hiện thân dưới sắc tướng các bậc Thầy, như Bồ Tát Long Thọ là bậc Thầy Phật giáo vĩ đại nhất ở Ấn Độ. Ngài thị hiện rất nhiều hình tướng khác nhau. Khi trì tụng chân ngôn, chúng ta phải hoàn toàn nhất tâm, dần dần trí tuệ sẽ được khai mở. Tôi thấy rằng

Đại đức Minh Đức (vị trụ trì chùa Hoàng Long) đã rất có trí tuệ, hợp thời khi thỉnh cầu tôi truyền quán đĩnh Đạo Sư Liên Hoa Sinh và khẩu truyền nghi quỹ Văn Thù. Trong đạo Phật, khi bắt đầu thực hành Phật Pháp, điều quan trọng nhất là bạn cần phải có trí tuệ sắc bén mới có thể thực hành Giáo Pháp không sai lệch. Vì vậy, chúng ta sẽ bắt đầu pháp tu này với tâm nguyện rằng sự nỗ lực của Đại đức Minh Đức cùng sự hảo tâm của tất cả quý Phật tử, chúng ta có thể sớm xây dựng được một bảo tháp của Đức Văn Thù ở đây. Nếu tâm nguyện này trở thành sự thực thì đây sẽ là công đức vô cùng lợi lạc cho dân chúng, đặc biệt là lớp sinh viên, học sinh có cơ hội khai phát trí tuệ siêu việt nơi mình. Ngôi bảo tháp trong tương lai sẽ đem lại lợi ích cho chúng sinh quanh vùng cũng như toàn thể người dân Việt Nam.

---o0o---

Giảng pháp và truyền quán đĩnh cộng đồng Pháp tu mở đầu Ngondro, cầu nguyện quốc thái dân an tại tịnh thất Tây Thiên Phù Nghi, Thiên Ân Cổ Tự, tỉnh Vĩnh Phúc ngày 17-19.3.2010

*Nằm trong thung lũng lòng chảo của hệ thống núi Tam Đảo, Tây Thiên là khu địa linh với cảnh quan hết sức nên thơ, hùng vĩ. Ba ngọn núi Thạch Bàn ở giữa, hai bên tả hữu là Phù Nghĩa và Thiên Thị đều cao hơn một ngàn mét, với những dòng suối trong xanh đổ xuống từ trên cao và uốn lượn quanh co tạo nên một bức tranh thiên nhiên kỳ tú, diễm lệ. Chốn "đệ nhất cổ tích danh lam" từng được Lê Quý Đôn mô tả trong sách "Kiến văn tiểu lục" bằng những lời sau: "bên dưới sắc nước như chàm, sâu thẳm không thấy đáy; sườn núi có chùa Tây Thiên Cổ Tự, tre xanh, thông tốt, cảnh sắc thanh nhã, rộng rãi, trên đỉnh núi cao lại có chùa Đồng Cổ, vừa lên vừa xuống phải mất hai ngày, từ phía tả khe Giải Oan trèo lên núi đến hồ sen, nước xanh biếc, trong hồ có thứ đá lạ và có sen đỏ, hoa nở bốn mùa. Hai bên ngoài hồ, suối từ sườn núi chảy ra, bên tả là suối Bạc, phát nguyên từ khe đá đỉnh núi chảy xuống trông như tấm lụa; bên hữu là suối Vàng..."*

*Tại nơi danh lam thắng cảnh này tập hợp với mật độ dày đặc những di tích Phật Giáo và đình đền miếu mạo, trong đó có ba ngôi chùa cổ là chùa Thượng Tây Thiên, Tây Thiên - Phù Nghi và Thiên Ân Cổ Tự. Qua những nghiên cứu khảo cổ gần đây, ba ngôi cổ tự này được xác định có niên đại ít nhất từ thời Trần, thế kỷ XIII sau Công Nguyên. Ngoài Yên Tử, Tây Thiên chính là một trung tâm Phật Giáo mang tầm cỡ quốc gia vào thời Trần. Đặc biệt, căn cứ vào nhiều sử liệu cho biết, Đạo Phật được truyền vào nước ta từ thời vua Hùng thứ VII (Hùng Chiêu Vương), vào khoảng thế kỷ thứ II-III trước CN. Nhiều học giả nhận định rằng, Tây Thiên chính là chiếc nôi đầu tiên của Phật giáo Việt Nam thời ấy.*

Tiếp nối truyền thống hơn hai ngàn năm, Tây Thiên giờ là một trong những trụ xứ chính của Truyền thừa Drukpa tại Việt Nam, nơi có phúc duyên lưu dấu gót sen của Bạc Toàn tri Tôn quý - đức Pháp Vương Gyalwang Drukpa đời thứ XII, đức Nhiếp Chính Vương Thuksey Rinpoche đời thứ II, đức Nhiếp Chính Vương Khamtrul Rinpoche đời thứ IX Jigme Pema Nyinjadh và chư Đại đức Tăng của Truyền thừa Drukpa, trong những lần các Ngài viếng thăm đất nước Việt Nam. Tịnh thất Tây Thiên - tọa lạc nơi thâm sơn cách chân núi 4km đường độc hành - vốn khởi đầu là một am thất nhỏ, nơi những đệ tử của Thượng tọa Thích Viên Thành từng nhập thất miên mật trong nhiều năm, hành trì Giáo Pháp Truyền thừa Drukpa do Thượng tọa ban truyền. Cố Viện chủ chùa Hương, Thượng tọa Thích Viên Thành là một bậc thầy thực chứng đạo hạnh, đã thiết lập mối nhân duyên Phật Pháp với các bậc Thượng sư của Truyền thừa Drukpa, với mục đích đem sự tu tập thực hành tâm linh lợi ích cho người Việt Nam. Thượng tọa là đệ tử của đức Giáo Chủ Je Khenpo đời thứ 68 của Vương quốc Bhutan. Sinh thời, Ngài từng đến Bhutan để thụ nhận Giáo Pháp từ bậc Thượng sư của mình, rồi đem truyền dạy lại cho các đệ tử và Phật tử gần xa. Năm 53 tuổi, mượn chút bệnh duyên, Thượng tọa đã thuận thế vô thường, an nhiên thị tịch, để lại tâm nguyện tha thiết phát triển Truyền thừa Drukpa tại Việt Nam. Nhiều năm sau đó, các đệ tử của Ngài vẫn tiếp tục tìm cầu Giáo Pháp từ các bậc Thượng sư của Truyền thừa Drukpa, và cuối cùng họ đã hạnh ngộ được Đức Pháp Vương Gyalwang Drukpa tại Ladakh vào năm 2004. Nhân duyên Phật Pháp đã hội đủ trong Đại lễ Thành tựu giả Naropa, khi đức Pháp Vương khoác lên mình Sáu Sắc Trang Hoàng của Naropa. Theo lời thỉnh cầu tha thiết, chỉ thành từ các đệ tử của Thượng tọa, cuối cùng đức Pháp Vương đã hoan hỷ nhận lời sang thăm Việt Nam vào tháng 12 năm 2007. Sau khi Pháp Vương sang thăm Việt Nam lần đầu tiên và gia trì ban truyền Giáo Pháp, chư ni Tây thiên đã tiếp tục hành trì nghiêm mật Giáo Pháp Truyền thừa. Một trong những tâm nguyện của đức Pháp Vương là có thể mang lại cơ hội bình đẳng tu tập Giáo Pháp giác ngộ cho chư Ni. Vì thế, đức Pháp Vương đã tạo mọi điều kiện thuận lợi để giúp đỡ, hướng dẫn và đào tạo chư ni Tây thiên với những nghi thức và phương pháp thực hành căn bản của Truyền thừa Drukpa, nhằm phát triển Truyền thừa lợi ích cho nhân dân và đất nước Việt Nam. Tịnh thất Tây thiên cũng là nơi vinh dự được cung đón Ni Sư Tôn quý Tenzin Palmo, bậc nữ hành giả giác ngộ trứ danh của Truyền thừa Drukpa, tới viếng thăm và giảng pháp trong nhiều ngày nhân chuyến viếng thăm Việt Nam của Ni Sư vào dịp Đại hội Nữ giới Phật giáo thế giới tháng 01/2010.

Ngày 17.3.2010, từ sáng sớm, ni chúng Tây Thiên cùng đông đảo Phật tử thuần thành đã vân tập dưới chân núi để chờ đón cung nghinh đức Pháp Vương. Hơn 9

giờ sáng, đoàn xe đưa đức Pháp Vương và Tăng đoàn Truyền thừa đã tới Tây Thiên. Ngay khi vừa xuống xe, không dừng chân nghỉ ngơi, đức Pháp Vương đã lập tức cùng chư Đại đức Tăng Ni và chúng Phật tử thượng sơn. Dọc đường đi, tiếng trì tụng thần chú Quan Thế Âm đầy thành kính từ các nhà dân bên đường đã khiến bầu không khí thêm ấm áp, đầy an lạc và đạo vị.

Sau gần hai giờ đồng hồ leo núi, đoàn đã lên tới Tịnh thất Tây thiên. Trời Tây thiên trong xanh lồng lộng trong tiếng trì chú nhiệm màu hòa cùng tiếng nhạc suối Bát Nhã và thanh âm của đàn chim rừng! Toàn Pháp hội đang hoan hỉ cung đón Đức Pháp Vương quang lâm.

Thế theo sự tha thiết thỉnh cầu từ chư Đại đức Tăng ni và các Phật tử Drukpa Việt Nam, mong nguyện được thực hành tu tập Giáo Pháp một cách nghiêm cẩn và hệ thống, dưới sự cho phép, gia trì, và ấn chứng của Bạc Thượng sư giác ngộ, đức Pháp Vương đã từ bi hoan hỷ, nhận lời trực tiếp hướng đạo Pháp tu mở đầu Ngondro, pháp tu căn bản nhập môn và bắt buộc cho các hành giả có mong nguyện tu tập hành trì theo Phật giáo Đại Thừa – Kim Cương Thừa.

Sau đây là toàn văn phần giảng pháp của Đức Pháp Vương trong chuyến viếng thăm Tây Thiên lần này:

### ***Bài giảng ngày 17.3.2010 tại Tịnh thất Tây thiên***

Ngondro là pháp tu mở đầu, đây là Pháp vô cùng trọng yếu mà Hành giả Kim Cương Thừa, cần tu tập trước khi vào phần tu chính.

Ngondro có 2 phần:

A- Pháp tu mở đầu Phổ thông (Ngoại Ngondro).

B- Pháp tu mở đầu Đặc biệt (Nội Ngondro).

1. Pháp tu mở đầu Phổ thông (Ngoại Ngondro) có 4 phần:

1. Thiền quán về Thân Người khó được rất quý giá.
2. Thiền quán về Vô Thường và Chết.
3. Thiền quán về Quy luật của Nghiệp.
4. Thiền quán về Khổ trong Luân hồi.

1- Bốn đề mục trên đây những ai tu tập đều nên thiền quán. Nếu không nhận ra thân người quý giá thì chúng ta sẽ không biết trân trọng. Bạn phải luôn biết trân quý kiếp người mà bạn đang có. Nếu không biết trân trọng thì bạn sẽ không bao giờ chịu nỗ lực tinh tấn trong đời sống cũng như trong sự thực hành. Bởi vậy, “biết trân trọng” là yếu tố cần phát triển trước tiên, biết trân trọng sẽ khiến chúng ta luôn cảm thấy hài lòng mà không cần bất cứ một yếu tố nào khác. Biết trân trọng sẽ

luôn làm cho ta an vui hạnh phúc. Nhờ thế, bạn mới có thể sử dụng thân người một cách có ý nghĩa nhất.

2- Tiếp đến cần thiền quán về Vô thường. Đức Phật Thích Ca dạy rằng: “Trên thế gian này không có pháp gì là thường còn hay chân thật chắc chắn”. Đó là điều bạn cần phải hiểu rõ: tất cả vạn pháp đều bị chi phối bởi quy luật Vô thường. Tin và hiểu Vô thường sẽ giúp chúng ta không còn chấp thủ, mà chấp thủ là nguyên nhân dẫn đến khổ đau. Chúng ta chấp thủ là do không hiểu biết, bị vô minh chi phối. Như vậy, “biết trân trọng” kiếp người quý giá sẽ giúp bạn trường dưỡng Trí tuệ và xua tan vô minh, bạn sẽ giảm bớt chấp thủ. Chúng ta chấp thủ kiên cố, chính vì chúng ta quá tin tưởng vạn pháp tồn tại một cách chắc thật. Nếu cho cái nhà này, núi sông kia, những con người nọ..., tất cả đều đang tồn tại một cách chắc chắn, thì đó là vô minh, bởi chúng ta không biết sự thật chúng vốn vô thường. Ví dụ khi nhìn dòng sông, chúng ta nghĩ rằng dòng sông này thường còn, đó là vô minh. Thật ra dòng sông đang thay đổi, chuyển dịch từng giây phút, từng khoảnh khắc. Dòng sông không bao giờ thường trụ, thậm chí trong một thời gian ngắn. Không chỉ có dòng sông hay dòng suối là hiện tượng duy nhất vô thường, mà tất cả vạn pháp như nhà cửa, núi đồi, con người, cây cối, cho đến cả vũ trụ..., tất cả đều không thường hằng, tất cả đều đang sinh diệt. Không có ai hay không có một cái gì tồn tại vĩnh cửu, cho dù một giây, nhưng tâm vô minh của chúng ta cứ tin chắc rằng mọi thứ là thường hằng vĩnh cửu. Như thế, chúng ta tin tưởng tâm vô minh của mình hơn là tin vào Trí tuệ và Chân lý. Trí tuệ hiển bày sự thật còn tâm vô minh thường nói điều giả dối. Vậy mà chúng ta luôn chấp thủ mạnh mẽ vào thân mình, vào của cải vật chất, vào thế giới này. Nhưng chấp thủ lại chính là sản phẩm của vô minh.

Nếu bất chợt chúng ta nghe tin ai đó từ già cõi đời thì đó cũng là sự thật hiển nhiên về vô thường; nhưng không phải chỉ khi có cái chết mới có vô thường, mà thông điệp về vô thường hiển lộ từng giây, từng phút: chúng ta đang già nua, đang dần đi đến cái chết, đang dần đi đến nghĩa địa. Tất cả chúng ta đang chạy đua đến nghĩa địa. Không phải bất chợt một ngày, một đêm nào đó chúng ta mới già, mới chết. Cái già cái chết đang âm thầm đến từng giây, từng phút, từng giờ, từng ngày, từng tuần, từng tháng, từng năm. Điều này có nghĩa là vô thường đang chi phối chúng ta trong từng khoảnh khắc. Nếu có trí tuệ hiểu rõ vô thường, chúng ta sẽ có cái nhìn mới lạ về toàn bộ thế giới hay cuộc sống này. Chúng ta sẽ có trí tuệ để nhận chân cuộc sống của chính mình. Nhờ vậy, cuộc sống sẽ trở nên dễ dàng hơn, hạnh phúc hơn. Nếu bạn thấy cuộc sống hiện tại của mình đang có rất nhiều khó khăn đau khổ, thì đây là do vô minh, không hiểu biết về chân lý Vô thường.

Lấy ví dụ khi chúng ta trở nên già yếu. Đức Phật dạy: “Già là khổ”. Không chỉ là nỗi khổ của thân thể già nua, đau nhức, mỏi nhọc, rã rời... mà nỗi khổ tâm phiền

não, đau đớn hơn nhiều. Khi bạn nhận ra trên đầu mình tóc đã chuyển màu hoa râm, răng rụng đi vài chiếc, mắt nhìn mờ hơn, tai nghe lảng hơn, chẳng còn bạn bè nào bên cạnh ngưỡng mộ, vui vầy với chúng ta nữa, nỗi đau tâm lý này còn khó chịu hơn nhiều so với nỗi khổ của thân, như đau gối, đau lưng, đau xương... Nếu có trí tuệ nhận ra quy luật Vô thường, bạn sẽ giảm bớt được những nỗi đau tâm lý, vì bạn đã chuẩn bị tinh thần để đón nhận cái già. Có thể nỗi đau về thân thể vật lý vẫn còn, nhưng nỗi đau về tâm lý sẽ dần tan mất.

Đức Phật Thích Ca Mâu Ni thật từ bi vô lượng. Ngài đã chỉ dạy cho chúng ta pháp quán Vô thường. Sự thực là tất cả chúng ta đều không muốn khổ đau, thậm chí không muốn nghĩ đến khổ đau. Nhưng trên thực tế, khổ đau vẫn luôn có mặt trong cuộc sống của chúng ta. Vì lẽ này, việc tìm phương cách để giải quyết, chấm dứt và đối diện khổ đau là vấn đề rất quan trọng. Điều này không có nghĩa là chúng ta xua đuổi và chạy trốn khổ đau. Nếu làm vậy sẽ không lợi ích gì vì khổ đau vẫn sẽ luôn có mặt. Vấn đề chính chúng ta cần làm là biết trực diện với nó, thấu triệt bản chất của nó một cách trí tuệ. Khi đó, khổ đau sẽ giảm thiểu. Và nếu bạn biết cách quán chiếu để thấu triệt bản chất của khổ đau, thì khổ đau sẽ không còn làm bạn đau khổ nữa, vì đau khổ là một phần của cuộc sống và là những bài Pháp mà chúng ta cần phải học tập, quán chiếu một cách đúng đắn. Thậm chí chúng ta có thể chuyển hoá chúng thành hạnh phúc. Ngược lại, nếu bạn không biết cách quán chiếu và trực diện với khổ đau, thì nó sẽ tăng lên gấp đôi, gấp ba, gấp bội phần. Ví dụ, khi chúng ta già sẽ có rất nhiều khổ đau, khổ của thân, khổ của tâm, những nỗi khổ liên hệ đến bạn bè, tên tuổi, danh tiếng... Sẽ có rất nhiều khổ đau cùng đến với tuổi già. Những khổ đau này vốn không thật, chúng xuất hiện chỉ vì chúng ta không biết cách quán chiếu.

Trong thời đại ngày nay có rất nhiều người tìm cách hủy hoại thân mình và tự sát. Do không biết cách đối diện với khổ đau, không hiểu rõ bản chất của khổ đau, nên họ đã bị bế tắc và đi đến tự sát. Bởi vậy bạn cần hiểu rằng nếu chúng ta không biết cách hướng đạo cuộc đời mình thì cuộc sống sẽ có vô vàn đau khổ. Đức Phật Thích Ca đã dạy cho chúng ta phương pháp làm cuộc đời giảm bớt khổ đau, đó chính là Phật pháp. Phật Pháp là phương tiện thiện xảo, thiết thực để hướng đạo, đưa cuộc đời thoát khỏi khổ đau, và định hướng đúng đắn cho cuộc đời chúng ta. Nếu biết thực hành Pháp một cách đúng đắn thì chúng ta sẽ sống hạnh phúc và làm cho mọi người cùng hạnh phúc. Một cách chung nhất, Phật giáo Nguyên Thủy mang đến cho bạn thông điệp cần biết sống an lạc hạnh phúc trong hiện tại, và Phật giáo Đại Thừa dạy bạn phải biết sống hòa hợp đem lại bình an cho mọi người. Đây là hai truyền thống chính trong giáo lý đạo Phật. Hai truyền thống này cần phải được kết hợp với nhau để giúp hành giả sống an bình hạnh phúc và đạt đến giác ngộ.



3- Bây giờ chúng ta bàn đến Quy luật của Nghiệp, tức là phần thứ ba của Ngoại Ngondro. Quy luật về Nghiệp cũng rất cần được quán chiếu. Nếu bạn không có sự hiểu biết đúng đắn về quy luật Nghiệp, thì bạn không thể tu tập Giáo Pháp Nguyên Thủy hay Giáo Pháp Đại Thừa. Trong hệ truyền thống Phật giáo Nguyên Thủy, Đại Thừa hay Kim Cương Thừa, giáo lý về quy luật của Nghiệp luôn là giáo lý quan trọng nhất. Giáo lý Nghiệp dạy chúng ta rằng: tất cả hạnh phúc hay đau khổ đều hoàn toàn phụ thuộc vào hành động của chính chúng ta. Sở dĩ có điều này là vì thế giới ta đang sống được tạo nên từ Nghiệp. Nhiều tôn giáo khác tin rằng Thượng Đế là Đấng tạo nên tất cả mọi khổ đau hay hạnh phúc. Ngược lại, quan kiến Đạo Phật không tin ai đó ở bên ngoài có thể tạo nên cuộc sống của mình, dù đó có là Thượng Đế, hay thậm chí cả Đức Phật. Tất cả chúng ta đều cần tin tưởng rằng cuộc sống này hoàn toàn phụ thuộc vào hành động thiện hay bất thiện từ xưa của chính mình. Nghiệp thiện tạo nên an vui hạnh phúc, nghiệp xấu dẫn tới khổ đau. Ví dụ, ngôi Pháp đường này không phải do Thượng Đế tạo ra. Nó được tạo nên bằng sự nỗ lực và ý chí của con người. Chư Ni và các Phật tử nơi đây đã đầu tư tài bảo, công sức, thời gian để xây dựng ngôi Pháp đường này. Đó là kết quả do hành động của con người, hay còn gọi là Nghiệp, chứ hoàn toàn không phải do Thượng Đế. Đây chính là giáo lý mà Đức Phật Thích Ca muốn chỉ dạy! Tất cả mọi thứ đều do Nghiệp tạo ra, không có bất kỳ vị thần linh hay Đế Thích nào khác tạo ra cuộc sống cho chúng ta. Thậm chí kể cả Đức Phật cũng không tạo nên bất kể điều gì cho ta, chỉ có Nghiệp tạo nên tất cả, mà Nghiệp là do chính con người tạo. Có nhiều người cho rằng Đức Phật là Thượng Đế, điều này không đúng. Chính Đức Phật Thích Ca đã nói rằng Ngài không phải là Thượng Đế, mà Ngài chỉ là một vị Đạo sư, người dẫn đường khai đạo để giúp chúng ta sống tốt hơn, làm những việc tốt hơn. Bởi vậy, Ngài là một người hướng đạo vĩ đại, một bậc Thầy rất đặc biệt. Nhưng Ngài không phải là Đấng Sáng tạo. Thực tế không có một vị Thượng Đế nào tạo nên toàn bộ thế giới này.

Vậy qua pháp thứ 3 của Tứ niệm pháp, chúng ta cần thấu hiểu tầm quan trọng của Nghiệp, qua đó hiểu được làm thế nào để sống và hành động cho tốt và trở thành người tốt. Nếu bạn không hiểu về quy luật Nghiệp, hay nói cách khác bạn không hiểu Giáo Pháp linh thiêng này của Đức Phật, thì bạn sẽ không hiểu tầm quan trọng của việc trở thành người tốt. Như thế chúng ta sẽ sống và tiếp tục có những hành động bất thiện như sát sinh, trộm cắp, lừa đảo, nói dối... Chúng ta cứ tiếp tục tạo bất thiện nghiệp như vậy, chỉ vì không tin và hiểu định luật về nghiệp. Chúng ta cần hiểu thế nào là “một người xấu” và “một người tốt”. Ví như mỗi buổi sáng, ở thành phố có biết bao nhiêu sinh mạng gà, lợn, trâu, bò bị sát hại để đáp ứng nhu cầu khoái khẩu của con người. Những con vật này không biết nói, không biết

kháng cự, không thể tự bảo vệ, chúng chỉ biết kêu thét vì sợ hãi. Nhưng chúng ta vẫn thân nhiên cắt cổ, mổ bụng, chọc tiết, moi gan chúng. Có người có thể giết chết hàng triệu con vật trong một giờ mà vẫn nghĩ rằng mình là người tốt. Đây là cách nghĩ thật vô minh, sai lầm. Vì thế, Đức Phật từ bi đã chỉ dạy cho chúng ta tin và hiểu về Nghiệp để trở thành người tốt, luôn làm việc tốt, nhờ thế sẽ thoát khỏi khổ đau và nguyên nhân đau khổ. Không những thế, Đức Phật Thích Ca không chỉ muốn chúng ta thoát khỏi khổ đau, Ngài còn muốn chúng ta thoát khỏi những nguyên nhân của đau khổ, tức là từ bỏ sát sinh, lừa đảo, nói dối... mười điều bất thiện và tất cả việc ác khác, vì những nghiệp ác này là nguyên nhân lôi kéo chúng ta vào vòng quay của luân hồi sinh tử. Như vậy là nhờ hiểu rõ giáo lý về Nghiệp, chúng ta sẽ thực hành nhiều điều thiện và trở thành người tốt, qua đó dần thoát khỏi những khổ đau.

Toàn bộ hệ thống giáo lý Nguyên thủy, Đại Thừa hay Kim Cương Thừa đều dựa trên nền tảng của Nghiệp. Không có bất kỳ giáo lý nào của Đức Phật Thích Ca, mà không dựa vào quy luật của Nghiệp. Bởi vậy, chúng ta phải tin hiểu Nhân Quả, phải hiểu Nghiệp là gì, tại sao Nghiệp có ảnh hưởng vô cùng quan trọng đối với đời sống của chúng ta, làm cách nào để có thể hướng dẫn cuộc đời mình một cách đúng đắn. Đây là những điểm rất quan trọng trong Giáo lý của Đức Phật.

Quy luật Nghiệp có hai khía cạnh chính là Nhân và Quả. Khi đã gieo nhân ắt sẽ có quả. Ví dụ khi bạn gieo một hạt giống của trái cam, kết quả là cây cam sẽ mọc lên và cho nhiều trái cam ngọt. Không bao giờ chỉ có quả mà không có nhân. Bởi vậy, toàn bộ thế giới, vũ trụ này chính là kết quả từ những nhân tố chúng ta đã gieo trồng trong nhiều kiếp trước. Nếu cuộc sống của bạn an ổn, mọi thứ đều tốt đẹp, thì đó là vì bạn đã gieo những nhân tốt đẹp. Nếu thế giới bạn sống nhiều khổ đau phiền não, điều đó có nghĩa là bạn đã từng gieo những hạt giống xấu. Như thế, nhân và quả luôn gắn liền với nhau. Nơi nào không có nhân thì sẽ không có quả, quả chỉ đến từ nhân. Đó là Giáo Pháp của Đức Phật, bạn cần hiểu và tin như vậy. Cũng như ngôi Pháp đường trang nghiêm đẹp đẽ này được xây dựng là do chư ni và các Phật tử nơi đây góp công sức tạo dựng nên. Họ đã gieo những hạt giống tốt, nên kết quả là họ được hưởng một bầu không khí trong lành, một môi trường thanh tịnh an bình, và giờ đây tất cả chúng ta hoan hỷ ngồi trong ngôi Pháp đường này. Đây chính là kết quả từ những nhân tốt mà chư ni và chúng Phật tử đã gieo. Nếu chúng ta đã từng làm những việc bất thiện như sát sinh, trộm cắp v.v... thì chúng ta sẽ phải chịu khổ đau. Cho dù chúng ta đang ở nhà mình, ở cơ quan, trên máy bay, hoặc trên thuyền, trên biển hay bất kỳ nơi đâu, thì khổ đau vẫn luôn đồng hành với chúng ta, bởi hạt giống đã gieo nên kết quả nhất định và chắc chắn phải chịu. Cũng như vậy, nếu chúng ta là một người tốt, luôn làm việc thiện ở mọi nơi, mọi lúc,

mọi hoàn cảnh khác nhau, thì quả lành đương nhiên sẽ đến và bạn sẽ luôn trải nghiệm niềm an vui hạnh phúc, cho dù bạn có phải ngủ dưới chân cầu, trong tình cảnh không có phòng ốc, nhà cửa, gia đình..., nhưng khi đó bạn sẽ vẫn luôn hưởng niềm an vui hạnh phúc. Kết quả của những nhân lành sẽ luôn đồng hành với bạn.

4- Pháp thứ tư là thiền quán về Khổ luân hồi. Dù đang ở đâu trong luân hồi, chúng ta cũng phải đối diện với các chướng ngại và khổ đau. Những khổ đau này là do những nghiệp bất thiện, trong khi nghiệp bất thiện lại có nguyên do từ vô minh hay không hiểu rõ chân lý sự thật. Ví dụ vạn pháp là vô thường mà chúng ta lại cho là thường, đó là vô minh. Chính loại vô minh này là nhân dẫn đến rất nhiều rắc rối khổ đau trong luân hồi. Vì vậy luân hồi luôn đầy rẫy khổ đau chỉ vì sự vô minh của chúng ta.

Ngày mai chúng tôi sẽ hướng dẫn pháp tu Nội Ngondro (pháp tu mở đầu Đặc biệt) gồm có: Quy y và phát Bồ đề tâm, Pháp tu Kim Cương Tát Đỏa tịnh hóa nghiệp chướng, Cúng dường Mạn đà la tích lũy công đức và Guru Yoga. Bốn phần này sẽ được giảng vào ngày mai cùng với Quán đỉnh Kim Cương Tát Đỏa. Hôm nay tôi đã giảng xong sơ lược về Tứ niệm pháp, tức là pháp tu mở đầu Phổ thông. Xin trân trọng cảm ơn Quý vị!

---o0o---

### ***Bài giảng ngày 18.3.2010 tại Tịnh thất Tây Thiên***

Hôm nay chúng ta đi tiếp đến phần giảng về Nội Ngondro.

2. Pháp tu mở đầu Đặc biệt (Nội Ngondro) có 4 phần:

- 1- Quy y và phát Bồ Đề Tâm
- 2- Pháp tu Kim Cương Tát Đỏa (tịnh hoá nghiệp chướng)
- 3- Cúng dường Mạn Đà La (tích lũy công đức)
- 4- Guru Yoga (kết nối với Thượng Sư)

1- Quy y và phát Bồ Đề Tâm:

Trong truyền thống Kim Cương Thừa, Quy y luôn gắn kết với phát Bồ Đề Tâm, nghĩa là chúng ta Quy y không phải vì mục đích cho cá nhân mình, mà cần phát tâm rộng lớn vì sự giải thoát cho tất cả chúng sinh trong luân hồi đau khổ. Trước khi tu tập pháp Quy y chúng ta cần phát tâm xả ly. Tâm xả ly bắt nguồn từ trí tuệ hiểu biết chân chính về bản chất của luân hồi. Khi bạn bắt đầu hiểu rõ nỗi khổ đau

của những kiếp trầm luân trong sinh tử, lúc đó, tâm xả ly sẽ phát khởi nhậm vận một cách tự nhiên. Muốn phát tâm xả ly chúng ta cần thấy rõ bản chất vô thường, mong manh tạm bợ của thân, tâm, cảnh, nếu không có trí tuệ này thì tâm xả ly không thể phát khởi. Đức Phật Thích Ca Mâu Ni đã xả ly cõi luân hồi để chứng thành Phật quả, chính sự xả ly đã giúp Ngài thành Phật. Ngài đã xả ly gia đình, Vương quốc, quyền lực và cả Vương vị cao quý của mình để đi vào rừng sâu, thực hành thiền định theo tiếng gọi của lòng Từ bi. Chúng ta là những người con của đức Phật Thích Ca Mâu Ni. Cuộc đời đức Phật là một tấm gương vĩ đại. Thế nhưng nên hiểu thế nào cho đúng về bản chất xả ly? Phải chăng cách duy nhất để xả ly thế giới là đi vào rừng sâu, thực hành Giáo Pháp một cách trôi chảy và không chướng ngại.

Thật ra xả ly không phải là trạng thái tâm giận dữ, ghét bỏ, sợ hãi cõi luân hồi. Đó không phải là ý nghĩa của xả ly. Ý nghĩa đích thực của xả ly chính là trí tuệ thấu hiểu được bản chất của luân hồi. Mọi người lầm tưởng xả ly là sau khi phát khởi tâm căm ghét, sợ hãi đối với thế giới này, hành giả sẽ từ bỏ mọi thứ và trốn chạy thực tại. Đó là thái độ sai lầm, không phải là cách tiếp cận đúng đắn với Phật Pháp. Đức Phật Thích Ca xả ly do chứng kiến cảnh sinh, già, bệnh, chết khi dạo bốn cửa thành. Rồi Ngài nhận ra và hiểu được bản chất của luân hồi. Vì muốn tìm ra con đường chấm dứt khổ đau cho tất cả chúng sinh mà Ngài xả ly Vương quốc, quyền lực, Vương vị, chứ không phải do sân giận, tuyệt vọng với cuộc sống mà Ngài cầu an cho riêng mình. Mọi người thường hiểu sai về nghĩa xả ly, cho rằng xả ly giống như sự vứt bỏ cuộc sống hiện tại. Chẳng hạn, nếu bạn tự ép buộc mình phải từ bỏ mọi thứ, vào hang động hay rừng sâu để thực hành Pháp, và cho rằng đó là sự xả ly, thì như vậy không phải là cách xả ly chân thật, bởi vì họ không hiểu gì về thực tại của luân hồi mà chỉ do bị ép buộc.

Một số người cũng nghĩ rằng cần xả ly bởi vì họ không thích ai đó. Ví dụ họ không thích gia đình nên muốn từ bỏ, họ không thích con cái, vợ chồng, cha mẹ hay bè bạn nên xả ly. Đó không phải là cách xả ly chân thật. Một số người khác lại không thích công việc tại cơ quan, không thích làm việc giúp ích cho xã hội nên muốn từ bỏ. Đây là một cách nhìn nhận sai lầm khi tiếp cận với Phật Pháp, là sự tiếp cận Phật Pháp một cách lười biếng. Họ dùng Phật pháp làm lời bào chữa, để che đậy cho sự lười biếng của họ, hoặc để che đậy sự sân giận của họ. Khi một người từ bỏ vì đang tức giận với ai đó, thì đó chỉ là phiền não chứ không phải sự xả ly. Với những loại xả ly như trên, họ sẽ thực hành Thiền định bằng động cơ sân giận, lười biếng. Như vậy, sự thiền định đó là sự sân giận chứ không phải từ sự an bình của tâm tịnh giác. Nếu bạn từ bỏ bằng tâm lười biếng, thì toàn bộ cuộc sống thực hành của bạn sẽ chỉ là sự lười biếng. Bạn sẽ không bao giờ thực hành về Tính không -

Mahamudra và Dzogchen - Trí tuệ Bát nhã. Bạn sẽ không bao giờ thực hành lòng từ bi và tình thương yêu. Tất cả sự thực hành của bạn chỉ bắt nguồn từ sự lười biếng, sân giận mà thôi. Như vậy xả ly bằng sân giận, lười biếng, hay với bất kỳ động cơ phiền não nào, đều không phải là sự xả ly chân thật. Đó chỉ là sự trốn chạy một cách hèn nhát khỏi thực tại.

Vậy thế nào là sự xả ly chân thật? Như tôi đã đề cập ở trên, cách xả ly chân thật là như Đức Phật Thích Ca Mâu Ni đã xả ly, đó là cách xả ly hoàn hảo nhất. Khi Ngài thấu rõ nỗi khổ của "sinh, già, bệnh, chết" đang chi phối loài người và tất cả chúng sinh trong luân hồi, không cách nào thoát khỏi bốn nỗi khổ đau lớn này, từ quyền thế cao sang tột bậc như bậc Vương giả đến kẻ nghèo hèn như người nô lệ, dù là người giàu có hay kẻ ăn mày. Tất cả mọi người đều không ai thoát khỏi sự chi phối của bốn đại thống khổ này. Cho nên Ngài đã mạnh mẽ xả ly để tìm ra con đường chấm dứt khổ đau. Vậy chúng ta cần tỉnh giác, biết rõ bản chất khổ đau của luân hồi, như vậy thì mới có chính kiến chân thật về xả ly.

Nếu bạn thực hành với động cơ tham lam, sân giận, tật đố, kiêu ngạo..., thì đều không thể tiếp cận một cách đúng đắn với Phật Pháp. Chỉ có trí tuệ hiểu biết sâu sắc về bản chất của luân hồi mới là sự xả ly chân chính. Hiện tại chúng ta chưa có được sự xả ly bởi còn vô minh, nhìn nhận sai lầm về thế giới này. Chúng ta cho rằng tất cả vạn pháp như nhà cửa, con người, động vật, núi sông... đều đang thường còn, đang tồn tại một cách chắc thật. Đây là sự hiểu biết sai lầm. Chúng ta thật vô minh nên thường tin rằng mình đang sống thường hằng, tin chắc rằng mình sẽ không chết ngay, không ốm đau, không già bệnh. Bởi vậy chúng ta không thể phát khởi tâm xả ly. Tại sao lại phải xả ly nếu chúng ta không bao giờ chết, không bao giờ ốm đau, già cả? Chúng ta cứ tự đánh lừa chính mình, cho rằng mình đang sống hạnh phúc vĩnh cửu. Đó là một sự hiểu biết sai lầm rất vô minh. Nhiều khi chúng ta biết chắc rằng mình sẽ chết, sẽ già, sẽ bệnh, nhưng chúng ta cứ cố tình phớt lờ, tránh né, che đậy chúng, và cố gắng tìm vui trong sự vô minh quên lãng, hay an hưởng hạnh phúc giả dối bằng cách che đậy mọi khổ đau. Tuy nhiên, theo giáo lý của Đức Phật, đó là cách sống vô minh nhất. Là đệ tử của Đức Phật, chúng ta nên thực hành Pháp một cách đúng đắn, không nên dựa trên nền tảng vô minh mà cần dựa vào trí tuệ hiểu biết bằng chính kiến. Đó mới là cách tiếp cận đúng đắn với Phật Pháp!

Khi chúng ta nói đến Giáo Pháp, thì Giáo Pháp tức là Trí tuệ, Trí tuệ tức là Giáo Pháp, không có gì khác hơn. Thực tế chúng ta không có cách nào chạy trốn thực tại, "sinh, già, bệnh, chết" là bốn thực tại của luân hồi. Chính bởi không có cách nào trốn chạy được, nên chúng ta cần soi chiếu hiểu rõ, trực diện, làm chủ chúng. Đó chính là trí tuệ và là thần dược đối trị cho những căn bệnh trầm kha của chúng

ta. Vậy có thể ví, Đức Phật là bác sĩ, Giáo Pháp của Ngài là thuốc chữa trị, Tăng già là y tá chăm sóc, giúp đỡ bạn.

Tôi xin lấy ví dụ về sự tự chủ, tự tại tái sinh trong luân hồi. Nếu bạn là người thường xuyên thực hành thiền định một cách thiện xảo, thì đương nhiên bạn sẽ kiểm soát được tâm mình. Khi trải qua giai đoạn của bardo-thân trung âm, bạn có thể tự mình chọn lựa cha mẹ khi bạn tái sinh. Nếu bạn thích làm người Việt Nam, hay bất kỳ một người ở đất nước nào khác thì bạn đều hoàn toàn có thể chọn lựa, đó gọi là tự chủ khi tái sinh. Cũng như vậy, nếu bạn trải qua sự thực hành chân chính, như đã từng Quy y Phật Pháp rất hoàn hảo, thì tất nhiên bạn sẽ tự chủ được cái già, có thể sống đến 85, 95, hay 100 tuổi, mà vẫn tràn đầy năng lượng nhờ vào sự chứng ngộ của mình. Như thế bạn sẽ không có tuổi già, hay có thể kiểm soát tự chủ mọi khía cạnh liên quan đến tuổi già, như ốm đau, sự hủy hoại của thân thể vật lý... Trong rất nhiều khía cạnh, bạn có thể tự chủ dễ dàng, nhờ sự chứng ngộ tâm linh. Đã có rất nhiều các bậc Thầy vĩ đại ở Tây Tạng, Ấn Độ, Trung Quốc và Việt Nam đã sống rất trường thọ. Có bậc Thầy đã tại thế đến 900 tuổi mà không gặp bất kỳ rắc rối nào của tuổi già, như Đạo Sư Liên Hoa Sinh, hay tổ Ca Diếp vẫn đang tại thế và còn rất nhiều bậc Thầy như thế. Các Ngài chứng đạt giác ngộ và có khả năng làm chủ tuổi già, bởi vì các Ngài biết rõ nguyên nhân hay bản chất của tuổi già. Như vậy, nhờ vào trí tuệ và sự giác ngộ, các Ngài hoàn toàn tự tại và làm chủ tuổi tác. Ngay cả cái chết các Ngài cũng có thể vượt qua, như Đạo Sư Liên Hoa Sinh, Ngài vẫn tại thế và sẽ không bao giờ viên tịch. Hiện giờ, vẫn còn rất nhiều các vị A la hán từ thời Đức Phật Thích Ca vẫn đang còn sống, thân thể của các Ngài vẫn chưa hề hủy hoại và các Ngài vẫn an trụ trong cảnh giới Thiền định.

Tất cả những điều tôi chia sẻ ở đây muốn chỉ ra rằng, nếu chúng ta tha thiết chân thành thực hành Quy y Tam Bảo, thì chúng ta có thể làm chủ được mọi thứ, ngay cả cái chết. Nhưng điều nay không có nghĩa là tất cả các bậc giác ngộ đều không bao giờ viên tịch, không bao giờ bệnh, không bao giờ già, không bao giờ tái sinh. Các Ngài có thể chọn lựa thị hiện cách này hay cách khác. Rất nhiều trong số các Ngài đã chọn lựa già, bệnh, chết thông thường như chúng sinh phàm tình, để dạy cho hàng đệ tử những bài pháp thâm sâu về thực tế, nhưng các Ngài có phương pháp riêng của mình để làm chủ các trạng thái này. Như Đức Phật Thích Ca Mâu Ni vẫn thị hiện vô thường. Đó là sự lựa chọn của Ngài. Mỗi bậc Thầy có cách lựa chọn riêng để thị hiện cuộc đời mình, cốt sao cho người thế gian dễ dàng tin hiểu bản chất khổ của luân hồi. Đức Phật Thích Ca cũng đã từng thị hiện đau đớn khi bị Đê Bà Đạt Đa xô đá vào chân chảy máu. Nhưng cái đau của Ngài không phải từ vô minh như chúng ta, mà Ngài tự chiếu soi cái đau bằng trí tuệ tự chủ.

Cũng như vậy, tất cả các bậc giác ngộ đều tự tại chọn lựa sự thị hiện cuộc đời mình bằng nhiều cách khác nhau. Như một trong hai đại đệ tử chính của đức Phật Thích Ca là Ngài Mục Kiền Liên, Ngài vốn là một bậc A la hán thần thông quảng đại, Ngài đã thực sự giác ngộ, có thể nói Ngài là bậc giác ngộ đứng thứ hai sau Đức Phật. Ngài có thể hiển lộ vô vàn thần thông, như bay trên hư không hay đi dưới nước..., và không ai, không thứ gì có thể hãm hại được Ngài. Nhưng chúng ta đã biết, vào cuối đời, Mục Kiền Liên đã chọn cách thị hiện cái chết bằng cách bị bọn cướp đánh đập nát thân thể. Đó là sự chọn lựa tự tại của các bậc giác ngộ. Một số các bậc Thầy khác chọn lựa cuộc sống rất ngắn, có Ngài chỉ trụ thế cho đến khoảng 30 hay 40 năm. Một bậc Thầy vĩ đại tại Tây Tạng đã trụ thế chỉ 40 năm, song trong cuộc đời mình, Ngài đã luận giải rất nhiều Giáo Pháp tôn quý và thực hành rất nhiều hoạt động lợi tha mang lại lợi ích cho vô số chúng sinh. Ngài đã lựa chọn viên tịch vào tuổi 40. Một số các bậc Thầy khác lại lựa chọn trường thọ tới 900 tuổi mà không có dấu tích của một vết nhăn tuổi già. Đây chỉ là những cách lựa chọn, những phương tiện để các Ngài làm lợi ích chúng sinh. Dù cách nào thì các Ngài cũng tự chủ với trọn vẹn trí tuệ của bậc giác ngộ.

Trở lại với vấn đề xả ly. Nếu bạn chính kiến xả ly chân thật thì đó là điều kiện kiên quyết, là bước đầu nền tảng của sự Quy y. Nếu không tu hạnh xả ly, bạn không có cách nào để bắt đầu thực hành Pháp Quy y. Một khía cạnh khác của Quy y là Tâm chí thành. Xả ly luôn đứng hàng đầu, là nhân, còn tâm chí thành là quả! Để hiểu trọn vẹn về Tâm xả ly, hành giả cần có chính kiến và tiếp đó là Tâm chí thành. Đặc biệt, những vị tu sĩ xuất thế gian như Tỳ kheo, Tỳ kheo ni, các vị được gọi là các bậc xả ly, được kính ngưỡng là các đại hành giả của Phật Pháp. Các ngài là những thành viên chân chính của đoàn thể Tăng già thanh tịnh. Tất cả các vị đều là những bậc xả ly một cách chân thật, nên họ đã trở thành Tỳ kheo, Tỳ kheo ni. Nếu bạn không xả ly một cách chân thật, thì bạn không thể mang hình tướng của Tỳ kheo, Tỳ kheo ni. Một Tỳ kheo hay Tỳ kheo ni cần phải có tâm xả ly chân thành. Trong giáo lý thông thường của đức Phật, Tăng già là một đoàn thể có ít nhất từ bốn vị Tỳ kheo hay Tỳ kheo ni trở lên, sống chung với nhau trong sự thanh tịnh và hòa hợp. Theo giáo lý đặc biệt của Kim Cương Thừa, Tăng già còn có thể là một cộng đồng Phật tử, những người có tâm xả ly, tâm chí thành chân thật, bởi vì tất cả mọi người đều có tiềm năng thực hành Phật Pháp Tăng, dưới sự hướng đạo của đức Phật, Giáo Pháp và Tăng già. Chúng ta không nên nói rằng chỉ có Tỳ kheo, Tỳ kheo ni mới có thể thực hành Pháp, còn những cư sĩ tại gia không có quyền thực hành Giáo Pháp. Đây là cách hiểu sai, cần phải tin rằng tất cả mọi người đều có khả năng thực hành Quy y Tam Bảo. Tuy thế, đối với các vị xuất gia Tỳ kheo, Tỳ kheo ni, những người đã thực sự xả ly gia đình, bè bạn, tài sản, tất nhiên việc thực hành Pháp có

điều kiện thuận tiện hơn. Do ít bị những căng thẳng lo âu, chướng ngại trong cuộc sống thế tục, giới Tỳ kheo, Tỳ kheo ni sẽ có những sự trợ duyên tốt hơn để thực hành Pháp. Trường hợp của các Phật tử tại gia, do gặp nhiều khó khăn chướng ngại và phải giải quyết nhiều vấn đề rắc rối của cuộc sống thế tục, nên họ bị bớt đi các duyên lành để thực hành Phật Pháp một cách an bình, viên mãn. Vì vậy, tôi muốn khuyên mọi người nếu có thể thì nên trở thành Tỳ kheo, Tỳ kheo ni để có những thuận lợi, dễ dàng hơn trong việc thực hành Pháp. Đó cũng là lý do tại sao đức Phật Thích Ca Mâu Ni lại đề cao Tỳ kheo, Tỳ kheo ni là rường cột của Phật Pháp, kể đến là Thức xoa, Sa di, Sa di ni, rồi mới đến cư sĩ Phật tử. Tuy nhiên, cư sĩ cũng có giới nguyện của hàng Phật tử. Bởi thế, phần quan trọng nhất của thực hành Quy y là nghiêm trì Giới luật. Theo mức độ chúng ta có, cao nhất là giới của Tỳ kheo, Tỳ kheo ni, kể đến là giới của Thức xoa, Sa di, Sa di ni, sau cùng là giới của Phật tử. Dù ở cấp độ nào, bạn cũng nên tôn trọng và giữ gìn giới luật, vì đó là vấn đề cốt lõi của việc thực hành Quy y. Thực hành Phật Pháp nghĩa thật là trì giới. Nếu không có giới, bạn sẽ không có cách nào để thực hành Phật Pháp, do vậy Giới luật là nền tảng trung tâm cốt lõi của sự thực hành. Một điều cần thiết nữa phải luôn ghi nhớ là cần có sự tỉnh thức trong khi thực hành. Chúng ta cần phải luôn tỉnh thức để có thể giữ gìn giới luật được trọn vẹn. Bạn thọ trì giới ở cấp độ nào thì cũng phải tinh nghiêm trì giữ giới đó. Trước tiên nên thọ năm giới, sau đó đến Sa di, Sa di ni, Thức xoa Ma na, rồi dần dần thọ đến giới Tỳ kheo. Nếu vì hoàn cảnh không thể xuất gia thọ giới thì ít nhất bạn cũng nên thọ năm giới cư sĩ, vì giới luật là phần then chốt cốt lõi của pháp Quy y.

Như tôi đã nói, trong Kim Cương Thừa, Tăng già có thể bao gồm cả cư sĩ Phật tử, nhưng đặc biệt chỉ những vị cư sĩ thọ năm giới. Không phải toàn bộ tất cả các Phật tử đều là Tăng già, mà chỉ bao gồm những cư sĩ đã thọ giới nguyện. Còn trong Hiền giáo, cư sĩ Phật tử không tính vào số Tăng già, mà Tăng già chỉ bao gồm những người xuất gia thọ giới Tỳ kheo, Tỳ kheo ni.

Ở trên tôi đã trình bày rất kỹ về ý nghĩa của tâm xả ly là phần căn bản của việc Quy y. Khía cạnh thứ hai của Quy y là Tâm chí thành, đây là quả của tâm xả ly. Tâm chí thành cũng là một khía cạnh của Trí tuệ, cả hai Tâm chí thành và Tâm xả ly đều thực sự là Trí tuệ. Tâm chí thành là trí tuệ hiểu rõ Niết bàn giải thoát, còn Tâm xả ly là trí tuệ hiểu rõ bản chất Luân hồi sanh tử. Như vậy Luân hồi và Niết bàn là hai khía cạnh của thế giới này. Khi chúng ta có trí tuệ hiểu về Niết bàn, hay trạng thái tâm giải thoát nơi chính mỗi người. Đó là Tâm chí thành.

Theo truyền thống các thừa Phật giáo, thì có nhiều loại tâm chí thành. Nguyên Thủy Phật giáo, Đại Thừa Phật giáo, Kim Cương Thừa đều có mỗi cách phát triển tâm chí thành khác nhau. Nhưng trong cả ba thừa, Tâm chí thành đều chỉ trí tuệ



hiểu biết về bản chất của Niết bàn, hay trạng thái giác ngộ, vì giác ngộ là mục tiêu mà tất cả mọi hành giả đều xoay tâm chí thành quy hướng về đó. Cách thông thường để phát triển tâm chí thành hướng về giác ngộ chính là nương tựa đức Phật. Ngài là đối tượng chính của tâm chí thành. Bởi vì đức Phật Thích Ca đã chứng ngộ ngôi vị Chính đẳng Chính giác, nên tất cả tâm chí thành tập trung phát triển hướng vào Ngài. Trong Nguyên Thủy Phật Giáo, để phát triển tâm chí thành mạnh mẽ, hành giả nương vào hình ảnh đức Phật Thích Ca làm đối tượng Quy y.

Đại Thừa Phật Giáo thì tập trung phát triển tâm chí thành hướng vào Giáo Pháp. Hành giả Đại Thừa cho rằng Phật quả chỉ có thể chứng ngộ thông qua sự thực hành Giáo Pháp. Vì thế, các hành giả tập trung hướng tâm chí thành vào Giáo Pháp nhiều hơn. Theo giáo lý hệ thống Đại Thừa, tập trung tâm chí thành hướng vào Pháp là rất hợp lý, vì Giáo Pháp là vị thuốc màu nhiệm thực sự mang lại quả vị Phật. Bởi vậy, truyền thống Đại Thừa nhấn mạnh tầm quan trọng của Giáo Pháp so với Phật và Tăng. Đó là cách thứ hai để phát triển tâm chí thành.

Điểm đặc biệt của Kim Cương Thừa là trong giáo lý của hệ thống này, Tâm chí thành lại hướng về Tăng già. Như vậy, dù trong cả ba thừa, tâm chí thành đều hướng về Phật, Pháp, Tăng, tuy nhiên mỗi thừa tập chung đặc biệt vào một đối tượng được cho là quan trọng hơn. Hành giả Kim Cương Thừa hướng tâm chí thành vào Tăng, bởi Tăng già là đối tượng duy nhất mà chúng ta có thể nhận được sự nâng đỡ trợ giúp một cách trực tiếp ngay trong đời sống hiện tại. Người phàm phu như chúng ta không có đủ tâm thanh tịnh để tiếp kiến được với đức Phật Thích Ca, không có đủ trí thanh tịnh để đón nhận Giáo Pháp trực tiếp từ đức Phật Thích Ca. Mặc dù đức Phật và Giáo Pháp của Ngài rất tuyệt vời hoàn hảo, nhưng hiện tại chúng ta chỉ có thể đón nhận Giáo Pháp từ Tăng già như các bậc Thầy. Các ngài là đại diện của Tăng già, việc các ngài vĩ đại như thế nào không quan trọng. Hiện tại các ngài đang ở trong hình tướng loài người, các ngài đã chọn cách thị hiện là một con người, thì dù là bậc Thầy Việt Nam, Ấn Độ, hay Tây Tạng, chúng ta vẫn có thể trực tiếp đón nhận Giáo Pháp, tiếp nhận sự hướng đạo từ các Ngài. Vì thế Kim Cương Thừa tin rằng Tăng già là đối tượng quan trọng nhất để phát triển tâm chí thành, và như vậy đối với Tam Bảo trong Kim Cương Thừa thì bậc Thầy là quan trọng nhất. Bậc Thầy đọc theo tiếng Phạn là "Guru", tiếng Anh là "Master", tiếng Hán là "Căn bản Thượng sư", tiếng Việt là "Thầy gốc". Đây là đối tượng quan trọng nhất của Kim Cương Thừa, vì Căn bản Thượng sư là người duy nhất bạn có thể trực tiếp trình bày tâm tư sở nguyện của mình, và đón nhận sự hướng đạo từ Quý ngài.

Như đã nói, Đức Phật là một bậc Thầy vĩ đại, xứng đáng với mọi lời tán thán, cúng dường vô tận. Ngài thực sự vẫn luôn hiện diện cùng chúng ta, song chỉ vì chưa đạt

giác ngộ nên chúng ta không thể tiếp cận, diện kiến và đón nhận Giáo Pháp trân quý từ Ngài. Vào lúc này, chúng ta chỉ có thể đón nhận Giáo Pháp từ Căn bản Thượng sư của mình trong hình tướng loài người. Đây chính là đối tượng mà bạn hướng đến để phát triển tâm chí thành! Thông qua bậc Căn bản Thượng sư, bạn sẽ phát triển được tâm chí thành chân thật hướng về đức Phật và Giáo Pháp một cách hoàn hảo. Tâm chí thành của bạn sẽ được phát triển hoàn hảo! Lúc đó bạn sẽ đón nhận được Giáo Pháp chân thật từ đức Phật. Tâm chí thành lúc này không phải chỉ là những lời ca ngợi suông về công đức thâm sâu của Phật và Giáo Pháp, mà là kinh nghiệm thực chứng, niềm tri ân chân thật xuất phát từ sự thực hành. Tâm chí thành trong tâm chúng ta lúc đó sẽ không bao giờ bị thoái thất hay gián đoạn và sẽ luôn luôn hướng về đức Phật. Khi chúng ta được thực hành Giáo Pháp, do lòng từ bi của Căn bản Thượng sư (Tăng già) hướng đạo chúng ta, tâm chí thành sẽ được trưởng dưỡng nơi chúng ta. Nhờ Ngài, chúng ta hiểu rõ lợi ích việc thực hành Pháp của đức Phật, để rồi chứng ngộ Phật quả và vô cùng tri ân đức Phật Thích Ca. Niềm tri ân này được gọi là chân tín hay tâm chí thành chân thật. Thậm chí trong truyền thống Kim Cương Thừa, Căn bản Thượng sư chính là Phật, Pháp, Tăng. Ngài là một vị hành giả chân thật, đã đạt được sự chứng ngộ trong hình tướng loài người. Bởi đã đạt giác ngộ nên các ngài chọn lựa hóa thân chuyển thế trở lại thế gian trong các hình tướng, ngôn ngữ khác nhau, và chủ động hướng đạo theo nhiều phương pháp khác nhau, như Nguyên Thủy, Đại Thừa hay Kim Cương Thừa, miễn sao đem lại sự lợi ích cho mọi người. Những người phàm thấy Ngài là Tăng già, nhưng thực tế cùng một lúc Ngài là hiện thân của cả Phật, Pháp và Tăng. Đây là giải thích chung về phương pháp thực tập Quy y Phật Pháp Tăng cho cả ba thừa, chứ không phải riêng bất kỳ thừa nào.

Pháp tu Mở đầu tiếng Tạng gọi là Ngondro, là pháp thực hành đặc biệt của Kim Cương Thừa, cũng gọi là Mahamuda, nhưng trong sự thực hành của Pháp tu Mở đầu gồm đủ cả ba Thừa. Thực hành Quy y là pháp tu thuộc Nguyên thủy. Phát Bồ đề tâm là cốt tủy của Đại Thừa. Pháp tịnh hóa nghiệp chướng Kim Cương Tát Đỏa và Guru Yoga là pháp thực hành của Kim Cương Thừa. Như vậy ba phần của Tam Thừa cần thực hành một cách bình đẳng! Điều này rất quan trọng! Nếu cho rằng tu tập Kim Cương Thừa không cần đến Đại Thừa hay Nguyên thủy là hoàn toàn sai. Cũng thế, nếu cho rằng thực hành Đại Thừa không cần hai Thừa kia cũng là tà kiến. Trong pháp tu mở đầu Ngondro, hành giả cần phải thực hành bình đẳng cả ba thừa thì mới trọn vẹn hết được nghĩa Giáo Pháp của đức Phật. Mặc dù cả ba phần thực hành quan trọng như nhau, nhưng trước hết, với căn cơ trình độ của chúng ta bây giờ, thì pháp Quy y là quan trọng nhất.

Bây giờ chúng ta sẽ bớt thời gian để cùng nhau trì tụng Quy y. Trong lời trì tụng này câu thứ nhất là Căn bản Thượng Sư (Lama) luôn gắn kết với Phật (Sanggyé). Chữ "Lama" là chỉ bậc Căn bản Thượng Sư, còn "Sanggyé" là nêu biểu Ngài trực tiếp tượng trưng cho đức Phật. Nói cách khác, vì bậc Căn bản Thượng Sư đã chứng ngộ Phật tính, nên chúng ta gọi Ngài là "Lama Sanggyé" (chữ "Sanggyé" tiếng Tạng nghĩa là Phật). Như tôi đã nói lúc trước, hành giả Kim Cương Thừa hướng sự phát triển tâm chí thành vào đối tượng Tăng già, sau đó hướng về Giáo Pháp, cuối cùng hướng về Đức Phật.

MA NAMKHA DANG NYAMPEI SEMCHEN THAMCHÉ...

...LAMA SANGGYÉ CHÖE KYI KULA KYABSU CHIO/

MA NAMKHA DANG NYAMPEI SEMCHEN THAMCHÉ...

...LAMA LONGCHÖE DZOGPEI KULA KYABSU CHIO/

MA NAMKHA DANG NYAMPEI SEMCHEN THAMCHÉ...

...LAMA THUGJÉ TrULPEI KULA KYABSU CHIO/

MA NAMKHA DANG NYAMPEI SEMCHEN THAMCHÉ...

...LAMA SANGGYÉ RINPOCHÉ LA KYABSU CHIO/

Như vậy câu: "MA NAMKHA DANG NYAMPEI..." có nghĩa là "con và tất cả chúng sinh mẹ". Đây là Bồ đề tâm, cũng là giới nguyện của Bồ tát, và thể hiện tư tưởng quan trọng của giáo lý Đại Thừa. Câu thứ hai "Lama Sanggyé..." thể hiện tư tưởng quan trọng của Kim Cương Thừa là bậc Thầy luôn gắn kết với Phật... Câu "Kyab su chio..." nghĩa là "con xin Quy y", thể hiện tư tưởng quan trọng của giáo lý Nguyên thủy Phật giáo đó chính là sự Quy y. Như vậy sự quan trọng của cả ba Thừa đều được thể hiện trong văn trì tụng Quy y này. Câu thứ nhất thể hiện sự quan trọng của Đại Thừa, câu thứ hai thể hiện sự quan trọng của Kim Cương Thừa và cuối của câu hai "Kyab su chio" thể hiện sự quan trọng của Nguyên thủy Phật giáo.

Quy y luôn là bước đầu tiên, là nền tảng căn bản của toàn bộ sự thực hành Phật pháp trong ba thừa. Phát Bồ đề tâm là sự thực hành của Đại Thừa hay Kim Cương Thừa. Bất kỳ pháp môn nào trước tiên cũng cần thực hành Quy y! Vì vậy, sự thực hành giáo lý căn bản của Phật giáo Nguyên Thủy cũng như khởi động máy cho một chiếc xe. Khi chiếc xe bắt đầu chạy thì đó là công phu thực hành của Đại Thừa và Kim Cương Thừa. Điều kiện căn bản cần thiết của Quy y là tâm chí thành và sự xả ly.

Tâm chí thành có ba thứ lớp cụ thể:

- Thứ nhất là tâm chí thành truyền cảm, nghĩa là bạn nhận được nguồn cảm hứng từ Chư Phật, từ Niết bàn giải thoát, từ lòng từ bi trí tuệ, hay từ bất kỳ nguồn cảm hứng tâm linh thanh tịnh nào. Chúng ta gọi tâm chí thành này là tâm chí thành truyền cảm.
- Thứ hai là tâm tha thiết mong nguyện, ví như tha thiết mong nguyện chứng đạt giác ngộ, tha thiết mong nguyện thành Phật, tha thiết mong nguyện chứng ngộ Mahamudra. Chúng ta gọi đây là tâm chí thành tín nguyện.
- Thứ ba là đức tin chân thật. Bạn cần phải chứng đạt trí tuệ của Niết bàn Giác ngộ, Bồ tát phát Bồ đề tâm, hay tất cả ngôi vị giác ngộ. Sự thành tựu của trí tuệ này sẽ hoàn thiện trí tuệ gốc, và đây gọi là đức tin chân thật. Đức tin ở đây không giống đức tin mà chúng ta vẫn thường nghe ở tôn giáo khác, ví dụ như tin vào Đấng Thích. Đức tin của Phật giáo xuất phát từ trí tuệ, còn đức tin của nhiều tôn giáo khác được tạo dựng trên cơ sở được dạy phải tin mà không cần hiểu. Đức tin của Phật giáo không phải do người khác dạy, mà phải từ trải nghiệm thông qua sự thực hành, hoặc thông qua trí tuệ của chính mình.

Đức Phật Thích Ca từng dạy rằng không ai có thể giảng dạy Phật Pháp vì Phật Pháp là chân lý tuyệt đối, chỉ có thể được trải nghiệm trực tiếp bằng sự thực hành Giáo Pháp của chính bản thân mỗi người. Quả của sự trải nghiệm này chính là đức tin chắc thật mà chúng ta nói đến. Đức tin và tâm chí thành liên hệ mật thiết với tín tâm, tạo thành tâm chí thành quan trọng cần thiết. Sự hiểu biết hay trí tuệ chân thật là quan trọng nhất, sẽ dẫn dắt sự thực hành chân chính chánh kiến cho cả Tam Thừa. Trí tuệ là điểm trọng yếu mà ở đây chúng ta gọi là đức tin chắc thật, đó là phần quan trọng nhất của tâm chí thành, hay còn gọi là chân tín. Ở bên kia lãnh địa của trí tuệ chính là sự vô minh. Và bạn cũng sẽ không thể trở thành một hành giả thiện xảo trong sự thực hành nếu không có trí tuệ cần thiết. Làm sao bạn có thể thực hành mà không có một ý tưởng, hay lý do chính đáng để khởi tâm khát ngưỡng sự thực hành. Nếu bạn giả vờ là một hành giả tốt, có ai đó hỏi bạn: “Xin lỗi động cơ của bạn là gì? Tại sao bạn thực hành Phật Pháp? Bạn thực hành Phật Pháp với mong nguyện gì?” Chẳng lẽ bạn lại trả lời: “Ồ, tôi không biết, thực sự xin lỗi, tuy tôi đang thực hành Ngondro, đang thực hành Giáo Pháp của đạo Phật, đang thực hành Bồ đề tâm...nhưng tôi thực sự không hiểu tôi đang làm gì và với mục đích gì?”. Đó là vô minh và sự thực hành của bạn nếu đúng như vậy chỉ là lãng phí thời gian vô ích!

Như vậy Trí tuệ chính là điểm then chốt cốt lõi đặc biệt trong pháp Quy y. Nếu không có trí tuệ thì tại sao bạn muốn Quy y. Vậy có khác gì Quy y mà không có mục đích chân chính. Sự thực hành của bạn khi đó cũng giống như người tìm cách

giải trí, chỉ là giết thời gian, vì làm những việc mà không hề hiểu ý nghĩa của chúng. Như vậy để thành tựu pháp Quy y cần nhất trí tuệ hiểu biết sâu sắc về Niết bàn, hiểu rõ về tự tính tâm của chính mình, như vậy gọi là tâm chí thành, còn sự hiểu biết sâu sắc về bản chất của Luân hồi là phần cốt tủy của tâm xả ly. Không những thế, nếu bạn không có trí tuệ hiểu biết về Niết bàn hay Luân hồi, thì tâm chí thành của bạn sẽ rất nông cạn yếu ớt và dễ dao động bởi nó không được phát triển vững chãi. Cái được gọi là tâm chí thành khi ấy hoàn toàn phụ thuộc vào người khác như bạn bè, Thầy tổ, chúng tăng, hay phụ thuộc vào hoàn cảnh cuộc sống, loại tâm này chỉ trong thời gian ngắn rất dễ thay đổi. Loại tâm chí thành nông cạn đó, sẽ hoàn toàn không đưa đến sự giải thoát, sẽ không mang đến cho bạn động cơ và nguồn cảm hứng sâu xa của sự giác ngộ hay Bồ đề tâm, cũng không thể khiến bạn thực hành chuyên cần tinh tiến, mà chỉ là sự thực hành nhất thời, có thể hôm nay bạn thực hành nhưng ngày mai thì chưa chắc.

Trí tuệ sâu sắc và tâm chí thành chân thật có liên hệ mật thiết đến đức tin hay chân tín, hai loại tâm chí thành mong nguyện và tâm chí thành truyền cảm rất cần thiết được phát triển nhờ sự hiểu biết sâu sắc tức tâm chí thành trí tuệ. Ví dụ khi bạn cảm thấy đói, thì tâm bạn sẽ nghĩ ngay đến thức ăn, điều này không nghi ngờ gì nữa. Tại sao thực phẩm lại xuất hiện đầu tiên trong tâm bạn khi bạn đói? Bởi vì bạn có niềm tin hoàn toàn chắc chắn rằng, thực phẩm sẽ làm cho bạn no lòng. Những hình ảnh thực phẩm sẽ dễ dàng xuất hiện trong tâm ngay khi bạn đói, nó rất nhậm vận tự nhiên không cần ai phải dạy, và bạn rất sẵn lòng làm gì đó để có thức ăn, bạn sẽ rất nhậm vận tìm thức ăn, không cần ai ép buộc, điều này có nghĩa là bạn có cảm hứng và niềm tin vào thực phẩm, nên bạn muốn có thực phẩm mà không cần một sự ép buộc nào.

Tâm chí thành mong nguyện sẽ xuất hiện ngay sau tâm chí thành truyền cảm, bởi vì như trong ví dụ ở trên tôi đã kể, khi đói lòng, bạn có niềm tin cảm hứng rằng thực phẩm sẽ tạo nên năng lượng để bạn chấm dứt được cơn đói. Tại sao chúng ta không có đức tin vào Phật, không có đức tin vào sự giải thoát, vì chúng ta không hiểu biết gì về sự giải thoát, không hiểu biết gì về đức Phật. Phật là gì? Giác ngộ là gì? Giải thoát là gì? Chúng ta đều không biết. Bởi vậy, khi gặp phải tất cả những vấn đề rắc rối trong cuộc sống, trong công việc hay những dao động bất ổn của tâm lý, hoặc thân thể bệnh hoạn ốm đau, chúng ta thường chịu đựng khổ đau, hoặc tìm kiếm bác sĩ, hay những phép chữa lành khác để trợ giúp những rắc rối cho chúng ta, mà chúng ta không bao giờ biết nương vào Phật Pháp Tăng, chỉ vì chúng ta không có đức tin vào Tam Bảo. Chúng ta chỉ muốn tìm cầu cái gì đó ở bên ngoài chứ không phải là Phật pháp. Đây là lý do chính khiến chúng ta không có đường ra khỏi luân hồi sinh tử, cứ lặn ngụp mãi trong biển khổ mông lung. Và đó cũng là lý

do tại sao chúng ta không có động cơ chí thành để thực hành Ngondro, chúng ta không có nguồn cảm hứng để thực hành Phật pháp, chúng ta không có cảm hứng để trở thành một hành giả của Nguyên thủy Phật giáo hay Đại Thừa Phật giáo. Phật pháp không còn quan trọng với chúng ta, điều quan trọng với chúng ta lúc này là tiền bạc, bạn bè và những sở hữu thế gian. Đó là lý do tại sao chúng ta luôn bị đắm chìm trong luân hồi thống khổ, mà không biết đâu là bến bờ giải thoát. Dĩ nhiên không phải những tài sản vật chất như tiền bạc, tiện nghi không quan trọng, hoặc sự phát triển của thế giới không quan trọng, mà chúng ta cần hiểu rằng, song song với sự phát triển đó, cần có sự an bình nội tâm, tâm hoan hỷ bằng lòng với thực tại, hay những trạng thái tâm lý khác, bắt nguồn từ trí tuệ hiểu biết. Như vậy thì đức tin hay tâm chí thành là vô cùng quan trọng, vì nếu chỉ có tâm mong cầu tiền bạc hay sự thành đạt thế tục, thì không đủ đem đến cho chúng ta hạnh phúc chân thật, nên chúng ta cần tâm chí thành hướng về tâm linh, về sự giải thoát giác ngộ.

Sự chứng đạt tâm linh hay còn gọi là sự thực hành Phật pháp. Ví dụ trong một đất nước chúng ta cần lưu tâm đến cả hai mặt là sự phát triển thế tục, những thành tựu trong lĩnh vực kinh tế, khoa học, xã hội... Đây là những khía cạnh cần được phát triển bình đẳng nhưng đồng thời chúng ta cũng cần phát triển tình thương yêu và lòng bi mẫn, là những khía cạnh thuộc trí tuệ. Nếu một đất nước phát triển cả hai mặt tâm linh và vật chất, thì mới thật có ý nghĩa, đó là đường lối đúng đắn cần nên theo, nếu bạn chỉ mong phát triển về vật chất mà không quan tâm đến việc phát triển tâm linh, thì kết cục là chịu nhiều đau khổ, đối với tâm linh họ không có một giải pháp nào để loại bỏ khổ đau, họ không biết làm thế nào để giải quyết chúng, điều này đang thực sự diễn ra tại một vài đất nước phát triển trên thế giới. Trong những đất nước đang phát triển nhất thế giới thì người dân đang bắt đầu phải chịu những khổ đau, cực kỳ bế tắc về tâm linh mà không biết cách nào để giải quyết chúng, đây là kết quả của cách phát triển lệch một bên, vì họ chỉ trú trọng vào phát triển vật chất, mà bỏ qua sự phát triển tâm linh, đây cũng là lý do tại sao con người bắt đầu nhận ra rằng, họ đang chịu khổ đau. Tôi rất hoan hỷ khi biết rằng tại Việt Nam, ngoài việc đặt nỗ lực vào phát triển đời sống vật chất, chính quyền sở tại cùng lúc cũng để tâm đến sự phát triển tâm linh, như việc cho phép tự do phát triển tôn giáo, cho phép xây dựng chùa chiền, cho phép mở trường Phật học... và chấp nhận các hoạt động mang tính tâm linh khác.

Tất cả những ai muốn thực hành Ngondro nên biết rằng sự phát triển tâm chí thành là vô cùng quan trọng. Tâm chí thành hay sự dâng hiến cần phải bao trùm cả hai khía cạnh vật chất và tâm linh. Tâm chí thành mà đức Phật Thích Ca dạy không giống với khái niệm niềm tin của các tôn giáo khác. Một lần nữa tôi xin nhắc lại: Cái gọi là "tâm chí thành", hoặc bạn cũng có thể gọi là đức tin, thì trong Phật pháp

chính là trí tuệ. Sự phát triển đức tin chính là sự phát triển trí tuệ, nhưng cần hiểu biết thêm tầm quan trọng của sự phát triển thế tục, và làm thế nào để làm chủ và giải quyết chúng, cũng như sự phát triển tâm linh, và làm thế nào để chúng ngộ chúng, đây chính là tâm chí thành hay đức tin. Đức tin của những tôn giáo khác là phải tin vào một điều gì đó mà chúng ta không thấy, điều đó có thể tồn tại hay không tồn tại nhưng bạn vẫn phải tin, như tin Đấng Thích chẳng hạn, mặc dù bạn không biết Đấng Thích đang ở đâu, là người như thế nào, nhưng bạn vẫn phải tin và được yêu cầu bắt buộc phải tin. Đặc biệt trong Kim Cương Thừa, do sự trải nghiệm thực hành Pháp của bạn mà phát khởi niềm tin, nên đức tin rất thiết thực hiện tại, trên con đường tu tập bất kỳ ai che chở nâng đỡ bạn, giúp bạn phát triển từ bi và trí tuệ, giúp bạn hiểu cách sống có ý nghĩa hơn trong thế giới này, hay hướng đạo cho bạn, thì vị đó chính là đối tượng bạn cần hướng tâm chí thành đến, Ngài là Căn bản Thượng Sư, người đã thực sự đạt được giác ngộ. Đương nhiên vị Căn bản Thượng Sư là vị giác ngộ, chứ không phải là một bậc Thầy không có phẩm hạnh. Bậc Thầy không phẩm hạnh sẽ không làm lợi ích cho ai, còn bậc Căn bản Thượng Sư chân chính sẽ có khả năng hướng đạo dẫn dắt chúng sinh theo con đường chánh Pháp, nên chúng ta cần có đức tin nơi Ngài và một lòng theo sự hướng đạo của Ngài để lợi ích chính mình và tất cả chúng sinh.

Chúng ta có các niềm tin khác nhau đối với ba thời Quá khứ, Hiện tại, Vị lai. Thời nào quan trọng nhất? Một số người nói quá khứ là quan trọng, số khác lại cho rằng hiện tại là quan trọng, còn đối với một số người thì tương lai quan trọng hơn. Trong giáo lý đạo Phật có ba cách theo ba Thừa khác nhau, Nguyên Thủy Phật giáo cho rằng quá khứ là quan trọng, bởi vì những trải nghiệm trong quá khứ là những tấm gương quan trọng, sẽ đem đến cho bạn nguồn cảm hứng và sự sách tấn giúp bạn tiến xa hơn trên con đường tâm linh. Ví dụ: hiểu biết về Chư Phật thời quá khứ sẽ giúp bạn có được nguồn cảm hứng, khuyến khích bạn bước theo gót sen của Phật Thích Ca Mâu Ni, vì bạn đã được học rất nhiều về cuộc đời, sự nghiệp của đức Phật. Câu thần chú “Tayatha Om gate gate paragate parasamgate...” nghĩa là: “Chư Phật trong quá khứ, con đường các ngài đã đi, con xin lấy đó là tấm gương sáng và nguyện sẽ đi theo...” Nên đối với giáo lý của truyền thống này thì quá khứ có vai trò quan trọng.

Giáo lý Đại Thừa hay Kinh thừa lại có quan niệm cho tương lai là quan trọng, vì tương lai là những điều bạn sẽ trải nghiệm, không phải chỉ trong một thời gian ngắn, mà một thời gian rất dài, cho nên tương lai quan trọng nhất, bởi thế tương lai cần được chú trọng và phát triển. Đối với Kim Cương Thừa thì hiện tại lại quan trọng nhất, vì hiện tại là nhân của tương lai, dù tương lai rất quan trọng không có gì nghi ngờ cả, nhưng nếu không có hiện tại thì sẽ không có tương lai, cho nên để có

được một tương lai phát triển tốt đẹp thì hiện tại cần phải được phát triển. Hiện tại được phát triển qua việc thực hành Phật pháp, áp dụng Phật pháp vào đời sống hiện tại để xây dựng nền tảng và phát triển xa hơn tương lai. Như vậy cả ba thời đều quan trọng như nhau, nhưng mỗi Thừa có một chút khác biệt, ba cách nói khác nhau tạo nên rất nhiều ý nghĩa. Nếu bạn không biết gì về quá khứ, như không biết gì về đức Phật và sự hoằng pháp của các Ngài, bạn sẽ không bao giờ có nguồn cảm hứng để thực hành tâm linh. Tương lai cũng quan trọng, vì đó là đời sống và những môi trường chúng ta đang hướng tới. Hiện tại cũng quan trọng vì nếu không có một hiện tại tốt thì sẽ không có một tương lai tốt. Kim Cương Thừa thể hiện sự hướng dẫn, và cảm hứng về cách sống trong hiện tại hướng đạo cho bạn cách sống ngay trong cuộc đời này.

Khi chúng ta nói về sự phát triển Bồ đề tâm, đây là một giáo lý rất đặc biệt của Đại Thừa. Thuật ngữ Bồ đề tâm không được đề cập đến trong giáo lý của Nguyên thủy Phật giáo mặc dù cốt tủy và sự thực hành Bồ đề tâm vẫn có trong Nguyên thủy. Thuật ngữ này chỉ được sử dụng trong Phật giáo Đại Thừa. Bồ đề tam tiếng Phạn gọi là "BodhiCitta": "Bodhi" nghĩa là giác ngộ, còn chữ "citta" là tâm, ghép lại là BodhiCitta hay tâm giác ngộ. Đó là tâm trí tuệ hiểu rõ thấu triệt, hay giác ngộ toàn bộ vũ trụ. Chữ "BodhiCitta" cũng hợp với Từ bi và Trí tuệ, chữ "Bodhi" là "Trí tuệ" còn chữ "citta" là Từ bi. BodhiCitta là Trí tuệ, là sự hiểu biết trọn vẹn, nếu chỉ hiểu một nửa thì chỉ có một nửa trí tuệ, nếu không hiểu gì, thì bạn chẳng có một tí trí tuệ nào. Như vậy, trí tuệ là sự giác ngộ, nếu bạn có trí tuệ trọn vẹn thì đó là sự giác ngộ trọn vẹn, nếu bạn có trí tuệ một ít thì đó là một phần trí tuệ, nếu bạn hiểu toàn bộ thế giới và biết sống một cách đúng đắn, thì đó là kinh nghiệm giác ngộ. Do đó, trí tuệ và sự giác ngộ có liên hệ và cùng tồn tại, không bao giờ tách rời nhau. Bodhicitta là thuật ngữ chúng ta thường sử dụng, thỉnh thoảng chúng ta cũng có thể nói Từ bi và Trí tuệ, trong thuật ngữ của Kim Cương Thừa gọi là đại lạc và tánh không. Mỗi truyền thống có mỗi cách sử dụng thuật ngữ khác nhau, nhưng thực sự bản chất của chúng là Từ bi và Trí tuệ, cho nên Bodhi là Trí tuệ, còn Citta có nghĩa là tâm hay trái tim. Trái tim là nêu biểu của tình thương yêu (từ bi) mà hai yếu tố này luôn cần kết hợp với nhau, nếu không có trí tuệ thì lòng từ bi sẽ trở thành bản năng, hoang dã, và nó chẳng lợi ích gì cho ai, dù bạn có tình thương yêu rộng lớn thì cũng sẽ đi sai đường. Vì thế trí tuệ và từ bi phải được phát triển song song. Nếu có trí tuệ mà không có tình thương yêu thì trí tuệ đó không thật là trí tuệ, vì nó không có giá trị gì, chẳng hướng đến một hoạt động lợi ích nào cho chúng sinh, nên tình thương yêu cần phải được phát triển cùng trí tuệ. Từ bi là công cụ, là hoạt động, cho nên sẽ chẳng có ý nghĩa gì, nếu có trí tuệ mà không có công cụ, hoạt động của yêu thương. Ví dụ tôi có rất nhiều ý tưởng muốn làm rất nhiều việc



tốt cho xã hội, nhưng tôi không có tay để viết, không có mắt để nhìn, không có chân để đi, tôi chẳng có gì cả, chỉ có bộ óc nghĩ ra nhiều điều tốt đẹp, mà không có công cụ để thực hiện, tương tự như thế, nếu không có lòng từ bi, thì trí tuệ trọn vẹn nào có ích gì. Ngược lại nhiều trường hợp tuy có từ bi mà không có trí tuệ, hầu hết tất cả mọi người, mọi loài đều có sẵn tình thương yêu, nhưng chúng ta không có trí tuệ, trong khi trí tuệ rất cần thiết. Loài người chúng ta phải đối diện với rất nhiều vấn đề rắc rối, chỉ vì tình thương không được dẫn dắt bởi trí tuệ, không những loài người mà loài vật cũng thế, loài người chúng ta có bản năng rất mạnh, nhưng không biết cách nào để tự chủ tình cảm của mình do thiếu trí tuệ, chúng ta sử dụng tình cảm vào rất nhiều mục đích khác nhau, như đôi khi sử dụng chúng thành lĩnh vực ái dục, có khi lại sử dụng tình cảm để làm hại người khác. Vì ái dục mà hãm hại người khác, giết chúng sinh, lừa đảo mọi người đều do ái dục. Kết quả của loại ái dục đó là sự hủy diệt, điều này không nên xảy ra, tình thương yêu cần được sử dụng để xây dựng chứ không phải để phá hủy. Ái dục là nguyên nhân dẫn chúng ta đến các kiếp trôi lăn trong sinh tử, như vậy ái dục là bản chất đời sống của con người, nó lái toàn bộ thế giới phàm tình này, vậy làm thế nào để chuyển hoá nó là vấn đề vô cùng quan trọng. Bạn phải biết cách chuyển hoá chúng thành lợi ích, để xây dựng chứ không phải để hủy diệt.

Bây giờ chúng ta cần hiểu tầm quan trọng của sự chia sẻ, đó cũng là trí tuệ. Nếu bạn biết được sự chia sẻ quan trọng như thế nào, thì đó là con đường quan trọng để đạt đến trí tuệ. Hiện tại những gì chúng ta có, ta không muốn chia sẻ với ai, chỉ muốn có nó cho riêng mình, vì chúng ta không có trí tuệ. Chia sẻ là con đường của toàn bộ truyền thống Phật giáo, chia sẻ bất kỳ thứ gì mà bạn có, nếu trường hợp bạn không có của cải vật chất để chia sẻ, thì bạn có thể chia sẻ bằng tình thương, bằng sự cầu nguyện. Thông qua sự cầu nguyện chúng ta chia sẻ niềm vui hạnh phúc và nguyên nhân của hạnh phúc, hay các công đức mà ta đã tích lũy, sự chia sẻ này gọi là lời cầu nguyện.

Trong truyền thống Phật giáo, chúng ta thường nguyện cho chúng sinh, cho người khác, đối với chúng ta việc cầu nguyện là giải pháp hiệu quả nhất để thực hành Bồ đề tâm. Trước tiên chúng ta cần biết, cần hiểu hạnh phúc, ước nguyện của mọi người quan trọng như thế nào. Chúng ta không tôn trọng ước nguyện của người khác bởi chúng ta không hiểu và còn thiếu trí tuệ hiểu biết. Chúng ta cần phải hiểu hạnh phúc của người khác quan trọng như thế nào và không nên chỉ nghĩ đến hạnh phúc của riêng mình, cho rằng chỉ có hạnh phúc của mình mới là quan trọng. Chúng ta hoàn toàn không quan tâm đến hạnh phúc của mọi người, bởi vì chúng ta vô minh thiếu trí tuệ. Vì vô minh nên chúng ta không biết được hạnh phúc của người khác quan trọng hơn hạnh phúc của mình. Sự vô minh này làm tê liệt con

đường của Phật pháp, mà tê liệt có nghĩa là bạn chẳng có gì cả, có tay nhưng không có ngón tay, nên bạn không thể làm được gì, duy nhất chỉ nghĩ đến mình và không làm gì lợi ích cho ai cả. Chúng ta muốn có thực phẩm tốt, tiện nghi tốt, bạn tốt, gia đình hạnh phúc tốt, chúng ta có tiền bạc, sức khỏe... để tạo hạnh phúc cho riêng mình. Tất cả mọi người ai cũng muốn như vậy, tất cả loài động vật chúng cũng muốn sức khỏe, thực phẩm, tiện nghi... mọi người và mọi loài trên thế giới này, đều có nhu cầu hạnh phúc giống nhau. Cho nên chúng ta cần phải hiểu được điều đó, những người thường như chúng ta dường như không hiểu điều này, đó là sự vô minh. Chúng ta chỉ nghĩ đến nhu cầu tiền bạc, tiện nghi, thực phẩm... của mình, mà chẳng bao giờ nghĩ đến nhu cầu của người khác, hay loài khác. Đây thật là không từ bi không trí tuệ, nếu chúng ta cứ duy trì cách nghĩ và thái độ như vậy thì sẽ không bao giờ phát triển được Bồ đề tâm, sẽ không bao giờ đạt được giác ngộ. Bởi vậy bạn cần hiểu rõ khi chúng ta nói đến chữ Bodhi, tức là nói đến trí tuệ, là chúng ta đang liên hệ đến nhận thức chân thành về tầm quan trọng hạnh phúc bình đẳng của mọi người, mọi loài không trừ một ai. Tất cả mọi người cho đến mọi loài đều mong cầu hạnh phúc bình đẳng như nhau, sự hiểu biết này chính là trí tuệ. Sau khi phát triển được loại trí tuệ này, thì tình thương yêu hay các hoạt động lợi tha sẽ trực tiếp hướng về mọi người mọi loài, không còn khư khư đến bản thân mình nữa.

Chúng ta có hạnh phúc và tất cả mọi người cần có hạnh phúc, thậm chí tất cả các loài động vật như chó, lợn, dê, chim, gà đều cần hạnh phúc... mỗi một cá nhân trên thế giới này, đều cần hạnh phúc tiện nghi, sức khỏe, tài bảo. Như thế bạn sẽ hiểu một cách sâu sắc chân thành từ sâu thẳm trong tâm hồn mình, và rồi tình yêu thương thực sự sẽ hướng đến để bảo vệ, để trợ giúp, để nâng đỡ, để khuyến khích tất cả mọi loài, thay vì dầy vò giết hại lừa dối nhau. Bạn thử nghĩ xem nếu chúng ta không muốn bị giết thì tại sao mình lại có thể đang tâm giết hại loài khác. Đây là điều chúng ta phải cân nhắc suy xét. Chính vì không hiểu điều này, chính vì thiếu trí tuệ, thiếu tình thương nên chúng ta không cần quan tâm đến sự sống chết của mọi loài. Còn bản thân mình thì rất muốn sống lâu, không muốn đau đớn, thậm chí không muốn một cái kim nhỏ chích vào mặt mình, hay không muốn những cái mụn nhọt xuất hiện trên mặt mình, nếu bạn có bộ mặt xinh đẹp mà bị như vậy thì sẽ càng đau khổ. Thế mà khi giết hoặc chặt đầu ai đó hay loài vật nào đó, chúng ta chẳng quan tâm đến nỗi đau đớn của họ, bởi vì chúng ta thiếu trí tuệ và tình thương.

Khi nói về việc phát triển Bồ đề tâm, tức là nói đến sự phát triển từ bi và trí tuệ, cách đầu tiên để phát triển chính là sự cầu nguyện. Theo cách cầu nguyện của Phật giáo, thì thường không cầu nguyện cho mình, cho gia đình mình, mà hướng tới sự

cầu nguyện cho hạnh phúc và giải thoát của tất cả muôn loài chúng sinh, trong đó có cả bản thân mình. Hiện tại chúng ta chưa đủ khả năng để làm nhiều lợi lạc cho chúng sinh, vì chúng ta chưa chứng ngộ, nên nếu có làm gì, thì không đạt được kết quả như ý, chúng ta còn yếu kém về mặt tâm linh, nghèo nàn về vật chất, nên dù có trí tuệ và từ bi chúng ta chỉ biết cầu nguyện cho hạnh phúc của chúng sinh, bằng trọn vẹn sự hiểu biết và tình thương nơi mình. Với sự cầu nguyện chân thành, thì tất cả chúng sinh có thể ân hưởng. Ví dụ nếu chúng ta mong cầu sở hữu một đất nước, thì sẽ có tất cả núi sông, nhà cửa, mọi thứ khác trong đất nước đó, còn nếu chỉ mong cầu một ngôi nhà, thì chúng ta chỉ có một ngôi nhà mà không có bất cứ một cái gì khác nữa. Hay khi bạn thích một khúc gỗ được điêu khắc trong căn nhà này, bạn muốn sở hữu nó, và dỡ nó ra khỏi căn nhà này, thì căn nhà sẽ đổ nát, nhưng nếu muốn sở hữu toàn bộ ngôi nhà, thì khúc gỗ bạn thích vẫn ở đó, mà lại có được cả ngôi nhà. Cũng như thế trong việc cầu nguyện, nếu bạn chỉ cầu nguyện những vấn đề nhỏ nòi, như một chút tài sản của cải, sức khoẻ cho riêng mình, cho bản thân mình, thì cũng có thể đạt được như ý, nhưng kết quả rất bé nhỏ, còn nếu các bạn cầu nguyện an vui giải thoát cho tất cả chúng sinh, thì sẽ đạt được công đức lớn bằng quả địa cầu, và tất cả chúng sinh sẽ ân hưởng được niềm an vui giải thoát, trong đó có chính bản thân chúng ta. Như vậy sự cầu nguyện rộng lớn thì công đức sẽ vô cùng, còn nếu chỉ cầu nguyện cho bản thân mình thì công đức chỉ như hạt cải, cho nên chúng ta cần phát tâm rộng lớn, cầu nguyện cho sự giải thoát của tất cả chúng sinh.

Cách thứ hai để phát triển Bồ đề tâm là phát triển trí tuệ, thông qua thực hành thiền định về trí tuệ và lòng từ bi. Chúng ta phải tư duy về việc làm thế nào mình có được hạnh phúc chân thật. Muốn có được hạnh phúc chân thật, chúng ta phải biết cách làm cho mọi người, mọi loài xung quanh chúng ta được hạnh phúc. Nếu chỉ bản thân mình hạnh phúc mà mọi người xung quanh đau khổ, thì mình sẽ không bao giờ có được hạnh phúc. Ví dụ trong một gia đình có ba người, không thể nào có chuyện một người rất hạnh phúc, trong khi hai người kia đau khổ, như người vợ rất hạnh phúc trong khi người chồng và con đau khổ. Như vậy chỉ bằng cách làm cho tất cả mọi người hạnh phúc thì chúng ta sẽ có hạnh phúc, đây cũng là kinh nghiệm của tôi. Tôi vẫn thường cảm thấy rất an vui và hạnh phúc khi nhìn thấy mọi người có hạnh phúc, và khi thấy chúng sinh phải chịu đau khổ, tâm tôi thường buồn bã nặng nề bất an. Điều này chứng thực rằng, khi chúng ta có thể làm cho mọi người hạnh phúc, thì chúng ta sẽ có chân hạnh phúc. Một ví dụ khác, khi người thể gian uống rượu, họ sẽ cảm thấy hạnh phúc trong vài tiếng, nhưng khi hạnh phúc này chấm dứt, kết quả là gan của họ bị thiêu đốt, tuổi thọ bị rút ngắn, ngày hôm sau thân thể mỏi mệt, tinh thần rã rời, cả một ngày sẽ trôi qua lãng phí,

khi ham thích thụ hưởng những hạnh phúc giả tạm của thế gian là đang thực sự hủy hoại cuộc đời mình. Hạnh phúc theo nghĩa của đạo Phật là hạnh phúc chân thật bền chắc. Cách duy nhất để có được hạnh phúc này là luôn nỗ lực cố gắng làm cho mọi người hạnh phúc, đó là cách thứ hai để phát triển Bồ đề tâm tức là thiên định về từ bi và trí tuệ.

Như vậy, tôi đã nói xong hai vấn đề phát triển Bồ đề tâm, đó là cầu nguyện và thiên định trước khi hành giả có thể áp dụng vào thực tiễn và thực sự bước vào cuộc đời cứu độ chúng sinh. Vào lúc này, chúng ta cần phải thực tập cầu nguyện và thiên định thật sự sâu sắc, để Bồ đề tâm được chín mùi, rồi mới nỗ lực làm các thiện hạnh như bố thí, cứu trợ, cho thuốc, giúp đỡ người tật nguyền, nghèo thiếu, bảo vệ động vật, bảo vệ môi trường...và nhiều khía cạnh khác nữa, để xoa dịu những nỗi khổ đau về cả thân lẫn tâm, và đem lại lợi ích thiết thực cho mọi người, mọi loài. Như vậy để tu tập Bồ đề tâm chúng ta cần qua ba thứ lớp là: Cầu nguyện, Thiên định, Hành động thiết thực, thì mới trọn vẹn, viên mãn tiến trình phát triển này.

### **Pháp tu tập Kim Cương Tát Đỏa Tịnh hoá nghiệp chướng:**

Sau khi đã tu tập viên mãn phần Quy y và phát Bồ đề tâm, chúng ta chuyển sang phần tu tập thuộc Kim Cương Thừa. Bắt đầu từ Pháp tu trì Kim Cương Tát Đỏa (Varjasattva) tịnh hoá nghiệp chướng, tức trì bài thần chú 100 âm, đây là phương tiện đặc biệt của Kim Cương Thừa, không thấy đề cập đến trong Hiển giáo. Trong Hiển giáo không thấy có Thần chú, tranh tượng, hình ảnh của Ngài, nhưng ý nghĩa thì vẫn có và không khác biệt. Theo tiếng Phạn, "Varja" nghĩa là kim cương, một loại đá quý không có một thứ gì có thể phá hủy, tượng trưng cho trí tuệ tánh không, hay trạng thái Mahamudra, đó là bản chất tâm giác ngộ nơi mỗi chúng ta, không bao giờ bị phá hủy bởi bất kỳ loại phiền não nào. Từ "Sattva" tượng trưng cho sự chuyển động, hoạt động từ bi hay hoạt động yêu thương lợi ích chúng sinh. Như thế "Varjasattva" ý nghĩa vẫn là từ bi và trí tuệ khi được kết hợp thì đạt được giác ngộ. Khái niệm này vẫn sẵn có trong Hiển giáo. Như thế "Varjasattva" tức là giác ngộ, giác ngộ chính là Varjasattva. Trong Kim Cương Thừa cách quán tưởng Đức Kim Cương Tát Đỏa trong hình tướng một vị Phật, là một pháp tu thiện xảo và độc đáo, không thấy có ở trong các Thừa khác. Thông qua việc quán tưởng Ngài, hành giả thực tập và phát triển trí tuệ và từ bi, thực tập về Tánh không hay Đại Thủ Ấn, như vậy nếu hiểu được ý nghĩa này một cách sâu sắc thì sự thực hành này sẽ vô cùng lợi ích. Một cách chung, trong Kim Cương Thừa, chúng ta thường thực tập thiên quán về đức Kim Cương Trì, Đức Kim cương Tát Đỏa, Đức Liên Hoa Sinh, Đức A Di Đà... tức là chúng ta đang phát triển về Từ bi và Trí tuệ, về sự hợp nhất của từ bi và trí tuệ, đó cũng là ý nghĩa của việc tịnh hoá. Bạn quán tưởng Đức Kim

Cương Tát Đỏa trên đỉnh đầu của bạn, từ thân thể thanh tịnh và trong suốt của Ngài tuôn mưa cam lộ thấm vào thân thể bạn. Khi dòng cam lộ thấm tới đâu, thì chúng ta quán tưởng tất cả những phiền não nhiễm ô, bệnh hoạn, ngay cả những năng lượng không trong lành trong cơ thể, được đẩy ra ngoài trong hình thức khói đen, nhựa đường, hay các trùng độc..., rồi thân thể bạn trở nên trong suốt như pha lê, không còn một chút ô nhiễm, tu pháp này khiến bạn giải thoát khỏi tất cả bệnh hoạn, nguyên nhân của bệnh hoạn...Pháp quán này thực sự có tác dụng lớn bởi vì Đức Kim Cương Tát Đỏa là sự kết hợp của Từ bi Trí tuệ, năng lượng của tất cả Chư Phật. Đó là lý do tại sao pháp quán này có tên là pháp Tịnh hoá nghiệp chướng. Trong pháp tu tập này, cũng rất cần có tâm chí thành mà tôi đã nhắc đến trong phần Quy y ở trên. Nếu không có tâm chí thành, chỉ đơn thuần quán tưởng Đức Kim Cương Tát Đỏa màu trắng tay cầm linh chử, ngồi kết già với rất nhiều đồ trang sức trên thân, thì kết quả sẽ rất thấp. Cần phải tin hiểu rằng Ngài là sự kết hợp trọn vẹn giữa Từ bi Trí tuệ, là tinh túy của ba ngôi Tam Bảo, là hiện thân của các bậc Thầy giác ngộ, là đức Căn bản Thượng Sư của chúng ta, nếu có tâm chí thành như vậy thì sự thực hành của chúng ta mới được kết quả trọn vẹn. Điều quan trọng nhất bạn cần ghi nhớ là: Đức Kim Cương Tát Đỏa, Căn bản Thượng sư, mười phương Chư Phật, chư Bồ tát và trọn vẹn ngôi Tam Bảo lúc này hợp nhất làm một, bất khả phân. Đây gọi là tâm chí thành mà chúng ta cần phải có đặc biệt khi tu tập Kim Cương Thừa. Như vậy kỹ thuật độc đáo của Kim Cương Thừa trong tất cả các pháp quán tưởng là: Đức Căn bản Thượng Sư của bạn trong hình tướng loài người, cùng với đức Bản Tôn (có thể là bất kỳ một đức Phật hay một vị Bồ tát nào mà bạn đang tu tập) và Tam Bảo luôn hợp nhất trong sự Thiên Định của bạn, bạn cũng nên cố gắng ghi nhớ và phát triển niềm tin này trong mọi lúc mọi nơi. Chính vì thế khi quán tưởng dòng cam lộ tuôn xuống từ đức Kim Cương Tát Đỏa, thì đó chính là cam lộ của Chư Phật, Bồ tát, A La Hán, Hoá Thân, Yogi và Yogini khắp mười phương, cùng với bậc Thầy Căn bản Thượng sư đang tịnh hoá cho bạn. Dòng cam lộ này tuôn tràn khắp các nơi và thấm từ đỉnh đầu của bạn, bạn cần quán rất rõ ràng. Hai khía cạnh cuối cùng quan trọng nhất của pháp tu tịnh hoá là chí tâm sám hối và phát nguyện. Chúng ta cần khởi tâm sám hối tất cả những bất thiện nghiệp mình đã tạo, đồng thời phát nguyện rằng từ nay sẽ không bao giờ tái phạm. Đó cũng là lý do tôi đã nhấn mạnh rất nhiều về giới luật trong tất cả các Thừa, đặc biệt trong Kim Cương Thừa hai khía cạnh sám hối và giới nguyện luôn gắn liền nhau và được áp dụng trong tất cả mọi sự thực hành.

(Sau khi truyền quán đỉnh xong Kim Cương Tát Đỏa Đức Pháp Vương căn dặn tiếp):

Như vậy chúng tôi đã truyền xong quán đĩnh Kim Cương Tát Đỏa. Đây không phải là một quán đĩnh được truyền phổ thông cho tất cả mọi người mà chỉ được trao truyền cho những ai thực sự hành Ngondro, thực hành Bồ đề tâm, hoặc những người có khả năng thực hành. Những ai muốn thực hành Kim Cương Tát Đỏa tức thực hành Ngondro trước hết cần được nghe Giáo Pháp hướng dẫn kỹ lưỡng về cách thực hành, sau đó cần nhận Quán đĩnh mới được phép quán tưởng và thực hành. Pháp quán đĩnh này đặc biệt giành cho chư Ni và những hành giả thực hành nghiêm túc, hoặc một số Phật tử phát tâm thực hành Ngondro. Bởi vì tôi tin tưởng rằng tất cả chư Tăng Ni và Phật tử ở đây đều tha thiết thực hành Pháp. Đặc biệt đối với Ni Chúng Tây Thiên, tôi tin chắc rằng chư Ni sẽ thực hành Ngondro, và kết thúc viên mãn những Giáo Pháp mà tôi đã trao truyền. Tôi rất hoan hỷ khi truyền quán đĩnh này và mong nguyện tất cả chư Tăng Ni Phật tử nơi đây sẽ nhiệt thành bước vào sự thực hành Kim Cương Thừa để phát triển Từ bi và Trí tuệ một cách nhanh chóng và sâu sắc.

---o0o---

### **Bài giảng Pháp tu mở đầu Ngondro ngày 19.3.2010 tại Tịnh thất Tây Thiên**

Chúng ta tiếp tục tới phần cúng dường Mạn đà la (Mandala). Mandala thực sự có nghĩa là vũ trụ. Bởi vậy, khi tu pháp cúng dường mạn đà la tức là bạn cúng dường vũ trụ lên Chư Phật, chư Bồ tát, Thượng sư, Chư bách thần, Hộ pháp và hết thảy chúng sinh. Đó là lý do tại sao tôi nói rằng đây là phần quan trọng nhất của sự thực hành.

Khi cúng dường Mandala, phẩm vật cúng dường có thể là những tài vật thuộc sở hữu của mình hoặc không thuộc sở hữu của mình. Những thứ thuộc sở hữu như nhà cửa, thân thể, tiền bạc, tài sản...những thứ không thuộc sở hữu như núi sông, thế giới... Cả hai loại phẩm vật này đều bao gồm trong Mạn đà la, được dâng cúng dường lên Chư Phật, chư Bồ tát. Ngay cả những thứ không thuộc về vật chất mà là do tâm quán tưởng (thuộc tinh thần) chúng ta cũng dâng cúng dường lên Tam bảo. Không phải chỉ cúng dường Phật, Pháp mà bạn còn nên cúng dường tất cả chúng sinh, như thế thì công đức tích lũy mới thực sự bình đẳng. Đôi khi có người cho rằng cúng dường Phật, Pháp và Tăng được công đức hơn cúng dường hết thảy chúng sinh song sự thực lại hoàn toàn không phải như vậy! Cúng dường hết thảy chúng sinh hoàn toàn bình đẳng với việc cúng dường Phật, Pháp, Tăng.

Đức Phật Thích Ca thường dạy rằng, động cơ cúng dường là quan trọng nhất, quan trọng hơn cách mà bạn cúng dường. Bạn phải có động cơ thanh tịnh khi cúng dường. Bạn phải thấu hiểu rằng bạn đang tích lũy công đức qua việc cúng dường mandala.

Những hành giả thực hành Đại Thừa, đặc biệt là hành giả Kim Cương Thừa luôn luôn cần có tâm bình đẳng đối với Chư Phật và tất cả chúng sinh. Bạn thể hiện sự kính ngưỡng Đức Phật thông qua việc đỉnh lễ Ngài, còn đối với chúng sinh thì bạn cần chan trải tình yêu thương và lòng bi mẫn thông qua các thiện hạnh lợi ích hữu tình, đó là con đường thực hành Pháp chân chính. Khi thực hành phần cúng dường mandala, bạn cần có động cơ chân chính, cúng dường Chư Phật, và hết thảy chúng sinh với một tâm bình đẳng.

Động cơ cúng dường như vậy là vô cùng quan trọng. Chúng ta cần phải thấu hiểu động cơ thanh tịnh và chân chính là gì. Khi chúng ta cúng dường mandala lên Phật, Pháp và Tăng, chúng ta cần phải giữ động cơ và tâm nguyện lợi ích, giác ngộ cho hết thảy chúng sinh, chứ không phải chỉ vì lợi ích của bản thân cá nhân mình. Bạn phải giữ được động cơ thanh tịnh này ngay từ đầu và trong suốt quá trình tu tập. Và cũng vậy, nếu bạn cúng dường mandala hay bất kỳ phẩm vật gì cho tất cả chúng sinh, bạn cũng cần phải luôn giữ động cơ đó rằng bạn đang làm là vì lợi ích giải thoát cho mọi loài chúng sinh, cầu nguyện hết thảy chúng sinh sẽ có được hạnh phúc thông qua việc cúng dường mandala hay sự bố thí mà bạn đang làm. Cho dù bạn chỉ đơn giản bố thí một thìa cơm cho một con chó, thì bạn cũng nên phát nguyện nương công đức bố thí thìa cơm này cho sự lợi ích của hết thảy hữu tình. Có thể bạn cúng dường lên Chư Phật, Pháp và Tăng một số lượng lớn vật phẩm cúng dường nhưng nếu bạn không có động cơ chân chính thì công đức vẫn rất nhỏ bé bởi vì bạn sử dụng động cơ sai. Việc cúng dường, bố thí hay sự chia sẻ đều rất cần bắt nguồn từ trái tim, từ trái tim chân thành chứ không phải vì sự ép buộc hay động cơ phân biệt. Bởi vậy số lượng phẩm vật cúng dường, và đối tượng cúng dường đều không phải là quan trọng nhất, mà quan trọng nhất là động cơ. Động cơ phải thanh tịnh và xuất phát từ tâm chân thành thanh tịnh.

Bởi vậy ý nghĩa của việc cúng dường mandala là sự chia sẻ. Chúng ta cần chia sẻ hạnh phúc và nhân hạnh phúc tới mọi người. Bất cứ cái gì làm cho bạn hạnh phúc bạn đều nên chia sẻ với tất cả mọi người, mọi loài. Đó là điểm vô cùng quan trọng. Bản thân hạnh phúc thực sự chính là sự chia sẻ, vì thế chúng ta cần chia sẻ hạnh phúc và nhân của hạnh phúc với mọi người, không phải chỉ với bạn hữu của mình mà với hết thảy chúng sinh một cách bình đẳng.

Ý nghĩa của câu “TSHÉRAB KUN GYI LÜEDANG LONGCHÖE PEL/ TSHOGNYI DZOGCHIR KONCHOG SUMLA BUL/” là: "Trong cuộc đời của con, tất cả thân mạng, tài sản và công đức tích lũy được, con xin thành tâm cúng dường lên Thượng sư, lên tam bảo để tích lũy công đức và trí tuệ". Bạn nên hiểu và giữ tâm nguyện như vậy trong suốt quá trình thực hành cúng dường mandala.

Chúng ta cúng dường không chỉ tài sản, sở hữu mà cả thân mạng của mình nữa bởi vì thân mạng là thứ mà chúng ta yêu mến và chấp thủ nhất. Đối với chúng ta, thân mạng mình là tài sản quý giá nhất. Chúng ta cúng dường cả thứ mà chúng ta yêu mến và ái chấp nhất. Bất kỳ những gì chúng ta thích, chúng ta thấy đẹp đẽ và hoàn hảo, chúng ta nên cúng dường. Trong pháp thực hành, bạn hãy quán tưởng cúng dường thân mạng lên Phật, Pháp, Tăng, lên Thượng sư và hết thảy vạn loài chúng sinh. Trên thực tế, chúng ta luôn luôn cảm giác rằng thân mạng này thuộc về chúng ta và ta không có cách nào xả bỏ thân mạng của mình. Chúng ta bám lấy ý nghĩ "thân mạng này thuộc về mình, bởi vậy điều quan trọng là mình phải giữ gìn nó cho bản thân". Thật là vô minh bởi không sớm thì muộn bạn chắc chắn sẽ phải từ bỏ thân mạng của mình! Thật vô nghĩa khi cứ khư khư chấp thủ rằng thân thể này là của mình! Hãy mở rộng tâm mình và cúng dường thân mạng lên Thượng sư, Phật, Pháp, Tăng, và hết thảy chúng sinh! Chỉ có như vậy chúng ta mới tích lũy được vô lượng công đức, sự an lạc và trí tuệ.

Cũng như vậy với những thứ sở hữu hôm nay như tài bảo hay bất kỳ tài sản, chẳng hạn nhà cửa, tiền bạc, gia đình, danh tiếng..., bạn sẽ phải từ bỏ chúng vào một ngày nào đó. Điều đó là chắc chắn, đây chỉ là vấn đề là sớm hay muộn mà thôi. Nếu bạn không từ bỏ chúng thì chắc chắn chúng cũng sẽ từ bỏ bạn. Bởi vậy, nếu đủ trí tuệ, bạn sẽ thấy tốt nhất là sử dụng chúng để cúng dường mandala, để ít nhất khi bạn rời bỏ cuộc đời này, bạn cũng đã tích lũy được công đức hoặc sử dụng các tài sản của mình một cách có lợi ích. Lấy ví dụ, đây là ngôi nhà của tôi và đây là thứ tôi rất thích. Ngôi nhà này làm cho tôi thấy hạnh phúc và bình an. Nhưng tôi sẽ sử dụng nó bằng cách cúng dường mandala, hơn là một ngày nào đó khi Thần chết tới, tôi sẽ phải rời ngôi nhà thân yêu của mình, tới nghĩa địa lạnh giá và khi đó thì một mảnh gỗ của ngôi nhà cũng chẳng còn là của tôi nữa. Bởi vậy, một lần nữa tôi xin nhấn mạnh lại, cách tốt nhất, trí tuệ nhất là bạn hãy sử dụng nó cho việc cúng dường mandala. Trong lịch sử, các đạo sư thường ẩn tu thực hành thiền định trong rừng sâu, ở những thâm sơn cô tịch, các ngài không sở hữu bất kỳ tài sản vật chất gì cả mà chỉ tu tập trong những sơn động. Các ngài là hành khất, các ngài không sở hữu tài sản vật chất nên hầu như không có đồ ăn, thức uống và các vật dụng căn bản. Các Ngài hoặc xuất thân từ những gia đình nghèo khổ hoặc lựa chọn cuộc sống xả ly khổ hạnh. Giống như Ngài Miralepa hay nhiều đạo sư khác tại Việt



Nam cũng vậy. Các ngài không có gì cả bởi vì các ngài là hành khát, các ngài chọn lối sống vô sản. Lối sống đó sẽ giúp ích rất nhiều cho sự thiền định. Sự định tâm sẽ dễ dàng khi không sở hữu tài sản. Các ngài đã xả ly và chọn cuộc sống không sở hữu tài sản với mục đích như vậy. Đức Phật Thích Ca cũng vậy, Ngài đã rời bỏ hoàng cung, không mang theo tài sản gì, bởi Ngài chọn lối sống của một hành khát, một lối sống không sở hữu tài sản. Điều đó đã giúp cho sự thiền định của Ngài thành công viên mãn.

Nhưng các hành giả tâm linh không nhất thiết bắt buộc phải chọn lối thực hành đó. Rất nhiều đạo sư không chọn lối sống không sở hữu tài sản. Các ngài có thể có tài sản, có gia đình, thậm chí sống trong những cung điện giàu sang. Bạn biết đấy, hoàng cung của các ngài không phải bằng gỗ mà bằng vàng, được trang hoàng, trạm trổ bằng vàng, các trang sức quý, tất cả các đồ trang hoàng khác đều được làm bằng đá quý và có thể bằng rất nhiều kim cương... Các ngài đã sống trong những toà nhà lớn, những cung điện nguy nga tráng lệ bằng kim cương. Các ngài cũng có thể có một đại gia đình với nhiều thành viên trong gia đình...nhưng điều đó không thành vấn đề. Các ngài vẫn là những vị Bồ tát vĩ đại và là những bậc toàn hảo. Tại sao? Bởi vì về mặt tâm linh các ngài đã thành tựu pháp tu tập mandala. Các ngài có vô số tài sản, những của cải vật chất ấy là kết quả tự nhiên từ việc tu tập cúng dường mandala. Tuy các ngài đang hưởng những quả phúc ấy, nhưng tâm các ngài không còn bị trói buộc, không còn chấp trước vào những của cải vật chất, vào gia đình hay bất kỳ thứ gì khác. Tất cả các tài sản vẫn ở đó, nhưng các ngài đều rất tự tại an trụ trong cảnh giới Mahamudra, thiền định và giác ngộ. Đó là hai loại hành giả mà chúng ta cần biết để tránh hiểu lầm.

Lấy ví dụ, thời đức Phật Thích Ca Mâu Ni, có một vị vua Mudra đã thỉnh cầu đức Phật ban cho ông con đường chứng đạt giác ngộ mà không phải từ bỏ tất cả tài sản và gia đình của mình. Ông thỉnh cầu đức Phật rằng: “Con vẫn muốn và cần tài sản, nhưng con khát ngưỡng sự tu tập thành tựu giác ngộ. Xin thỉnh cầu đức Phật từ bi chỉ dạy cho con phương pháp tu tập giác ngộ mà không phải từ bỏ tài sản”. Đức Phật đã thiền định, nhìn thấu căn cơ của vị vua, nên chỉ dạy cho ông ta con đường giác ngộ mà không phải từ bỏ gia đình, thân dân, cung điện bằng vàng và kim cương...Ông ta không cần phải từ bỏ toàn bộ đời sống thế gian nhưng vẫn có thể thực hành theo Giáo Pháp của đức Phật, và cuối cùng vị vua đó cũng đã thành tựu được giác ngộ giải thoát.

Chúng ta cũng cần hiểu lý do tại sao Đức Phật Thích Ca dạy chúng ta nên liả những tham đắm vào của cải, gia đình, để tới những thâm sơn cùng cốc tu tập, thiền định. Bởi vì ở trong những của cải vật chất thế gian, đặc biệt là tình cảm tạo ra những xúc tình tiêu cực tham lam, ganh ghét, tật đố, kiêu căng. Khi ta sống

trong những của cải vật chất ở thế giới phàm tình. Đức Phật dạy những hành giả tu tập nên xả li để không tạo những cái duyên có những xúc tình tiêu cực nhưng Đức Phật cũng không ép buộc chúng ta nhất nhất phải đi theo con đường đó. Nếu như chúng ta không hề bị chi phối bởi của cải vật chất, vợ con, gia đình...thì chúng ta vẫn có thể chọn lối tu tập ở ngay trong thế gian này mà vẫn có thể tu tập đạt đến giác ngộ giải thoát.

Bởi vậy tất cả những chúng sinh phàm tình như chúng ta cần thực hành mandala, chia sẻ, cúng dường tài sản, tài bảo...tới người khác, để giữ tâm được bình an và sự định tâm. Bạn sẽ không còn tư tưởng "*cái này là của tôi, thuộc về tôi*" mà sẽ là "*cái này không phải là của tôi, nó thuộc về bạn. Ngôi nhà, số tiền kia, thân xác này không phải của tôi, thân xác này sinh ra là để phụng sự; cơ thể của tôi là để phụng sự cho chúng sinh, tài bảo của tôi là tài bảo của người*". Khi đó bạn sẽ biết chia sẻ, cảm thông, ít nhất thì tham ái của tôi, bản ngã của tôi sẽ bị giảm thiểu thông qua sự thực hành mandala. Bản ngã sẽ giảm thiểu bởi vậy hạnh phúc đích thực sẽ tăng trưởng, tham ái và cái khổ của tật đó, bản ngã sẽ biến mất. Sẽ không còn khổ đau, rồi hạnh phúc đích thực sẽ dần phát triển.

Hiện giờ chúng ta có rất nhiều đau khổ, chúng ta đang nỗ lực hết mình để có hạnh phúc. Nhưng hạnh phúc sẽ không thể tới khi mà khổ đau còn ở đó. Sự khổ đau bắt nguồn từ chấp thủ: khổ đau vì tài sản của tôi, khổ đau vì vợ tôi, chồng tôi, con tôi, gia đình tôi, công việc, nghề nghiệp, đồng sự của tôi...Bạn thấy đấy sự khổ đau luôn luôn có mặt ở đó, rất nhiều khổ đau, chúng ta không có lấy mảy may một cơ hội nào để ân hưởng hạnh phúc. Bởi vậy để có được hạnh phúc đích thực, ít nhất chúng ta phải sẵn sàng chia sẻ tài sản của mình tới mọi người. Vì thế hãy nhận chân ra rằng đây không phải ngôi nhà của tôi, không phải thân thể tôi, không phải tài sản của tôi mà là của tất cả chúng ta. Khi chúng ta thấu hiểu ý nghĩa vi tế và sâu sắc này, hạnh phúc đích thực sẽ tự nhiên khởi phát mà không cần phải gượng ép mong cầu.

Một lần nữa chúng ta thấy rằng trí tuệ vô cùng cần thiết trong pháp thực hành mandala. Pháp Phật thực sự cần trí tuệ! Nếu không có trí tuệ, nếu như bạn cúng dường mandala với động cơ bởi vì Thượng sư của bạn yêu cầu làm như vậy, thì dù bạn cúng dường mandala một ngàn lần, có thể bốn ngàn lần hay năm ngàn lần nhưng sẽ không có ý nghĩa gì. Cho đến giờ có thể bạn không biết tại sao phải cúng dường mandala? Bởi vậy trí tuệ rất cần thiết. Cúng dường Mandala là cúng dường vũ trụ. Cúng dường vũ trụ có nghĩa là bạn cúng dường thân mạng, tâm thức, tài sản, công đức... tất cả và hết thảy mọi thứ! Bạn đã biết tất cả những điều này khi thực hành nhưng vẫn chưa đủ. Bạn nên biết tại sao lại cần cúng dường tất cả những phẩm vật này. Bởi vì bạn cần hạnh phúc đích thực, bạn cần tâm bình an. Vậy sự

khổ đau tới từ đâu? Nó tới từ sự chấp thủ vào tài sản. Hầu hết sự khổ đau đều tới từ chấp thủ tài sản. Nếu suy xét kỹ càng, bạn sẽ thấu hiểu rằng tất cả những đau đớn trong thân, tâm và trong quan kiến của bạn đều bắt nguồn từ đó. Tại sao lại đau đầu? Tất cả mọi thứ đều đến từ tài sản của bạn, từ sự chấp thủ tài sản, chủ yếu tới từ gia đình bạn, nhà cửa và đặc biệt từ tình cảm và sự chấp thủ tình cảm của bạn. Thân của bạn cũng là nguyên nhân của đau khổ. Tất cả chúng ta đều trải nghiệm rõ điều này! Tôi từng bị đau đớn rất nhiều ở cơ bắp. Lý do tại sao? Bởi vì chúng ta cho rằng "*đó là cơ bắp của tôi, thân của tôi, bởi vậy tôi thấy đau đớn*". Ngày hôm nay bạn bị đau đầu, đau lưng hay nhức mọi nơi đầu gối, tất cả những cơn đau này đều là sự đau đớn của thân thể, điều này không phải là vấn đề rắc rối lớn, vấn đề rắc rối căn bản nằm chính ở tâm của bạn. Tâm bạn còn đầy tham ái, sân hận, đặc biệt là đố kỵ, tham đắm tài sản và tư hữu. Đó là tâm chấp thủ mạnh mẽ và cũng là nguyên nhân chính và trực tiếp mang lại cho bạn đau khổ, vô số đau khổ hoàn toàn không cần thiết nhưng rất mạnh mẽ. Bạn phải nhận sự đau đớn thống khổ. Bạn nên tới bác sỹ hay đi phẫu thuật? Không, đó không và chắc chắn không phải là giải pháp rốt ráo. Vậy bạn phải làm gì? Bạn phải thực hành mandala! Đó là giải pháp duy nhất và tối ưu nhất!

Tôi xin nhấn mạnh lại rằng, bạn phải thấu hiểu động cơ và ý nghĩa việc thực hành cúng dường mandala. Hãy đừng bỏ lỡ cơ hội thực hành này trong đời sống. Nếu bạn thấu hiểu một cách sâu sắc rằng sự khổ đau bắt nguồn từ gia đình, tài sản, nhà cửa, từ thân tâm, chắc chắn bạn sẽ phát tâm và thực hành xả ly. Tuy nhiên, như vậy phải chẵng những tài sản cá nhân, những thành viên gia đình, nhà cửa, tiền tài, thân tâm, tất cả những thứ này là nguyên nhân của đau khổ. Quan niệm như vậy không đúng. Theo quan kiến đạo Phật, đó là một tà kiến hết sức nguy hiểm. Tất nhiên theo cái nhìn của ngoại đạo, họ cho rằng như vậy là phù hợp, là đúng. Nhiều ngoại đạo cho rằng, thân, tâm, tài sản, hay thế giới là nguyên nhân của khổ đau. Bởi vậy họ xúi bạn phải từ bỏ thế giới hay thân xác này và bảo rằng khi đó sự đau khổ sẽ biến mất. Điều đó kéo theo những pháp tu lệch lạc mà kẻ thực hành phải ép uông, hành hạ, thậm chí tự thiêu, hủy hoại thân xác mình đến chết để mong cầu giải thoát. Đây là một tà kiến hết sức nguy hiểm! Đạo Phật hoàn toàn không quan niệm như vậy.

Nguyên nhân của khổ đau không phải đến từ gia đình, tài sản, địa vị mà đến từ tâm bám chấp vào những thứ đó.

Quan kiến của đạo Phật nhận diện khổ đau và cho ta biết rằng nguyên nhân của khổ đau không nằm ở thế giới bên ngoài mà xuất phát từ bên trong chính bạn. Thế giới bên ngoài, như gia đình, tiền bạc, nhà cửa, thân xác...không phải là nguyên

nhân của khổ đau. Tâm chấp thủ là nguyên nhân của khổ đau. Bản ngã mới thực sự là nguyên nhân của khổ đau.

Nhưng khi nói rằng gia đình tạo ra khổ đau thì chúng ta cần hiểu câu nói đó có nghĩa là gia đình tạo ra tham ái, tài sản tạo ra tật đố. Lấy ví dụ: bạn có một người bạn tốt, nhưng sau đó có thể bạn lại rất đau khổ vì người đó. Nhưng “người bạn” không phải là nguyên nhân trực tiếp gây nên khổ đau mà bản ngã của bạn mới là nguyên nhân trực tiếp của khổ đau. Vì tâm chấp ngã nên tạo ra tật đố, sân hận, ganh tỵ và những thứ đó dẫn tới đau khổ luân hồi. Bởi vậy đau khổ tới do bản ngã, chấp ngã chứ không phải từ gia đình, ngôi nhà, tiền bạc hay thân xác. Đau khổ không được tạo ra bởi bất kỳ một người nào hay một sự vật nào từ bên ngoài. Vấn đề là nếu bạn không có một bản ngã hoạt động tích cực với những tư tưởng chấp thủ như: đây là gia đình tôi, tiền bạc, tài sản, sở hữu của tôi... thì chúng sẽ không bao giờ tạo ra bất kỳ một rắc rối nào. Đặt trường hợp chúng có cố tình làm cho bạn khổ đau đi chăng nữa thì bạn cũng sẽ không bao giờ phải khổ đau. Khi bạn đạt tới trạng thái Phật, khi bạn trở thành một đại Bồ tát, một đại A la hán thì dù có hàng triệu người muốn làm hại bạn, bạn cũng sẽ không bao giờ bị tổn hại, bởi bạn đã đạt được giải thoát rồi. Bởi vậy điều kiện bên ngoài này không thể làm hại được bạn dù bất kỳ trong tình huống nào. Đó là điều bạn cần phải hiểu. Không gì có thể làm tổn hại được bạn, bạn sẽ không bao giờ phải khổ đau. Không một Phật tử chân chính nào phải khổ đau, bởi vì bản ngã của họ không còn chấp trước, không còn phản ứng tiêu cực với mọi chuyện diễn ra trong cuộc sống này. Bởi vậy, pháp thực hành cúng dường mandala có mục đích chính là giảm thiểu và tiêu trừ bản ngã.

Đâu là phẩm hạnh cao quý của đại Bồ tát? Bạn biết đấy, rất nhiều đại Bồ tát cũng có gia đình, hoàng cung, tài sản, rất nhiều trong các ngài đã thống lãnh cai quản một hoặc nhiều quốc gia, hay thậm chí cai quản toàn bộ vũ trụ, các ngài có thể là nữ hoàng, vua chúa, có thể là công hầu hay thủ tướng! Nhiều vị Bồ tát cũng có thể là những thương gia thành đạt. Thực tế trong lịch sử có rất nhiều các vị như vậy. Như tôi đã chia sẻ ngày hôm qua rằng các ngài có thể thị hiện dưới hình thức có gia đình, quyền lực hay lẫy lừng danh tiếng địa vị và vô số tài sản, nhưng các ngài không còn bị chi phối bởi tất cả những thứ đó. Tất cả những tài sản đó không mang lại bất kỳ sự khổ đau nào cho các ngài. Bởi vì bản ngã của các ngài đã được chuyển hoá hay các ngài đã siêu việt bản ngã. Các ngài có thể có rất nhiều tài sản, địa vị, sự sang giàu nhưng tất cả những thứ đó đều để phụng sự lợi ích giải thoát của tất cả chúng sinh!

Còn trong trường hợp của chúng ta, chúng ta có rất nhiều chấp thủ. Ngày hôm nay người này có thể là bạn tốt, nhưng ngày mai họ có thể trở thành nguyên nhân gây khổ đau cho chúng ta. Lý do chủ yếu do tật đố. Các bạn hãy tự kiểm tra, quán

chiếu lại lời tôi chia sẻ trong trường hợp của mình xem liệu mình đã từng rơi vào hoàn cảnh như vậy chưa? Các bạn có thể kiểm tra xem liệu điều đó có đúng hay không? Trong trường hợp của các bạn hiện nay, dù có đạt được bất kỳ điều gì thì nó chỉ mang lại khổ đau cho bạn. Đó chỉ là một trò chơi của sự khổ đau; Đau khổ là trò chơi lớn nhất của đời người. Bởi vậy pháp tu cúng dàng Mandala là rất cần thiết và quan trọng vì pháp thực hành này giúp chúng ta loại bỏ chấp thủ, loại bỏ nguyên nhân của khổ đau

## **Chúng ta tiếp tục phần thứ tư là GuruYoga**

Guru có nghĩa là Thượng sư hay thực sự có nghĩa là một bậc đại giác ngộ. Thượng sư có nghĩa là giác ngộ, giác ngộ tối thượng. Thượng sư có nghĩa là đại thành tựu hay đại viên mãn. "Gu" có nghĩa là thành tựu, thành quả hay sự viên mãn. "Guru" có nghĩa "bậc chứng ngộ toàn giác". Đó là nghĩa chính của Thượng sư. Và "Yoga" có nghĩa pháp thực hành của các hành giả Yogi. Yoga có nghĩa là "sự hợp nhất".

Pháp thực hành GuruYoga có nghĩa là trí tuệ và tâm dâng hiến. Trí tuệ vô cùng quan trọng, tâm dâng hiến cũng rất quan trọng. Tâm dâng hiến là cần thiết, giống như tâm từ bi, tâm chí thành... thần chú hay trì tụng thần chú. Tất cả những việc làm đó vô cùng cần thiết.

Từ bi và trí tuệ cần được hợp nhất. Đó là mục đích của pháp thực hành Yoga. Từ "Yo" là hợp nhất, hợp nhất những thứ đơn lẻ thành một thực thể. Đó là nghĩa của Yoga mà bạn phải hiểu. Để có thể thành tựu sự giác ngộ toàn hảo, bạn phải thỉnh cầu sự gia trì của Thượng sư. "Gu" bắt nguồn từ thuật ngữ "Guna", Ru bắt nguồn từ "Rupa". Guna có nghĩa là chứng ngộ, còn Rupa có nghĩa là thành tựu viên mãn.

Như vậy Pháp thực hành Guru Yoga rất cần thiết để thực hành và trưởng dưỡng tâm từ bi, trí tuệ và tâm chí thành. Tất cả những phẩm hạnh này đều cần thiết, nếu không Yoga không thể được thực hành, không thể được trải rộng, không thể được xác lập. Bởi vậy nếu không có Yoga, sẽ không có một sự thực hành chính thức đầy đủ về GuruYoga. Yoga có rất nhiều nghĩa, tán tụng là yoga, thần chú cũng là Yoga, bạn biết đấy thực hành Pháp tu Guru Padmasambhava, trì tụng "OM AH HUNG BENDZA GURU PADMA SIDDHI HUNG" là Yoga về khẩu, đỉnh lễ là Yoga về thân và tiếp đến tâm quán tưởng Thượng sư ở phía trước bạn là hiện thân của tất cả chư Phật, Pháp và Tăng chính là Yoga về tâm. Bởi vậy Yoga là vô cùng cần thiết. Trong ba loại Yoga thì quan trọng nhất là Yoga về tâm. Khi thực hành Yoga về tâm, bạn phải có một tâm chí thành thanh tịnh. Không chỉ cần có một tâm chí thành thanh tịnh, bạn còn phải có một tâm từ bi mạnh mẽ hướng về sự giải thoát cho hết thảy chúng sinh, những người vẫn chưa có được sự giác tỉnh

trong đời sống, vẫn còn phải ngập lặn trong luân hồi sinh tử mà chưa biết được đâu là bến bờ giải thoát. Với lòng vô ngã vị tha, bạn hãy hướng lòng bi mẫn tới với những chúng sinh khác. Bạn phải hiểu sâu sắc và phải phát khởi lòng bi mẫn tới mọi chúng sinh và tâm từ vô cùng mạnh mẽ. Ba phẩm hạnh: tâm chí thành, trí tuệ và từ bi đều vô cùng quan trọng. Định tâm bằng cách an trụ tâm mình vào hình ảnh bậc thầy mà bạn đang quán tưởng cũng vô cùng quan trọng. Đây là ba yoga chính mà bạn phải luôn thực hành trong suốt quá trình tu tập.

Tâm chí thành là phẩm hạnh đầu tiên mà tôi muốn chia sẻ trong việc thực hành Yoga về tâm. Tâm chí thành mà chúng ta đang đàm luận là tâm chí thành hướng về sự giác ngộ của Thượng sư. Tất nhiên, trước hết bạn phải tìm cầu được bậc Căn bản Thượng sư giác ngộ. Điều này vô cùng quan trọng vì sẽ vô cùng nguy hiểm nếu bạn làm theo phải một vị thầy tà. Sau khi đã tìm cầu được một bậc Thượng sư giác ngộ, bạn nên đặt trọn niềm tin kính Ngài chính là một bậc giác ngộ, không được có một mảy nghi ngờ hay sợ hãi. Tâm chí thành của bạn phải luôn luôn kiên định. Hãy tin tưởng rằng Thượng sư của mình là một bậc giác ngộ cho dù hình tướng bên ngoài hay giọng nói của Ngài có như thế nào điều ấy không quan trọng. Ngài là một bậc giác ngộ, chắc chắn là như vậy. Bởi vì không có sự khác biệt nào giữa đức Phật Thích Ca và Thượng sư của tôi, không có sự khác biệt giữa Thượng sư của tôi và đức Phật Liên Hoa Sinh, không có sự khác biệt nào giữa đức Phật A di đà và Thượng sư của tôi. Không có sự khác biệt nào cả, nếu có thì chỉ là sự khác biệt về sự tướng bên ngoài nhưng thực sự Ngài là một bậc đã giác ngộ. Phải có tâm chí thành như vậy, đó là điều quan trọng nhất trong việc thực hành yoga.

Tiếp đến, điều thứ hai và điều thứ ba trong yoga của chúng ta quan trọng như nhau là trí tuệ và sự định tâm Xin lấy ví dụ, những bông hoa trên bàn của tôi đây và những bông hoa ở bên cạnh và tất cả những bông hoa khác, chúng có thể có màu sắc khác nhau, biểu trưng khác nhau, sự trang hoàng, bày biện cũng khác nhau nhưng tất cả đều cùng là hoa. Tương tự như vậy, về bản thể đức Phật Thích Ca không có sự khác biệt nào với đức Phật Di đà và cũng không có sự khác biệt với đức Phật Liên Hoa Sinh. Đức Phật Liên Hoa Sinh không có sự khác biệt nào với đức Phật Vairochana và mười phương Chư Phật. Ví dụ: Thượng sư của bạn không khác so với các bậc thượng sư giác ngộ khác. Tất cả các thượng sư đều là Phật, các ngài đồng một thể. Bạn phải thấu hiểu điều này. Nhưng quan trọng nhất bạn phải có tâm chí thành, tin kính tuyệt đối lên đức Thượng sư của mình. Ngài chính là hiện thân của ba đời Chư Phật, chư Bồ tát. Nếu bạn cứ đòi hỏi Thượng sư của bạn toàn hảo như đức Phật Thích Ca thì chắc chắn bạn sẽ không bao giờ có thể thấy đức Phật Thích Ca, sẽ không bao giờ bởi vì bạn chưa đạt được giác ngộ. Trước tiên bạn phải đạt giác ngộ rồi mới có thể thấy được đức Phật Thích Ca một cách trực

tiếp. Không có cách nào khác! Nếu bạn chưa thể thấy được Đức Liên Hoa Sinh, điều đó có nghĩa là bạn chưa đạt giác ngộ. Nếu muốn nhìn Thượng sư của mình là đức Phật Adi đà, bạn cần thành tựu sự giác ngộ. Có thể so sánh điều này với quả trứng và con gà. Quả trứng có trước hay con gà có trước? Trứng có trước mới có gà nhưng nếu không có gà thì sẽ không có trứng. Tương tự như vậy, bạn phải giác ngộ mới có thể thấy được Thượng sư của bạn thực sự là bậc giác ngộ. Đó là lý do tại sao các bậc thầy lại chọn cách hiện thân trong hình tướng của loài người. Nhờ thế chúng ta mới có thể kết nối và ân hưởng sự chỉ dạy trực tiếp từ Ngài. Đó chính là đại trí tuệ bởi bạn đã thấu hiểu được tâm nguyện của Thượng sư.

Khi tâm chí thành mạnh mẽ thì sự quán tưởng sẽ dễ dàng, tự nhiên. Như vậy việc quán tưởng rất cần có tâm chí thành trợ giúp mới phát triển được tốt. Nhờ có tâm chí thành bạn mới dễ dàng quán tưởng bậc Thầy của mình trong hình tướng Chư Phật. Có thể là đức Phật Thích Ca, đức Phật A Di đà, đức Phật Kim Cương trì, đức Phật Liên Hoa Sinh, hay bất kỳ đức Phật nào mà bạn thấy thoải mái, dễ dàng quán tưởng thì bạn hãy nỗ lực quán tưởng. Quán tưởng là một trong những bài thực hành quan trọng mà bạn phải làm.

Thông thường bạn thấy Căn bản Thượng sư của mình chỉ là một người phàm trần. Đó là quan kiến sai lầm. Quan kiến này phải được thay đổi. Bạn hãy quán tưởng Thượng sư chính là đức Phật, không chỉ tin tưởng hay không chỉ ngồi đó mà chiêm bái đức Phật, bạn phải thực hành quán tưởng để thay đổi quan kiến của mình. Nếu còn quan kiến thế gian khi nhìn về Thượng sư thì sẽ không thể thành tựu hay hoàn thành được pháp GuruYoga bởi vì Thượng sư thực sự là một bậc giác ngộ. Nhưng tâm phàm của mình khiến bạn ngộ nhận một cách lệch lạc rằng Ngài chỉ là một con người bình thường. Điều này sẽ là một trở ngại lớn trong việc quán tưởng và thực hành Pháp Guru Yoga.

Tâm chí thành ở đây là tâm chí thành tới Thượng sư. Đức Phật Thích Ca đã dạy rằng không được thấy bậc thầy của mình là một con người phàm trần, cũng không nên coi thầy như một vị Phật, mà phải thấy thầy là một bậc giác ngộ, sự giác ngộ nằm bên trong chính bạn. Tương tự như vậy, Thượng sư chính là Tăng già. Tăng già nâng đỡ, hỗ trợ cho bạn trên con đường thực hành chính Pháp. Đồng thời Thượng sư cũng chính là bậc giác ngộ. Nhưng thực sự giác ngộ nằm ngay trong chính bạn. Bởi vậy bạn không nên coi Thượng sư của mình là một người phàm trần, nhưng đồng thời cũng không nên coi Thượng sư của mình là một vị Phật. Thượng sư là bậc giác ngộ nhưng giác ngộ nằm ngay trong chính bạn, chứ không phải là một đối tượng bên ngoài. Đó là yoga thuộc về tâm. Và bây giờ chúng ta hãy cùng nhau trì tụng đại chúng phần Guru yoga:

MA NAMKHA DANG NYAMPEI SEMCHEN THAMCHÉ...

...LAMA SANGGYÉ CHÖE KYI KULA SOLWA DEBSO/

MA NAMKHA DANG NYAMPEI SEMCHEN THAMCHÉ...

...LAMA LONGCHÖE DZOGPEI KULA SOLWA DEBSO/

MA NAMKHA DANG NYAMPEI SEMCHEN THAMCHÉ...

...LAMA THUGJÉ TrULPEI KULA SOLWA DEBSO/

MA NAMKHA DANG NYAMPEI SEMCHEN THAMCHÉ...

...LAMA SANGGYÉ RINPOCHÉ LA SOLWA DEBSO/

Đây là phần thực hành chính của yoga về khẩu, các bạn cần trì tụng phần này một trăm nghìn lần. Sau đó chúng ta tụng tiếp phần cầu nguyện, cầu nguyện cho đời này và tất cả các đời sau cho đến khi đạt được giác ngộ. Tiếp đến bạn trì tụng đến phần quán hòa tan và hãy thiền định hòa tan. Hãy quán tưởng tất cả mọi hình ảnh mà bạn vừa quán tưởng tan thành ánh sáng rồi hòa nhập vào bạn, bậc Thầy tan vào trong bạn, sau đó chính bạn tan thành ánh sáng hòa nhập với không gian bao la. Hãy an trụ trong trạng thái thiền định này càng lâu càng tốt. Cuối cùng, bạn chuyển tới phần hồi hướng công đức cho tất cả chúng sinh.

Tới đây, tôi xin tổng quát lại phần thực hành về Nội Ngondro: Thứ nhất là phần đĩnh lễ, phần này cần kết hợp với Quy y và phát bồ đề tâm. Bạn hãy đếm số lượng lễ cho đến khi được 100.000 lễ là kết thúc phần một. Thứ hai là trì chú trăm âm, cũng trì 100.000 biến là kết thúc phần hai. Phần thứ ba cúng dường mandala bạn cũng cần thực hành 100.000 lần. Cuối cùng là Guru yoga, cần trì tụng câu “Manam khadang...” 100.000 lần. Hành giả thực hành trọn vẹn bốn phần như thế là kết thúc một lần Ngondro. Tôi luôn tin tưởng rằng tất cả mọi người có mặt tại đây sẽ thực hành Ngondro. Dĩ nhiên những vị xuất gia sẽ hoàn thiện nhanh hơn, có thể chỉ trong bốn hay năm tháng, còn người tại gia vì gia duyên ràng buộc nên ít có thời gian thực hành hơn, nhưng các bạn vẫn nên tu dần dần, và có thể kết thúc trong một hoặc hai năm cũng không sao, miễn là chúng ta có tâm dăng hiến trong sự thực hành Phật pháp.

---o0o---

**Bàn tròn trực tuyến trên Vietnamnet với Đức Pháp Vương ngày 23.3.2010**





Dưới đây là toàn văn buổi Pháp đàm giữa Đức Pháp Vương Gyalwang Drukpa đời thứ XII với phóng viên, nhà báo Nguyễn Quang Thiều của tờ báo điện tử Vietnamnet và các độc giả tham gia sự kiện hy hữu "Bàn tròn trực tuyến trên Vietnamnet với Đức Pháp Vương"

"Tôi khuyên người VN quay trở lại với đời sống tâm linh, thực hành chuyên hóa những giận hờn, oán hận thành yêu thương, thiện hạnh" - Đức Pháp Vương Gyalwang Drukpa.

### ***Việt Nam - nơi con người biết hướng về tâm linh***

**Nhà báo Nguyễn Quang Thiều:** *Hôm nay là một ngày của hòa bình, ân phúc, của điều gì đó thật kì diệu, khi Đức Pháp Vương Gyalwang Drukpa đời thứ XII có mặt tại đây, cùng chia sẻ với độc giả VietNamNet về những điều yêu thương và tốt đẹp.*

*Trong nhiều thư của độc giả gửi về tòa soạn, có rất nhiều người ca ngợi, tỏ lòng tôn kính đối với Ngài. Ngay cả những người không theo một tôn giáo nào, đã tỏ lòng tôn kính và bày tỏ tới Ngài những nỗi niềm trăn trở trong họ. Có thể, đây là lần đầu tiên họ bày tỏ - trước Ngài, mà có lẽ trước đó họ có thể cũng chưa từng bày tỏ với chính người thân của mình. Và họ mong rằng, những lời chỉ dẫn của Ngài sẽ như một nguồn sáng, lời chia sẻ của người bạn, người thầy dành cho họ.*

*Thay mặt bạn đọc, tôi xin bày tỏ lòng tôn kính đối với Ngài và cảm ơn sự thăm viếng của Ngài.*

Đức Pháp Vương cùng tăng đoàn và các nhà báo VietNamNet cầu nguyện trước giờ phỏng vấn

*Câu hỏi đầu tiên, xin được hỏi Đức Pháp Vương: Đây là lần thứ 3 Ngài đến Việt Nam - mảnh đất vốn có quá nhiều đau khổ và chiến tranh, nhưng cũng là mảnh đất của những con người luôn luôn mang khát vọng hòa bình lớn lao, và họ hi sinh tất cả cho hòa bình của dân tộc họ và của con người nói chung trên thế gian. Vậy nhân duyên nào làm cho bước chân của Ngài tới nơi đây?*

**Đức Pháp Vương Gyalwang Drukpa:** Xin chân thành cảm ơn VietNamNet đã mời chúng tôi đến đây, để chia sẻ những tình cảm, tri kiến đến với mọi người.

Đất nước Việt Nam đã trải qua nhiều khổ đau, thiệt thòi, nhưng nơi đây, tâm người Việt Nam vô cùng khát khao hòa bình, chân hạnh phúc. Trong tâm tư của tôi, có những hình ảnh rất đẹp về người Việt Nam. Nơi đây, con người rất khát khao

hướng đến tâm linh. Và những người lãnh đạo cũng quan tâm đến sự phát triển cả về xã hội và tâm linh.- Dù đất nước này đã trải qua nhiều thăng trầm, nhưng chiến tranh đã lùi xa, Việt Nam đang trong giai đoạn phát triển. Với quan kiến của tôi, Việt Nam sẽ phát triển tốt đẹp trên cả hai phương diện xã hội và tâm linh.

**Nhà báo Nguyễn Quang Thiều:** *Nhiều bạn đọc của VietNamNet đang nghĩ về đất nước mình, và tin vào những điều mà Đức Pháp Vương đã nhìn thấy qua tuệ nhãn của mình. Vậy trong khoảng thời gian đầy đổi thay giữa lần thứ nhất, thứ hai, và thứ ba đến Việt Nam, Ngài có thể nói cho những người đang ở trên mảnh đất này, rằng những điều kì diệu gì đang hiện ra? Và với một đòi hỏi có vẻ thô thiển của tôi, xin Ngài có thể mô tả sự kỳ diệu nào đó mà Ngài tận chứng trên mảnh đất này?*

**Đức Pháp Vương Gyalwang Drukpa:** Từ lần thứ nhất, thứ hai và thứ ba đến đây, tôi nhận thấy người Việt Nam đã có phương cách tâm linh hướng cuộc đời mình đi cho có ý nghĩa hơn.

Tôi đã nhìn thấy niềm hạnh phúc của họ qua những nụ cười hoan hỉ khi được lắng nghe Giáo Pháp, những ánh mắt khát khao phát triển tâm linh. Về cuộc sống bên ngoài, tôi cũng thấy sự phát triển xã hội, cuộc sống tốt hơn, no đủ hơn.

Phật giáo đã được truyền vào Việt Nam hơn 2.000 năm. Như vậy, nguồn gốc của người Việt Nam là Phật giáo. Người Việt Nam nên quay trở lại tìm cội nguồn của chính mình. Niềm vui của tôi là được thấy mọi người cười trong hạnh phúc, tri ân, phát triển tâm linh của mình.

**"Không có ai mang khổ đau cho mình ngoài chính mình"**

**Nhà báo Nguyễn Quang Thiều:** *Có một độc giả đặc biệt gửi thư đến cho Đức Pháp Vương, là bà Đỗ Thị Huệ. Bà đã từng theo con đường tu hành, nhưng cuối cùng giã từ cửa Phật, vì bà chứng kiến người một người bạn thân của mình sống trong chân thành, lao động cần cù, nhưng không thay đổi được đời sống gia đình. Họ vẫn sống trong đói nghèo, bệnh tật và có những lúc không được đối xử công bằng. Trong khi đó, có những người trong đời sống này sống một cuộc sống toan tính, lừa lọc thậm chí chà đạp lên lợi ích của người khác, nhưng lại sung túc và giàu có. Bà Huệ không thể cứu giúp được người bạn của mình, bà Huệ thấy bất lực và đã rời bỏ cửa chùa.*

*Nếu bây giờ người đàn bà bất hạnh đó đến trước Ngài để hỏi "đức tin của tôi sẽ hướng vào đâu, tôi tìm hạnh phúc ở đâu trong hiện thực xã hội này". Ngài có thể nói với bà điều gì, và bằng cách nào Ngài mang lại cho người đàn bà ấy đức tin?*

**Đôi với quy luật nhân quả, không bao giờ quá muộn**

**Đức Pháp Vương Gyalwang Drukpa:** Đạo Phật, thật ra không phải là một tôn giáo, mà là cách thức, phương tiện giúp con người sống có hạnh phúc ngay trong

cuộc sống thực tại. Như vậy, điều quan trọng là các Phật tử và mọi người khác, nên làm thế nào để hướng cuộc đời mình theo cách sống có ý nghĩa, tốt đẹp, an vui, hài hòa với mọi người.

Trong trường hợp câu hỏi của bà Huệ, đạo Phật có một danh từ gọi là quy luật về "Nghiệp". Đơn giản hơn, là quy luật nhân - quả. Nếu ta gieo trái ngọt, sẽ có trái ngọt. Gieo hạt cay đắng, sẽ nhận quả đắng.

Đôi khi, do chưa hiểu biết thấu đáo về giáo lý nhân quả nên người ta thường thắc mắc là đời này tôi sống tốt, mà có nhiều khổ đau. Tại sao có người sống quá bất thiện, mà lại có hạnh phúc. Bởi ta chưa biết rằng đời trước, năm trước ta đã gieo nhân bất thiện, nay ta phải nhận quả đắng. Còn những người khác, có thể đời trước họ đã gieo nhân lành, nên bây giờ họ đang được hưởng quả lành.

Tuy thế, tất cả chúng ta đều không biết rằng khi nào quả của mình sẽ chín. Như chúng ta trồng một cái cây, không thể ngồi mong đợi quả chín. Đến mùa, dù nhân duyên, điều kiện thì trái sẽ chín, ngoài sự kiểm soát của mình.

Nhân quả giống như một vòng quay. Nhân tạo quả, quả lại tạo nhân. Như ta gieo một hạt, cho quả, quả lại tạo ra vô số hạt mới. Chúng tôi gọi là vòng luân hồi sinh tử. Trong đó, con người bị dẫn dắt, trôi lăn trong vòng sinh tử.

Nhưng chúng ta không quá muộn trong bất kì điều gì. Nếu đời trước chúng ta đã phạm sai lầm, nhưng nay biết tỉnh ngộ, biết tìm một hướng sống mới thì ngay bây giờ vẫn có thể loại trừ được Nghiệp. Giống như bệnh ung thư, nếu phát hiện sớm thì vẫn có cách điều trị.

Đối với quy luật nhân quả, không bao giờ quá muộn, chúng ta vẫn có thể làm điều gì đó, và nên nỗ lực làm gì đó, để loại trừ bớt khổ đau trong kiếp sống hiện tại bằng cách sống tốt hơn, hòa bình hơn, biết yêu thương chia sẻ với mọi người hơn. Đừng vì một bất công, bằng cặp mắt cái nhìn hiện tại, mà từ bỏ tôn giáo, từ bỏ con đường đẹp đẽ mà mình đang theo.

Tôi khuyên mọi người hãy tin vào quy luật nhân quả, chấp nhận những nghiệp quả của mình đã chín, dù là quả khổ đang phải chịu đựng. Và hơn nữa, bạn nên biết vẫn còn cách thay đổi cách sống, thay đổi hành động của mình, đừng vì hoàn cảnh hoặc lí do nào khác mà hủy hoại niềm tin của mình. Sống không có đức tin thì cuộc sống ấy đi vào tăm tối, vô minh.

Tôi khuyên bà Huệ hãy tìm hiểu kĩ về quy luật nhân quả, từ đó phát khởi niềm tin, biết sống một cách tích cực, hài hòa, biết ban trải tình thương yêu và gieo trồng thiện hạnh để cân bằng với những hạt giống bất hạnh mình đã gieo từ nhiều đời. Hãy tìm cho mình đức tin để chuyển hóa cuộc sống hiện tại. Và hãy trở lại với cuộc sống tâm linh, làm những gì mình có thể để loại trừ bớt các bất thiện nghiệp.

Đau khổ này không phải do ai đem lại, mà do chính mình đã gây ra có thể từ tháng trước, năm trước, hay vô số đời trước. Có một số người luôn đổ lỗi cho Phật, Trời, Chúa, đã mang lại bất hạnh cho chúng ta. Nhưng sự thực, cách nhìn của triết lý Phật giáo là không bao giờ đổ lỗi cho bất kì ai. Người đáng đổ lỗi nhất chính là bản thân mình, là sự lười biếng, buông trôi hay vô minh của mình.

Như khi ta biết mình có bệnh, đến tìm bác sĩ, bác sĩ hướng dẫn một vài phương cách mà vẫn không nghe theo. Khi bệnh nặng thì ta không thể đổ lỗi cho bác sĩ.

Không có ai mang khổ đau cho mình ngoài chính mình. Hãy nỗ lực cố gắng, cải thiện cuộc sống hiện tại, vẫn kịp thời chuyển bớt những kết quả xấu mình đã tạo.

Tìm về cội nguồn khổ đau, bất an trong chính chúng ta. Trở về để cải thiện chính mình thì hạnh phúc sẽ luôn bên chúng ta.

***Không có ai mang khổ đau cho mình ngoài chính mình. Hãy nỗ lực cố gắng, cải thiện cuộc sống hiện tại***

**Nhà báo Nguyễn Quang Thiều:** *Có nhiều bạn đọc bày tỏ rằng, họ tin vào Đức Phật, đức Chúa Trời, các vị Thánh khác có một quyền năng tối thượng. Họ tin các vị có thể biến thế gian từ đời sống ngày thành đời sống khác. Nhưng họ cũng băn khoăn - một băn khoăn hết sức trong sáng - tại sao các Ngài lại cứ để chúng sinh buồn bã mãi, đau khổ mãi, đấu tranh mãi như vậy. Tại sao không có một ngày các Ngài đưa bàn tay của mình trải dài một hạnh phúc bất tận trên thế gian này. Để đến một ngày mới, cả người già, người trẻ, người tin hay không tin, người tốt kẻ xấu đều được hưởng những gì đẹp đẽ nhất. Không chiến tranh, thù hận, đói khát, nguyên rủa. - Phải chăng, có một thông điệp, hay bí mật gì đó của đức Phật, Chúa Trời gửi cho con người ở thế gian này, rằng không thể dùng phép thiêng để thay đổi ngay mọi thứ trong khoảnh khắc? Rằng phép thiêng là chính ở các người ?*

**Đức Pháp Vương Gyalwang Drukpa:** Đây vẫn là vấn đề nhiều người chưa hiểu tại sao con người đau khổ, tại sao Chúa, Trời, Chư Phật cứ để con người đau khổ, trầm chìm mãi, mà không làm cho chúng sinh mở mắt ra đã thấy mọi sự thay đổi lớn, an vui hạnh phúc sẵn đây đủ. Vì chúng ta chưa hiểu rõ quy luật nhân quả. Không ai tạo khổ đau cho ta ngoài bản thân ta. Có người nói, tôi không làm gì tạo nên nhân khổ đau. Nhưng hãy thiết thực nhìn cách mà ta đang sống, bằng cách ăn thịt chúng sinh, giết hại chúng sinh, phá hoại môi trường, đẩy vào môi trường cả những ô nhiễm vật chất và ô nhiễm tinh thần, những từ trường của sân giận, ganh ghét, để rồi dẫn đến những bệnh dịch không thể chữa được. Chính chúng ta đang tạo nên nhân khổ đau, nhưng ta lại lờ đi, không quan tâm. Nếu có ai đó kêu gọi ta bảo vệ môi trường, ta vờ như không biết hoặc không muốn biết là chính mình đang mang đến tai họa cho thế hệ mình và thế hệ tương lai. Trong lúc chịu đựng các hậu

quả, ta vẫn chưa có tinh thần bảo vệ môi trường cho các thế hệ sau. Khổ đau là do ta tạo ra, và ta gánh chịu. Không thể đổ lỗi.

Hãy quay lại cải thiện lối sống nơi chính mình. Sống cởi mở, yêu thương, chan hòa vào cộng đồng, tập thể mà ta đang sống. Giáo lý Đức Phật đã dạy hãy sống bớt hận thù, bớt sân giận. Học pháp Phật, ta sẽ cải thiện đời sống của mình. Có người nói đến sự-gia-trì của đức Phật, nhưng thực ra, đức Phật chỉ là người dẫn đạo, còn mọi thứ đều do chính chúng ta làm và tạo ra. Nương vào sự dẫn đạo đó, nếu ta áp dụng, thực hành phát triển lòng từ bi, ta biết yêu thương cởi mở, giúp đỡ, trân trọng người khác, thì ta có hạnh phúc đích thực. Ngay cả những người thân quen nhất, đôi khi vì quá quen thuộc, mà ta quên mất trang trái biểu lộ tình thương với họ. Hãy học để yêu thương những người mà ta tưởng như ta đã quá nhàm chán. Trái rộng tâm lòng tốt đẹp với tất cả những người mà mình có nhân duyên hạnh ngộ. Trong lúc mà tâm mình thay đổi, hạnh phúc sẽ có mặt, đây như là một *điều kỳ diệu* mà mọi người mơ ước, mà chính chúng ta có thể phô diễn được. Hãy biết "tự tin nương tựa vào chính mình"!

**Nhà báo Nguyễn Quang Thiều:** *Có một hiện thực làm cho chính bản thân tôi, một hiện hữu trước Ngài, cũng cảm thấy lúng túng khi phải đối diện. Hiện thực đó là mấy nghìn năm lịch sử, đền thờ, chùa chiền mỗi ngày được xây nhiều hơn, sách thánh, giáo lý được in nhiều hơn, nhưng tội ác cũng nhiều hơn, sự ghen tị, lòng vô cảm giá lạnh, nổi hận thù tăm tối...cũng nhiều hơn. Vậy thưa Pháp Vương, Ngài lý giải gì về điều mâu thuẫn và bất ổn này? Chúng sinh phải đợi chờ đến bao giờ cho sự đổi thay của thế gian khi mà họ đã chứng kiến những điều đau khổ kia kéo dài mãi trong suốt chiều dài lịch sử của con người trên thế gian?*

**Đức Pháp Vương Gyalwang Drukpa:** Nhiều tôn giáo hiện nay đang có một vài khó khăn. Một số tôn giáo đang không thực sự thực hành Pháp, không đưa con người vào thiện hạnh, cải thiện cuộc sống, mà lại hướng theo bè đảng. Đây là một sai lầm, không đúng theo tôn chỉ của các bậc khai sáng ra tôn giáo ấy.- Những điều mà ta cần nương tựa là cải thiện chính mình, trở thành người tốt, thay đổi chính đời sống của mình. Còn nếu ai đó cho rằng có sẵn một nơi nương tựa, che chở, như một số người cuồng tín cho rằng đã có Đấng Sáng tạo che chở, mà dùng súng đạn giết hại người khác, cho rằng tội ấy đã có Thánh chịu, đó là cái nhìn vô cùng lầm lạc. Lịch sử đã có những cuộc chiến tranh đẫm máu như thế, chỉ vì họ hướng tôn giáo lệch đường. Nhà thờ nhiều hơn, kinh sách nhiều hơn, nhưng con người lại không hướng về thực hành. Tôi khuyên cả những người ở tôn giáo khác nên có cái nhìn tức thời trở lại. Tôn giáo xuất hiện không phải để gây thêm đau khổ, chiến tranh ở cuộc đời, không phải để giành giật sự phát triển của tôn giáo mình, mà để mang hạnh phúc cuộc đời mình.

Ngay trong Phật giáo, Đức Phật chưa từng nói rằng hãy nương tựa vào ta, ta sẽ bảo vệ các con, đưa các con đến nơi giải thoát an toàn, hay các con hãy nương tựa, hãy cúng dường. Ngài chưa bao giờ nói thế! Ngài chỉ nói rằng: ta là người hướng đạo, các con phải đi trên đôi chân của mình. Mỗi người phải tự thực hành Giáo Pháp để cải thiện cuộc sống.

Lời khuyên của tôi đến với mọi người, dù ở tôn giáo khác, không tôn giáo, vấn đề là tìm một lối sống. Điều căn bản nằm ở hành động, lời nói, suy nghĩ luôn là an lành, chứ không nên trông đợi ở bất kỳ ai, cho dù là Chúa, Trời, Phật. Tôi xin nhắc lại lời dạy của Đức Phật: Này các tỳ kheo, các con hãy tự mình thấp đuốc lên mà đi. Ta chỉ là người mở đường, các con phải tự dẫn bước. Bước đi bằng đôi chân và ý chí của mình.

***Con đường mà tôi theo là tình yêu thương, chia sẻ với mọi người***

**Nhà báo Nguyễn Quang Thiều:** *Có nhiều người quan tâm đến cuộc đời của Đức Pháp Vương. Con đường từ lúc Ngài sinh ra đến nay, là con đường của khổ hạnh, dâng hiến, đấu tranh, hay chia sẻ, hay là tìm cách tránh xa các tục tằn tội lỗi thế gian quanh Ngài?*

**Đức Pháp Vương Gyalwang Drukpa:** Đây là một câu hỏi hay. Ai cũng hỏi tôi theo con đường nào, phương pháp cách sống của tôi là gì. Thực ra cho đến nay, con đường mà tôi theo là tình yêu thương, chia sẻ với mọi người, cảm thông với những nỗi khổ, nhu cầu của mỗi chúng sinh. Dĩ nhiên, tôi chưa phải là người hoàn thiện, mà còn đang trên đường tự xây dựng, tự hoàn thiện mình. Tôi cũng là người bình thường như mọi người khác, đang cố gắng hướng cuộc đời mình, trang trải tình yêu thương cho mọi người. Tôi đang muốn hiểu rằng mọi người, mọi hữu tình cần gì, muốn gì. Nói về dòng Truyền thừa, cách đây khoảng 1.000 năm bên Ấn Độ từng có một đại thành tựu giả hồng danh là Naropa, được tôn kính là hiện thân của Bồ Tát Quan Thế Âm. Bằng nhiều phương tiện thiện xảo, Ngài đã đạt được giác ngộ trong đời, và bằng sự chứng ngộ của chính mình, Ngài hoằng pháp muôn phương và là Thượng sư sáng lập ra dòng Truyền thừa. Ân phước gia trì của dòng Truyền thừa được truyền đến ngày nay.

Từ khi còn rất nhỏ, mới 2, 3 tuổi tôi đã được mọi người tìm thấy, phát hiện và có những cuộc thử nghiệm về kiến thức để công nhận ấn chứng là hóa thân chân thật của Đại thành tựu giả Naropa cách đây 1.000 năm về trước. Truyền thừa Drukpa là dòng thực hành luôn sống để hành động, lợi lạc cho mọi người. Ước nguyện của tôi là hiểu mọi loài chúng sinh, đến cả loài động vật, hiểu để cảm thông và giúp đỡ. Tôi sẽ làm hết mình để viên mãn mọi ước nguyện của mọi người, mọi loài.- Tôi nguyện sẽ trở lại cuộc đời này nhiều lần nữa, để thực hành tiếp công hạnh của

mình là cảm thông, chia sẻ tri kiến, niềm vui, con đường tâm linh của mình. Cho đến khi chúng sinh không còn đau khổ, thì tôi mới thực sự được viên mãn.

Tôi không nói với mọi người rằng hãy tin tôi, hãy tin dòng Truyền thừa, mà các bạn hãy cố gắng hiểu nhau, cảm thông, chia sẻ với nhau những thiện hạnh, tình thương của mình.

***Tôi đi khắp nơi với ước nguyện mang những bài pháp, sự an bình cho mọi người***

**Nhà báo Quang Thiệu:** *Thưa Đức Pháp Vương, tôi đang ngồi trước Ngài đây, tôi là một hiện hữu trước Ngài. Trong con người tôi có những phần tăm tối và những phần ánh sáng của đời sống này. Tôi cảm thấy có một "con quỷ đục vọng" nằm trong thân xác mình. Nó luôn luôn đi theo tôi, rủ rê tôi, thúc giục tôi, tìm cách làm cho tôi tăm tối để thực hiện những khát muốn của nó. Có lúc tôi đã đuổi được nó ra khỏi mình. Nhưng này sau đó nó lại trở về là lại tìm cách lôi kéo tôi. Và tôi nhận ra nếu một khi thân xác tôi còn hiện hữu trong đời sống này thì tôi luôn luôn phải đấu tranh chống lại con quỷ đục vọng đó.*

*Tôi có một câu hỏi mà có thể mắc lỗi trước Ngài, rằng Ngài cũng có một thân xác như tôi và trong thân xác ấy cũng có một con quỷ đục vọng mặc dù trí tuệ, tâm hồn và lòng từ bi bên trong thân xác Ngài là minh mông vô bờ bến. Vì thế, chắc chắn con quỷ đục vọng cũng làm những gì với Ngài như đã, đang và sẽ làm đối với tôi. Vậy nhưng tôi tin là Ngài có một thân xác giống thân xác của tôi. Vậy Ngài tìm cách nào để trừ diệt hay cầm giữ nó? Câu trả lời của Ngài sẽ là nguồn sáng cho tôi, và cả những người khác nữa, những người đang ngày ngày phải tìm hãm và trốn chạy trốn con quỷ đục vọng đó nhiều lúc đến tuyệt vọng?*

**Đức Pháp Vương Gyalwang Drukpa:** Tôi luôn tin rằng tôi giống như các bạn, chúng ta đều là anh chị em trong thế giới loài người. Tôi chưa bao giờ nghĩ rằng tôi là ai đó ở cấp độ cao cấp hơn các bạn. Chỉ có điều, tôi rèn luyện nhiều để biết phương pháp thực hành, biết chiến đấu với những tình cảm xúc tình sâu ẩn trong lòng.- Con người thế gian đều bị "con quỷ đục vọng" chi phối, kêu gọi, và rất khổ sở với nó. Dường như những con quỷ ấy hiện trong tham lam, tật đố, ganh ghét, kiêu căng, chiến tranh, khi ta không tỉnh thức, tự chủ, con quỷ ấy sẽ cuốn mình đi. Điểm khác biệt giữa tôi với các bạn chỉ là tôi đã có cách và tôi đang thực sự có phương tiện để chuyển hóa những tình cảm, đục vọng xấu thành thiện hơn, tốt hơn. Trong kiếp sống loài người, nếu không có xúc tình thì con người không tồn tại được. Đục vọng và tình cảm không phải là xấu, mà vấn đề là làm thế nào để chuyển hóa, tự chủ được, chuyển hướng đi xấu thành hướng đi lợi ích. Chúng ta không phải hủy diệt, đánh đuổi nó, chỉ cần chuyển hóa nó. Chúng tôi dùng những phương tiện thiện xảo để chuyển xúc tình tiêu cực thành đại ái, ước muốn đem đến

tình thương cho mọi loài, biến ham muốn cá nhân thành ham muốn tốt đẹp hướng về nhân loại. Người Việt Nam có tôn giáo nguyên thủy là đạo Phật, tôi khuyên người Việt Nam quay trở lại học tôn giáo gốc của mình, đưa vào thực hành chuyển hóa những giận hờn, tham lam, tật đố, ganh ghét, kiêu căng, oán hờn, gây khổ đau cho mình cho người, thành yêu thương, từ bi, để làm cuộc đời này an bình hơn, hạnh phúc hơn.

**Nhà báo Nguyễn Quang Thiều:** *Con đường của cá nhân Ngài, theo tôi nghĩ là tinh thần của dòng Truyền thừa. Những hành xử, đấu tranh, dâng hiến cho con người của dòng Truyền thừa cũng hiển lộ trong con người Ngài. Bí mật nào làm nên sự lan tỏa và sức mạnh của dòng Truyền thừa, ở nhiều quốc gia, dân tộc, văn hóa, thể chế chính trị khác nhau? Hay đôi khi, bí mật là ở chỗ chẳng có bí mật nào?*

**Đức Pháp Vương Gyalwang Drukpa:** Bạn nói đúng, chả có gì là bí mật. Rất giản đơn như mặt trời chiếu sáng ở Việt Nam, ở Tây phương hay Ấn Độ chỉ là một mặt trời, vẫn là một tia nắng với mục đích đem sự bình an ấm áp cho mọi loài. Nhưng khi xuất hiện ở Việt Nam, ta gọi là mặt trời Việt Nam. Khi xuất hiện ở Ấn Độ, ta gọi là mặt trời Ấn Độ. Cũng như giáo lý Truyền thừa đi khắp nơi trên thế giới này, nhưng ở mỗi quốc gia, đất nước, giáo lý này lại thâm nhập với văn hóa, phong cách, đời sống của quốc gia. Tôi đi khắp nơi với ước nguyện mang những bài pháp, sự an bình cho mọi người. Hay hướng giúp phương cách sống an lạc, tự chủ, độc lập, tự tin. Con người thường yếu đuối, không tự tin ở khả năng của chính mình, nên có cảm giác phải nương tựa vào Trời, Phật, thần thánh. Vì chúng ta chưa hiểu được và chưa tin vào tiềm năng của con người.- Ước nguyện của tôi là giúp con người có tự tin vào khả năng của mình. Tự tin rằng mình là nguyên nhân chính có thể đem khổ đau hay hạnh phúc cho mình. Khi đó, họ mới sống không ỷ lại vào Chúa, Trời hay đấng thần linh, sống có trách nhiệm với chính mình. Họ là người có trách nhiệm xây dựng cuộc đời họ, trách nhiệm cải thiện chính mình.

Mỗi đất nước có nền chính trị khác nhau, nhưng trong sự thực hành tôn giáo, không có rào cản của chính trị, văn hóa, mà chỉ một mục đích duy nhất là con người cải thiện chính mình, nhận ra trách nhiệm chính mình, một cuộc sống bình an hạnh phúc.

Đó là bí mật - nếu các bạn có thể gọi đó là bí mật. Còn tôi, gọi rất đơn giản, là thông điệp muốn trao gửi đến các bạn niềm tự tin chính vào bản thân bạn.

**Nhà báo Nguyễn Quang Thiều:** *Có những khoảnh khắc nhanh hơn cả một cái chớp mắt nhưng đủ giúp ta nhìn thấy con đường mà đôi khi ta đi hết cả đời vẫn không nhận biết được. Hồi nhỏ, khi sống ở nông thôn, có những đêm mưa lớn chặn bước đường về. Trong đêm tối đen, tôi đã đi lạc ra khỏi cánh đồng làng mình và*



*không xác định được con đường trở về làng mình nữa. Bất chợt có một tia chớp lóe lên, và trong khoảnh khắc ấy, tôi đã nhìn thấy toàn bộ con đường đi về làng, dù sau đó cả cánh đồng ngập chìm trong bóng tối! Tôi như thấy lại ánh sáng đó qua các lời khai thị của Đức Pháp Vương trong buổi Pháp đàm ngày hôm nay. Tôi tin rằng Đức Pháp Vương đã mang đến Việt Nam một trái tim nồng ấm. Tôi tin những gì Ngài chia sẻ với chúng ta hôm nay trong căn phòng nhỏ bé và giản dị này, căn phòng mà những người có mặt tại đây và những người đang lắng nghe lời ngài qua hệ thống truyền thanh của Vietnamnet sẽ nhận được tia chớp tư tưởng của tình yêu thương vạn vật và cuộc tranh đấu không mệt mỏi cho an bình của thế gian. Và tôi mong và tin Ngài đã và sẽ cầu phúc cho dân tộc này - một dân tộc đã có quá nhiều đau khổ, quá nhiều chiến tranh, một dân tộc xứng đáng được tất cả những vị Thánh trên trời xanh này ban phước cho. Rất đa tạ sự hiện diện của Đức Pháp Vương với tất cả những gì Ngài đã chia sẻ với chúng ta vào ngày hôm nay. Tình yêu thương chân thành, khát vọng hòa bình mãnh liệt và sự thấu hiểu hạnh phúc sẽ như hương thơm của bông sen, lan tỏa vào tâm hồn của những con người đang khổ đau, đang đi tìm ý nghĩa đích thực trong cuộc sống. Xin cúi đầu đa tạ.*

---o0o---

### **Đức Phật Của Lòng Từ Bi**

(Đức Pháp Vương Gyalwang Drukpa đời thứ XII khai thị Giảng pháp và quán đỉnh cộng đồng Đại bi Quan Thế Âm tại Chùa Ân Hậu, Tỉnh Nghệ An ngày 24.3.2010)

Kính thưa chư Đại đức Tăng ni và quý Phật tử, hôm nay chúng tôi rất hoan hỷ khi được gặp gỡ các Phật tử lần đầu tiên tại chùa Ân Hậu này. Được sự thỉnh cầu của Thượng Toạ trụ trì, tôi sẽ truyền Quán đỉnh Quan Thế Âm. Trước khi bắt đầu buổi lễ, tôi muốn giải thích một chút về Quán đỉnh này và ý nghĩa về Quan Thế Âm Bồ tát.

Phương pháp thực hành tu tập về Bồ Tát Quan Thế Âm sẽ được trao tới quý Phật tử thông qua Quán đỉnh và sự gia trì của đức Quan Thế Âm. Có thể trước đây quý vị đã thực hành rất nhiều pháp tu về đức Quan Thế Âm. Trong thuật ngữ của Hiền Giáo chúng ta gọi Ngài là vị Phật của lòng Từ bi, còn trong Mật Giáo chúng ta cũng tôn xưng Ngài là Đại Bồ Tát của tình thương. “Vị Phật của lòng Từ bi” có nghĩa là Ngài luôn lắng nghe, quán chiếu và ban trải tình thương cứu độ cho mọi người, mọi loài. Tất cả mọi người trên thế giới này, ai cũng cần có tâm từ bi. Tâm từ bi nghĩa là sự hiểu biết và tình thương yêu, cảm thông, bao dung, tha thứ đối với nhau. Đây là một phẩm hạnh quan trọng và cần thiết để sống và tồn tại trên thế giới

này. Vì thế Bồ Tát Quan Thế Âm không chỉ được kính ngưỡng, thờ phụng bởi những ai theo đạo Phật, mà kể cả những người không theo đạo Phật cũng kính ngưỡng và đặt trọn niềm tin vào Ngài.

Tại sao pháp tu về Đức Phật của lòng Từ bi lại vô cùng cần thiết? Đơn giản vì sống trên thế giới này, chúng ta cần sự an vui, hạnh phúc cho bản thân cũng như một tâm hồn tràn đầy sự cảm thông, hiểu biết và hòa hợp với môi trường và đồng loại. Để sống được hòa hợp, bạn cần phải có hạnh phúc. Để có hạnh phúc chân thật, bạn cần nuôi dưỡng trí tuệ hiểu biết. Sự phát triển của trí tuệ là sự hiểu biết cảm thông giữa người với người. Ví dụ nếu bạn có một người bạn, bạn cần phải hiểu được tâm lý của họ, cách họ suy nghĩ và cần phải tôn trọng họ. Tâm tôn trọng lẫn nhau như thế sẽ khiến bạn có được sự hiểu biết về nhau. Dựa trên nền tảng sự hiểu biết lẫn nhau, cả hai đều có hạnh phúc, và niềm hạnh phúc này sẽ giúp các bạn sống với nhau an vui hạnh phúc trên cuộc đời này. Điều này rất quan trọng vì chúng ta phải sống trên thế giới, sống cuộc đời này và chẳng có lựa chọn nào khác cả. Không có một con đường nào có thể trốn thoát khỏi thực tại. Bởi thế, nghệ thuật sống an bình hạnh phúc là nghệ thuật quan trọng nhất. Tất cả chúng ta đều biết tầm quan trọng làm thế nào để sống hạnh phúc hòa hợp. Như trước tôi đã nói, tất cả chúng ta đều muốn tạo dựng hạnh phúc cho mình, nhưng làm thế nào để tạo ra hạnh phúc lại là một câu hỏi lớn. Và một câu hỏi khác là nếu bạn có hạnh phúc thì làm thế nào để bạn sống hòa thuận vui vẻ với mọi người. Bạn cần biết rằng có những hạnh phúc không đem lại sự hòa thuận, mà nó đem lại sự kiêu mạn, ghen tỵ, giận giữ, tham lam... Bởi vậy chúng ta cần phải hiểu biết toàn diện về nhiều khía cạnh của hạnh phúc để có thể sống tốt đẹp, có ý nghĩa hơn và cuộc sống của bạn qua đó sẽ trở lên quý giá hơn. Khía cạnh mà bạn cần chính là Giáo Pháp của đức Phật. Giáo Pháp của đức Phật là những phương pháp thiện xảo thù thắng hơn pháp thế gian để giúp chúng ta sống thận trọng, hòa hợp, hạnh phúc, chúng tôi thường gọi đó là Phật Pháp. Bởi vậy hôm nay chúng ta đến đây để thọ nhận Giáo Pháp và sự thực hành, là cách thực tập sống theo hạnh của Bồ Tát Quan Thế Âm, Bồ Tát Đại từ Đại bi, hay còn gọi là đức Phật của lòng từ bi mẫn. Bởi thế chúng ta rất cần hiểu làm thế nào để cải thiện đời sống của mình.

Bạn cần biết rằng để cải thiện cuộc sống của mình tốt đẹp hơn, con người ta không nên chỉ chú trọng vào sự phát triển vật chất như của cải, tiền bạc, nhà cửa, danh vọng, mà còn rất cần phải đi kèm với sự phát triển tâm linh, tức là sự phát triển trí tuệ và tình thương yêu... Như vậy là chúng ta cần cải thiện và phát triển cuộc sống của mình theo cả hai khía cạnh: sự phát triển bên ngoài (vật chất) và sự phát triển bên trong (tâm linh). Như tôi đã nói mỗi chúng ta cần phải cố gắng sống hòa hợp, mỗi chúng ta đều có trách nhiệm, làm thế nào để tạo nên một bầu không khí an

lành, cảm thông và hòa hợp cho cuộc đời này. Ví dụ tôi được biết có rất nhiều Tôn giáo khác nhau cùng được phát triển tại địa phương này. Trách nhiệm của mỗi chúng ta, những người theo các Tôn giáo khác nhau, là làm thế nào để sống hòa hợp, đạt được sự hòa hợp giữa các Tôn giáo, các gia đình, giữa những người bạn và những người hàng xóm khác nhau. Chúng ta cần trao đổi với nhau sự hiểu biết về văn hoá tư tưởng, để có thể cảm thông, chia sẻ với nhau, khiến cho đời sống cộng đồng ngày càng tốt đẹp hơn. Điều này phải luôn được đặt lên làm mối quan tâm hàng đầu, là đối tượng chính để mọi người phấn đấu cho cuộc sống của mình. Mỗi chúng ta cần phải quan tâm, suy nghĩ và thực sự hoạt động hết mình để cùng chung sống hòa thuận, vui vẻ. Đó chính là phương pháp để sống trên thế giới một cách hạnh phúc và an bình, đừng sống theo thái độ tiêu cực luôn tìm cách lừa gạt hoặc làm tổn hại, làm những việc xấu đối với mọi người. Đặc biệt những người theo các Tôn giáo khác nhau, chúng ta cần có sự hiểu biết để tôn trọng lý tưởng tôn giáo của nhau, đối xử với nhau trong tinh thần cảm thông, hòa hợp tràn đầy hiểu biết. Muốn đời sống có ý nghĩa thì sự hiểu biết (trí tuệ) cần phải được phát triển. Đó không phải là công việc có thể làm một cách nhanh chóng vội vàng, mà chúng ta phải mất khá nhiều thời gian, nhiều tháng, nhiều năm, có khi nhiều đời để phát triển trọn vẹn trí tuệ hiểu biết này. Vì thế trí tuệ cần được rèn luyện và thực tập mỗi ngày, thậm chí mỗi giây phút trong đời sống của chúng ta.

Đạo Phật không tin vào sự cải đạo, bắt buộc người khác cải đạo theo tôn giáo mình. Đạo Phật là một tôn giáo tự do trong tư tưởng, trong tín ngưỡng. Đạo Phật muốn mỗi cá nhân tự do trong đức tin của mình. Tự do có nghĩa là họ sẽ tự mình chọn cho mình một lối sống hòa hợp và đầy hiểu biết, cho dù họ theo bất kỳ tôn giáo nào điều này không quan trọng. Đức Phật Thích Ca muốn ban cho mỗi người trong chúng ta sự tự do và giải thoát. Đạo Phật không muốn ép buộc bất kỳ ai phải tin vào điều gì. Đức Phật muốn mỗi người nên có sự hiểu biết trọn vẹn, tức là có trí tuệ để làm cho cuộc đời mình thành công, hạnh phúc chân thật. Chúng ta sống trong thế giới loài người, trong chúng ta không ai muốn bị ép buộc phải theo một lối sống nhất định nào của một ai khác, loài người chúng ta có sự thông minh, có đầu óc hiểu biết. Chúng ta nên sống thuận với tự nhiên để hướng đạo cuộc đời mình. Phương cách tự nhiên để hướng đạo cuộc đời chính là tình yêu thương. Một phương cách tự nhiên khác để có được tự do giải thoát chính là sự hiểu biết. Từ “giải thoát” có nghĩa là sự hiểu biết hay trí tuệ vĩ đại, đó là con đường mà cả Tam Thừa Phật giáo đều tin theo. Chúng ta cầu nguyện, chuyển những lời nguyện chân thành đến tất cả mọi người trên thế giới, khiến cho họ đạt được sự tự do giải thoát. Giải thoát tức là mọi người thoát khỏi sự lôi cuốn của giận dữ, ham muốn hay tham dục. Giải thoát khỏi tham ái, giận hờn, tật đố, tội lỗi chính là nghĩa của từ “giải

thoát” mà chúng ta đang nói đến. Sự giận dữ, tham ái và tật đố như tất cả chúng ta đều biết, là những thứ mà trong đời sống chúng ta phải đấu tranh hay đối diện với chúng. Làm thế nào để chúng ta thoát khỏi sự chi phối của những xúc tình phiền não đó. Đây là một câu hỏi thiết yếu. Câu trả lời đơn thuần là hiểu được sân giận là gì, nó từ đâu đến và tác hại của nó là gì? Đây là ba vấn đề rất quan trọng bạn cần phải hiểu. Chỉ cần hiểu ba việc chính này bạn sẽ nhậm vận có thể làm chủ các xúc tình phiền não. Tất cả những xúc tình phiền não như tham ái, kiêu căng, tật đố đều rất cần được hiểu biết, theo dõi và làm chủ, chúng không phải là những thứ cần phải loại trừ.

**“Giải thoát” có nghĩa là biết trực diện, điều đình và làm chủ những xúc tình chứ không phải là trốn chạy khỏi chúng.** Làm sao có thể trốn chạy khỏi những xúc tình và nếu trốn được thì chạy đi đâu? Thực sự không có con đường nào để chạy trốn những xúc tình bởi chúng là một phần cố hữu bên trong chính bạn. Nhưng bạn phải làm chủ, hay đàm phán, kết bạn với chúng một cách tốt đẹp và thành công. Có rất nhiều người hiểu lầm giáo lý của đạo Phật và quy luật của vũ trụ. Họ bắt đầu nói và hướng dẫn mọi người cách thức để trốn khỏi những xúc tình, họ phải trốn chạy khỏi thế giới, khỏi gia đình, khỏi mọi thứ vật chất. Điều này không phải là tinh thần của đạo Phật, và không thể nào thực hiện được trong xã hội giữa thế kỷ 21 này. Bởi vậy Phật giáo dạy chúng ta làm thế nào để có thể điều đình, làm việc và làm bạn với chúng. Năm loại xúc tình phiền não là “những người bạn” lâu đời và gần gũi nhất của chúng ta từ bao đời nay nên chúng ta phải cố gắng điều đình, sắp xếp để làm chủ chúng. Thường thì những loại xúc tình phiền não này làm chủ cuộc đời chúng ta, chúng không phải bạn, chúng đã từng vật lộn với chúng ta, theo dõi chúng ta từng bước và làm chủ cuộc đời chúng ta. Chúng ta không muốn những loại xúc tình tiêu cực này làm chủ cuộc đời mình. Chúng ta muốn thoát khỏi “kẻ thống trị” này để có được tự do. Chúng ta cần làm bạn với chúng, không cần phải chạy trốn, mà cần sống và làm việc một cách hòa hợp với chúng. Sau đó chúng ta cố gắng đạt được tự do thoát khỏi sự kiềm tỏa của chúng. Đây là lý do tại sao chúng ta cần chúng. Có thể mọi người không hiểu tại sao lại cần những xúc tình ấy? Bởi vì nếu không có những xúc tình, sẽ không có cuộc sống. Đời sống của chúng ta liên hệ rất mật thiết, hay được thiết lập trên các xúc tình. Cho nên nói một cách hiểu biết, thì xúc tình là cội nguồn của tâm lý, cội nguồn của mọi hoạt động trong đời sống. Xúc tình là sự chuyển động, hoạt động, là chất liệu và nguồn sinh lực của đời sống. Nếu không có xúc tình thì đời sống của chúng ta sẽ cằn cỗi như cỏ khô sỏi đá, hay chúng ta sẽ như những kẻ sắp chết không còn mảy may sinh lực nào. Vì thế chúng ta cần có xúc tình. Chúng ta cần

sống với xúc tình một cách tự tại vì xúc tình rất cần thiết. Bởi vậy sự phát triển của thế giới bên ngoài chính là kết quả của loại xúc tình này.

Chúng ta phát triển cuộc sống, phát triển đất nước, gia đình, sự nghiệp... Có rất nhiều thứ chúng ta cần phát triển để giúp cho đời sống của chúng ta và của mọi người cùng tốt đẹp, chính vì thế chúng ta cần chuyển hoá và làm chủ tình cảm của mình. Nếu không thể làm chủ được tình cảm của mình thì nó sẽ phá hủy đời sống của chúng ta. Năng lực và sức mạnh của xúc tình tiêu cực sẽ phá hủy chúng ta. Chúng ta sẽ phá hủy thế giới, làm khổ bạn bè và làm tự hủy hoại chính mình. Mỗi xúc tình tiêu cực sẽ rất nguy hại. Bởi vậy tôi không đồng ý với quan điểm cho rằng sự phát triển bên ngoài là không cần thiết, hạnh phúc bên ngoài là không cần thiết, bạn bè thân hữu cũng không cần thiết. Tôi tin rằng chúng ta cần bạn bè, chúng ta cũng cần phát triển vật chất như sự phát triển về đất nước, của cải, khoa học... tất cả mọi thứ đều cần phát triển, nhưng hơn hết chúng ta cần phải biết cách làm chủ và kiểm soát được tình cảm của mình. Đó là điều mà Phật giáo gọi là tự do, giải thoát.

Chúng ta cần thực hành để có được sự hiểu biết, có được tình thương yêu. Tình thương yêu chính là thể hiện hoạt động của sự hiểu biết. Có trí tuệ hiểu biết mà không có hoạt động thương yêu lợi tha thì chẳng lợi ích gì, nên chúng ta cần hành động đi cùng với sự hiểu biết. Còn nếu chúng ta có hoạt động thương yêu nhưng không có trí tuệ hiểu biết thì giống như đi bộ trên đường nhưng không có mắt. Còn ngược lại có sự hiểu biết mà không có hoạt động yêu thương thì giống như có mắt thấy nhưng lại không có chân để đi. Bởi thế chúng ta cần cả hai chân để đi, hai mắt để thấy. Chân và mắt giống như yêu thương và trí tuệ phải được kết hợp với nhau để chúng ta sống bình an hạnh phúc trong cuộc đời này. Phật giáo có những phương tiện giúp chúng ta cải thiện nâng cao cuộc sống của mình, đó là phương pháp thực hành về Bồ Tát Quan Thế Âm hay Đức Phật của lòng bi mẫn. Đây là phương tiện thiện xảo để giúp chúng ta cải thiện cuộc sống của mình ngày càng tốt đẹp hơn. Giờ đây chúng ta sẽ cùng nhau thực tập nghi thức tu tập về hạnh Từ bi và Trí tuệ của Bồ Tát Quan Thế Âm theo nội dung trong quyển nghi quỹ nhỏ mà quý vị đang cầm trong tay.

---o0o---

**Chuyển hóa vô minh thành trí tuệ**

Đức Pháp Vương Gyalwang Drukpa đời thứ XII khai thị Giảng pháp và quán đĩnh cộng đồng Liên Hoa Bộ, Di Đà, Quan Âm tại chùa Phổ Quang, Quận Tân Bình, Thành phố Hồ Chí Minh 25.3.2010

Trước tiên, tôi xin bày tỏ niềm tri ân sâu sắc tới Quý Hòa thượng, Thượng tọa, chư Đại Đức Tăng Ni, cùng toàn thể Quý vị Phật tử gần xa. Tôi xin được giới thiệu một chút về các vị Rinpoche trong Tăng đoàn Drukpa viếng thăm Việt Nam lần này, và sau đó tôi xin giảng về ba ngôi Tam Bảo. Rất nhiều người trong số Quý vị hiện diện nơi đây năm ngoái đã cùng với chúng tôi chia sẻ Giáo Pháp, nên tôi không cần phải nói nhiều về dòng Truyền thừa của mình. Tuy thế, tôi cũng nhìn thấy nhiều khuôn mặt mới, nên sẽ giới thiệu ngắn gọn về Truyền thừa Drukpa. Truyền thừa Drukpa thuộc truyền thống Kim Cương Thừa, nhưng về pháp môn tu tập thì thực hành kết hợp ba thừa. Tôi nhớ năm ngoái đã từng nói rõ rằng: Kim Cương Thừa không thể tồn tại, nếu không có nền tảng của Đại Thừa. Đại Thừa không thể tồn tại nếu không có Nguyên thủy Phật giáo. Cho nên mỗi thừa trong ba thừa không thể tự tồn tại riêng biệt. Ba thừa phải kết hợp cùng nhau, cho dù tu theo bất cứ Truyền thừa nào, bạn cũng cần hiểu rằng: Trong sự thực hành của bạn đều cần kết hợp cả ba thừa. Kim Cương Thừa thực sự là một nhánh thuộc Đại Thừa Phật giáo, cho nên không thể đứng độc lập với hai thừa kia. Tôi xin chia sẻ kỹ hơn trong buổi chiều nay và bây giờ xin giới thiệu về các Rinpoche thuộc Tăng đoàn Drukpa.

Trong chuyến viếng thăm lần trước Tăng đoàn Truyền thừa có hai vị Rinpoche cao cấp là Đức Nhiếp Chính Vương Khamtrul Rinpoche và Nhiếp Chính Vương Kunga Rinpoche. Nhưng lần này, do Nhiếp Chính Vương Khamtrul Rinpoche bận việc Phật sự nên sau ba ngày nữa Ngài mới tới Việt Nam. Còn Nhiếp Chính Vương Kunga Rinpoche thì vẫn có mặt, Ngài đang ngồi trước quý vị, phía bên tay trái của tôi. Ngài là hoá thân của một bậc Thầy vĩ đại trên dãy Himalaya thuộc truyền thống Kim Cương Thừa. Trong Hiền giáo không có truyền thống về sự hoá thân của các bậc Thầy, hay nói cách khác không có truyền thống đi tìm hoá thân của các bậc Thầy vĩ đại. Còn trong Kim Cương Thừa, chúng tôi có truyền thống tìm lại hoá thân các bậc Thầy của mình. Tất cả chúng tôi đều vâng theo quy luật này, vì đây là những yếu tố để làm lợi lạc cho sự phát triển của Phật Pháp, hay giúp duy trì dòng Truyền thừa không gián đoạn. Hiện nay có rất nhiều các bậc Thầy vĩ đại như thế, vì vậy tôi vui mừng giới thiệu ngài Kunga Rinpoche tới quý vị. Kể đến tôi xin hân hạnh giới thiệu một vị thành tựu giả về Thiên định, Ngài Dropon là vị đại diện của Truyền thừa Drukpa tại 9 nước ở châu Âu. Đây là một duyên lành hy hữu, chúng ta được cung đón Ngài tới Việt Nam. Nhân đây tôi xin giới thiệu một chút về truyền thừa Drukpa. Truyền thừa Drukpa được truyền không gián đoạn từ đức Phật Thích

Ca Mâu Ni tới các bậc Thầy giác ngộ liên tục cho tới ngày nay. Truyền thừa Drukpa được khai sáng bởi đức Pháp Vương Tsangpa Gyare đời thứ nhất, Ngài là hoá thân của Đại thành tựu giả Naropa... Truyền thừa Drukpa là sự kết hợp giáo lý của cả Tam Thừa, gồm Nguyên Thủy, Đại Thừa và Kim Cương Thừa. Trong dòng Truyền thừa hiện nay có rất nhiều hoá thân chuyển thế của bậc Thầy giác ngộ. Đây là Truyền thừa áo vải, tức là Truyền thừa của sự chứng ngộ Thiền định. Chúng tôi đang nỗ lực trì giữ và phát triển rộng khắp không phải chỉ trong đời này, mà trong vô số kiếp về sau và vô số kiếp về trước. Chúng tôi cố gắng giữ gìn năng lượng Thiền định được trao truyền từ thời Đức Phật cho đến ngày nay. Đó là ý nghĩa của truyền thừa không gián đoạn.

Nói đến “Truyền thừa” có nhiều nghĩa: “Truyền thừa huyết thống” như ông, cha, con, hay “Truyền thừa Giáo Pháp” như hệ thống giáo lý được Truyền thừa không gián đoạn từ thời Đức Phật, trải qua các đời Tổ, cho đến các bậc Thầy ngày nay. Riêng ở truyền thừa Drukpa, chúng ta đặt niềm tin vào sự gia trì của Truyền thừa thuộc trạng thái tâm Thiền định. Không phải chỉ người xuất gia, mà những Phật tử tại gia đều có thể trì giữ, và phát triển Truyền thừa Thiền định từ thời Đức Phật. Thiền định dựa trên cơ sở khẩu truyền trực tiếp. Khẩu truyền trực tiếp vô cùng cần thiết, để bảo trì cho Truyền thừa Thiền định thanh tịnh không gián đoạn. Nói về Thiền định, chúng ta có trường phái thiền Nguyên Thủy, thiền Đại Thừa và thiền Kim Cương Thừa. Trong Kim Cương Thừa có tám loại Thiền khác nhau. Tôi muốn giới thiệu với các vị về Thiền và kỹ thuật của thiền Mật Thừa. Có thể có câu hỏi về sự khác biệt giữa ba Thừa, hay ba trường phái thiền định. Đó cũng là lý do tại sao chúng ta cần thực hành cả ba, chứ không phải chỉ là hai hay một trong ba trường phái. Chúng ta cần thực hành cả Tam Thừa, vì mỗi thừa có một số kỹ thuật đặc trưng riêng. Đây cũng là lý do mà Đức Phật đã thuyết ra Tam Thừa, để phù hợp với từng căn cơ trình độ của hàng đệ tử.

Bây giờ tôi xin nói về ý nghĩa Tam Bảo. Chúng ta Quy y Đức Phật Thích Ca Mâu Ni. Giáo Pháp của Ngài gồm đủ cả Tam Thừa, những hành giả thực hành Tam Thừa là Tăng giả. Như thế chúng ta có Phật - Pháp - Tăng, nơi mỗi Thừa tuy quan kiến hơi khác nhau, nhưng cả ba Thừa đều được truyền dạy từ đức Phật Thích Ca Mâu Ni. Đức Phật Thích Ca là bậc Thầy duy nhất, giảng dạy tất cả Giáo Pháp gồm đủ Tam thừa. Trong hệ thống giáo lý Nguyên Thủy, Phật chủ yếu giảng tiếng Pali, và một số Giáo Pháp của Đại Thừa cũng được giảng tiếng Pali. Hầu hết giáo lý của Mật thừa được giảng bằng tiếng Phạn, một phần lớn Giáo Pháp của Đại Thừa cũng được giảng bằng tiếng Phạn. Tuy nhiên, tất cả đều là Giáo Pháp được giảng dạy từ đức Phật Thích Ca. Nói chung, ở Việt nam có hai thừa chính là Đại Thừa và Nguyên Thủy. Đây là hai thừa phổ thông của Phật giáo. Kim Cương Thừa là một

nhánh thuộc Đại Thừa Phật giáo. Nguyên Thủy Phật giáo được giảng dạy ở Varanasi Ấn Độ. Ngày nay nếu đến Varanasi thì chúng ta không còn thấy bất kỳ một dấu tích Phật giáo nào ở đó nữa, dường như đã cải đạo sang Hindu hay Hồi giáo, chẳng còn thấy một người nào theo Phật giáo. Đây là điều đáng buồn, cho nên chúng ta cần phải nỗ lực tu tập để phát triển Thiền định và các phương tiện thiện xảo truyền giảng Giáo Pháp tinh túy của hai Thừa. Kỹ thuật Thiền định và truyền giảng rất quan trọng, vì đây là hai nền tảng quan trọng chúng ta cần giữ gìn và phát triển.

Việt Nam là đất nước có chiều dài lịch sử Phật giáo hơn hai nghìn năm, nên người Việt Nam có trách nhiệm rất lớn trong việc trì giữ Giáo Pháp của Đức Phật, trì giữ các phương pháp Thiền định, trì giữ Từ bi và Trí tuệ. Chúng ta cũng cần trân trọng những duyên lành mà mình đang có, chúng ta cần phải trân trọng trách nhiệm của mình, về việc bảo vệ và phát triển giáo lý đạo Phật, để lợi ích chúng sinh. Đó chính là căn bản giáo lý của Đại Thừa, là làm lợi ích cho hết thảy chúng sinh. Căn bản của Phật giáo Nguyên Thủy là không làm bất kỳ điều gì tổn hại ai. Đây là hai then chốt toàn bộ Giáo Pháp của Đức Phật.

Chúng ta nên tư duy sự quý giá vô cùng nếu như cả thế giới này không ai hãm hại ai, nếu tất cả mọi người đều tương thân tương ái giúp đỡ nhau. Thế giới sẽ trở nên an bình hạnh phúc, nếu tất cả mọi người đều thực hành theo hai Giáo Lý căn bản của Phật Giáo. Chúng ta được sinh trong thân người quý giá, nên chúng ta có trách nhiệm lớn lao để chuyển hoá thế giới này, thành một thế giới toàn hảo đối với từng cá nhân. Đây là điều đáng được trân trọng, cần được hiểu và thực hành. Trong Phật giáo chúng ta không tin vào sự cải đạo, đó là lý do mà tại sao lịch sử Phật giáo trong rất nhiều đất nước Indonesia, Singapore, Malaysia, Thái Lan, Lào, Cambuchia, Việt nam, và Miến Điện, hầu hết là các quốc gia theo Đạo Phật, nhưng Phật giáo lại được phát triển tại các quốc gia này một cách tự nhiên chứ không mang tính ép buộc. Phật giáo không ép buộc mọi người cải đạo vì quan kiến Phật giáo là sống hòa bình trong giáo lý của Đức Phật và trong sự hiểu biết, tôn trọng với các tôn giáo bạn. Còn trong lịch sử các tôn giáo khác đôi khi lại có truyền thống ép người cải đạo, điều này đã xảy ra rất nhiều năm qua, ở Indonesia hay Malaysia hơn 1.500 năm trước đến bây giờ, do đó mà hiện nay các quốc gia này còn rất ít người theo đạo Phật. Chỉ còn lại Phật giáo ở Đông Nam Á như Việt Nam và một số đất nước nhỏ khác. Đặc biệt Việt Nam là một đất nước Phật giáo, được Chính phủ nâng đỡ ủng hộ việc phát triển tâm linh, cho nên chúng ta có rất nhiều điều kiện tốt để bảo vệ và phát triển Giáo Pháp của Đức Phật vì lợi ích của hết thảy hữu tình và lợi ích của mỗi người dân Việt Nam.



Vì sao chúng ta không tin vào sự cải đạo? Bởi vì Giáo Pháp của Đức Phật đem lại kết quả tự do tín ngưỡng cho mọi người. Con đường để thực hành tự do và ý tưởng tự do đều dựa trên sự tự do của mỗi cá nhân, nên đức Phật không muốn ép buộc bất kỳ ai, hoặc dùng bất kỳ phương pháp nào để bắt họ đổi đạo. Hãy để họ tự do lựa chọn tín ngưỡng của mình, đó là thông điệp chính của Đức Phật. Rất tiếc, thông điệp cao cả này đã không được áp dụng một cách đúng đắn, cho nên rất nhiều sự cải đạo đã diễn ra ở nhiều nơi, thậm chí cả một đất nước, chứ không phải trong một hay hai gia đình. Trong khi họ đang cố gắng vận động cải đạo, thì chúng ta cũng trải qua rất nhiều khó khăn cho sự thực hành giáo lý của đức Phật, và giữ gìn truyền thống thiên định. Bởi vậy, mỗi chúng ta cần hết sức tôn trọng cuộc sống của chính mình, một cuộc sống vô cùng quý giá. Để giải thoát cho hết thảy chúng sinh, mang lại hòa bình vững bền và chân thật, từng quốc gia cần những phương pháp cụ thể. Phương pháp của sự hiểu biết và tình yêu thương là những Giáo lý của Đức Phật đã được luận giải một cách sâu sắc. Đó cũng là trách nhiệm của người Việt Nam, những người đang thực hành theo Giáo Pháp của Đức Phật.

Chúng ta chia sẻ thêm về ba Thừa, về đặc trưng và tinh túy trong giáo lý của ba thừa. Giáo lý của Nguyên Thủy Phật giáo là Tứ Diệu Đế. Tất nhiên, đây không phải là giáo lý riêng của Nguyên Thủy mà là Giáo Pháp vô cùng thâm diệu được đức Phật giảng ở Vườn Lộc Uyển, là một phần Giáo Pháp quan trọng trong toàn bộ Phật giáo. Khổ đau của thế giới (Khổ đế) và nguyên nhân của đau khổ (Tập đế) là hai Chân lý đầu tiên của Tứ đế, hai Chân lý sau là sự giải thoát (Diệt đế) và con đường dẫn đến giải thoát (Đạo đế). Đây là bốn Chân lý rất là dễ hiểu, nhưng rất cơ bản và nền tảng mà chúng ta cần phải hiểu tường tận. Giáo Pháp này rất ý nghĩa, nên chúng ta cần nói Niết bàn và Luân hồi, cũng như nguyên nhân của Luân hồi và Niết bàn. Bởi vì bốn sự thật này vô cùng chính xác, nên gọi là bốn Chân lý cao quý. Bốn Chân lý cao quý này, được phát triển sâu xa hơn trong Đại Thừa, và chúng ta phát triển nghiên cứu sâu xa hơn trong sự hiểu biết của Mật Thừa. Theo quan niệm của Mật Thừa thì nguyên nhân khổ đau rất bình đẳng, và nguyên nhân của vô minh, tham dục, kiêu mạn, tật đố, tất cả những xúc tình này dẫn đến khổ đau của luân hồi. Đây là những gì đức Phật thường giảng chung, đặc biệt được nhấn mạnh hơn trong Kim Cương Thừa. Sự khác biệt là vấn đề ở bản ngã. Theo Kim Cương Thừa miêu tả thì bản ngã là sự vô minh hay hiểu biết một cách sai lầm. Ví dụ, chúng ta có thể hiểu những gì chúng ta thấy, chúng ta nghe. Nhưng chúng ta không thể hiểu được bí mật của vạn pháp. Vì thế chúng ta trở nên bám chấp mạnh mẽ vào những gì mình thấy nghe. Điều này trong Phật giáo gọi là hiểu biết sai lầm, trong Kim Cương Thừa gọi là bản ngã hay vô minh. Vô minh là một trong bốn phiền não chính (vô minh, sân hận, tham dục, kiêu mạn). Đó cũng là lý do tại sao

vô minh là nguyên nhân sinh khởi tất cả các xúc tình tiêu cực. Điều này rất dễ hiểu. Ví dụ chúng ta sân với một người. Tại sao lại sân giận? Vì ta tin chắc rằng người đó đã nói điều gì sai trái mà ta nghe được, hay làm điều gì sai mà ta thấy được, nên chúng ta giận dữ. Đó là tất cả nguyên nhân mà chúng ta tin vào những gì mình thấy nghe. Kết quả của sự giận dữ là tâm chúng ta đau khổ, rồi dẫn đến khổ đau của thân xác, khiến chúng ta ốm yếu, hoặc huyết áp cao, tất cả bởi phiền não giận dữ gây nên. Như vậy nguyên nhân của sự giận dữ là do chúng ta tin vào những gì mình thấy nghe. Nếu không muốn thân tâm mình đau khổ thì chúng ta phải giảm bớt sân giận.

Vậy cần làm gì để giảm bớt sân giận? Chúng ta cần giảm bớt sự tin tưởng vào những gì mình thấy nghe. Nếu thấy nghe điều gì đó, chúng ta nên quán chiếu đó chỉ là những hình ảnh hay âm thanh do tâm ta tự biến ra. Đức Phật Thích Ca dạy chúng ta không nên tin chúng. Nếu cố chấp tin tưởng thì có nghĩa chúng ta đang vô minh chi phối, chúng ta đang nuôi dưỡng độc vô minh trong sự tin tưởng của mình. Hãy đừng tin tưởng, mà để yên chúng tự tan trong tánh Không. Con đường chung của sự hiểu biết tức là con đường Trung đạo, Trung đạo là con đường chân thật và là tri kiến cốt tủy của Đại Thừa và Mật thừa. Chúng ta cần phải giảm bớt giận dữ vì chúng làm ảnh hưởng đến sức khỏe của mình. Để làm được điều này, bạn cần phải tìm nguyên nhân của chúng. Nguyên nhân là do chúng ta tin tưởng vào sự thấy nghe của mình, thế nên chúng ta phải tìm cách trở về tánh Không, về lý Trung đạo, đừng tin tưởng vào bất kỳ điều gì mà chúng ta thấy nghe, đó là phương pháp căn bản để giảm bớt giận dữ.

Ngài Long Thọ, một bậc Thầy vĩ đại của truyền thống Đại Thừa, đã trình bày tri kiến của Ngài về quan điểm Phật giáo, là không tin tưởng vào những gì mình thấy nghe. Đây là Giáo lý vô cùng sâu sắc của Đức Phật mà chúng ta cần phải hiểu và phải thực hành như Giáo Pháp căn bản của Đại Thừa và Kim Cương Thừa. Điều tôi đang cố gắng giảng giải ở đây là tại sao chúng ta lại sân giận, tật đố, kiêu căng. Khi những xúc tình này hiện khởi chúng ta cần biết chúng từ đâu tới. Đó chính là Giáo Pháp mà Đức Phật đã dạy trong cả Tam thừa. Tìm hiểu xem các xúc tình từ đâu tới là phương pháp vô cùng quan trọng.

Trên thế giới này rất nhiều người tin rằng: mọi khổ đau hay hạnh phúc của con người đều bắt nguồn từ Đấng Sáng tạo. Đạo Phật không tin như thế, mà tin vào Nghiệp, tin vào nhân quả. Nhân của khổ đau là tham sân si. Quả là cõi luân hồi thống khổ. Đây là đức tin của đạo Phật, cho nên chúng ta cần phải có trách nhiệm với toàn bộ cuộc sống của mình. Chúng ta không thể trốn chạy khỏi nhân quả mà mình đã tạo ra, nên cần thận trọng với nhân quả của chính mình. Đức Phật Thích Ca dạy rằng: sứ mệnh của Ngài là chỉ có thể chỉ ra con đường giúp chúng ta trở

thành người tốt, hay con đường chấm dứt khổ đau. Phần còn lại chúng ta phải tự mình lo liệu, chúng ta phải có trách nhiệm với chính cuộc đời mình, có trách nhiệm với nhân quả của chính mình, như thế là cách tốt nhất giúp bạn tự do giải thoát. Chúng ta sẽ không nương tựa vào bất kỳ ai khác thậm chí cả Đức Phật, chỉ nương theo Giáo Pháp Ngài hướng dẫn, là con đường chân chính ta phải đi theo. Bạn hoàn toàn tự do lựa chọn con đường nào thích hợp với mình, như con đường Nguyên Thủy, Đại Thừa, hay Kim Cương Thừa, Bạn đang ở trên mảnh đất của tự do, bạn có thể tự do chọn lựa con đường tốt nhất, phù hợp với mình, để có thể chấm dứt khổ đau. Tôi tin chắc rằng chúng ta cần tự do giải thoát, chúng ta cần sự hướng đạo. Nếu không có sự hướng đạo chắc chắn, chúng ta không có tự do giải thoát chân thật. Bởi thế sự hướng đạo của Đức Phật là vô cùng cần thiết. Ngài muốn hướng dẫn chúng ta con đường để giải thoát. Sự tự do tạm thời và sự tự do tuyệt đối, thuật ngữ trong Phật giáo gọi là Chân đế và Tục đế.

Khi nói về thế giới này, có rất nhiều sự thật tương đối và sự thật tuyệt đối. Tương đối tức là cần hiểu làm thế nào để sống tự do an lạc ngay tại thế giới vật chất này. Tuyệt đối nghĩa là làm thế nào giải thoát khỏi khổ đau và nhân của đau khổ. Chúng tôi muốn nói kỹ hơn một chút về quan điểm trong Kim Cương Thừa. Kim Cương Thừa đồng một quan điểm với hai Thừa trước, chỉ có chút khác về phương tiện. Phương tiện thiện xảo để trực tiếp chuyển hoá giận dữ, ái dục, vô minh, tật đố... thành trí tuệ. Tất cả những loại năng lượng của những xúc tình tiêu cực, thông qua các phương tiện đều chuyển thành trí tuệ. Đó là sự khác biệt duy nhất của Kim Cương Thừa với hai Thừa trên.

Ví dụ, hôm nay chúng ta có quán đỉnh A Di Đà và quán đỉnh Quán Âm, tiếng Phạn gọi là Avalokiteshvara, tiếng Tạng gọi là Chenrezig. Ví dụ pho tượng trước mặt tôi là tượng Amitayus tức là Phật Vô Lượng Thọ. Ngài chính là đức Phật A Di Đà trong hình tướng Báo thân. Trong Kim Cương Thừa pháp tu của Đức Phật A Di Đà thực chất là một phương pháp thực hành, nhằm chuyển hoá ái dục của chúng ta. Ái dục thiêu đốt cuộc sống rất mạnh mẽ. Chúng ta tham muốn đủ mọi thứ trong cuộc sống này như tham tiền, tham danh, tham sắc, tham ăn, tham hưởng thụ... đó gọi là tham dục. Tham dục rất cần được chuyển hoá. Chỉ cần chuyển hoá chứ không phải loại bỏ chúng. Nếu loại bỏ chúng, bạn sẽ trở nên khô khan, thiếu sinh lực như một cây gỗ mục. Bởi thế, chúng ta cần pháp tu A Di Đà để giúp chuyển hoá ái dục. Đây là phương tiện thiện xảo của Kim Cương Thừa, không thấy nhắc đến trong hai Thừa trước. Đây cũng là điểm đặc trưng của Kim Cương Thừa so với hai Thừa trên.

Tôi muốn chia sẻ kỹ hơn về sự chuyển hoá ái dục. Nếu bạn loại bỏ ái dục, bạn sẽ không còn tâm muốn giúp đỡ mọi người, cứu độ chúng sinh, không muốn thực

hành Bồ tát hạnh. Như vậy, loại bỏ ái dục không phải là phương pháp thích hợp. Do đó, ái dục cần phải được chuyển hoá và sử dụng một cách đúng đắn. Hiện tại chúng ta không chuyển hoá được ái dục, bởi chúng ta không có sự gia trì của Đức A Di Đà, Đức Quan Thế Âm, hay Đức Phật Thích Ca, nên ái dục dẫn tới vô vàn khổ đau và rắc rối. Bởi thế rất nhiều tôn giáo khác cho rằng: ái dục là rất xấu, cần loại bỏ chúng, nhưng thật ra ái dục không thể loại bỏ, mà cần chuyển hoá và sử dụng một cách chân chính. Khi tôi nói sử dụng một cách chân chính, thật ra không đơn giản. Nói thì khá dễ nhưng bắt tay vào thực hành thì không dễ. Tôi muốn nói rằng chúng ta cần phải chuyển hóa ái dục thành trí tuệ.

Ví dụ sân giận cần được chuyển hoá thành Diệu quan sát trí, theo danh từ thế gian gọi là trí thông minh. Nếu thiếu loại trí tuệ này, bạn sẽ trở thành người ngu ngốc. Ái dục cũng cần được chuyển hóa thành trí tuệ. Chuyện gì sẽ xảy ra khi ái dục chuyển thành trí tuệ? Khi đó, chúng ta sẽ kiểm soát và sử dụng được nó, trợ giúp cho những mục đích tốt, để lợi ích cho sự nghiệp giải thoát cứu độ chúng sinh. Đó là việc sẽ xảy ra khi chúng ta chuyển hoá ái dục thành trí tuệ. Nếu không chuyển hoá chúng, ta sẽ không có cơ hội, hoàn toàn bị nô lệ cho ái dục và sẽ tạo rất nhiều ác nghiệp bởi ái dục đã chi phối chúng ta một cách lầm lạc. Cũng thế, dù chúng ta biết sân giận là xấu, nhưng vì không được chuyển hoá nên bị nó dẫn dắt. Chúng ta gào thét đánh đập và vô cùng hung dữ. Tuy biết là xấu mà chúng ta không có chọn lựa nào khác, khi có sự chuyển hoá, nhờ sự thực hành thì giận dữ không còn dẫn dắt, ngược lại chúng ta kiểm soát và làm chủ được chúng. Còn bây giờ sân giận như một vị vua, chúng ta như những kẻ nô lệ, nó chỉ đạo chúng ta tạo rất nhiều bất thiện nghiệp, nó thống trị toàn bộ cuộc đời chúng ta. Không những sân giận, mà ái dục, tật đố, vô minh đều là những kẻ thống trị cuộc đời chúng ta, vì thế toàn bộ cuộc đời chúng ta trở thành sai lầm. Bởi vậy rất cần chuyển hoá những xúc tình tiêu cực, phải kiểm soát và làm chủ chúng.

Như thế sự thực hành trong Kim Cương Thừa nhấn mạnh đến sự chuyển hoá, chứ không phải sự đè nén hay nuôi dưỡng chúng. Chúng ta cần chuyển hoá các xúc tình, nên sự thực hành này không phải là việc thờ cúng một đối tượng hay một người nào khác. Mà chúng ta tôn thờ tiến trình của việc chuyển hoá xúc tình. Thông qua việc tôn thờ này chúng ta chuyển hoá cuộc đời mình thành lợi ích. Hay trở thành phương tiện giúp chúng ta thực hành các thiện hạnh của Bồ tát, thông qua Bồ đề tâm chúng ta trưởng dưỡng tình yêu thương và chuyển hoá các xúc tình tiêu cực thành tuệ giác. Ví dụ ái dục chuyển thành Diệu quan sát trí, sân giận chuyển thành Đại viên cảnh trí, vô minh chuyển thành Pháp giới thể tính trí...rất nhiều trí tuệ ở trong nền tảng của tâm thức. Nếu chúng ta thực hành Kim Cương Thừa là phương tiện tốt giúp chúng ta chuyển hoá.

Một bậc Thầy vĩ đại nói rằng: Tất cả chúng sinh xưa nay là Phật, điều này cũng đã từng được đức Phật Thích Ca nhắc đến. Ngài còn dạy rằng: Luân hồi hay Niết bàn chỉ là vấn đề ở vô minh hay trí tuệ. Vô minh là Luân hồi, Trí tuệ là Niết Bàn. Đức Phật Thích Ca đã dạy rất rõ việc này. Kim Cương Thừa cũng nói rằng: Trí tuệ vốn sẵn có từ vô thủy nhưng chúng ta đã không nhận ra, không chứng ngộ, nên bị sử dụng sai đường thành tham dục, giận dữ, tật đố, rồi dẫn dắt đến vô số khổ đau. Vì vậy cần chuyển hoá chúng thành trí tuệ. Trí tuệ vốn sẵn có xưa nay, đó là cốt tủy của Kim Cương Thừa. Trong Kim Cương Thừa tin rằng: Chúng ta có thể trường dưỡng đức Phật bên trong chính mình, có thể tự tạo hạnh phúc cho chính mình, không cần thiết phải lệ thuộc vào bất kỳ một thứ gì khác bên ngoài. Ngay chính đức Phật Thích Ca cũng nói rằng: đừng nương tựa vào Ngài.

Là những hành giả Kim Cương Thừa, chúng ta cần tin rằng: mọi thứ đều có thể được tạo ra từ bên trong chính mình, vì chính chúng ta tạo nên mọi thứ. Khi bị ái dục chi phối, chúng ta tạo nên bất thiện nghiệp hoặc thiện nghiệp. Vì thế chúng ta có thể tự chuyển hoá, để tạo nên sự an lạc hạnh phúc cho chính mình. Chúng ta có thể tự mình tránh các nhân đau khổ, đây là niềm tin của chúng ta. Cùng với niềm tin tưởng như vậy, trong thực hành của Kim Cương Thừa chúng ta kèm với việc quán tưởng. Có rất nhiều loại quán tưởng như quán tưởng Đức A Di Đà, Quán Âm, Liên Hoa Sinh. Rất nhiều cách quán tưởng khác nhau, nhiều Thần chú khác nhau, nhiều kệ ấn khác nhau, nhiều tư thế của thân khác nhau. Tư thế ngồi kết già được gọi là tư thế của đức Tỳ Lô Giá Na, như vậy có hàng trăm các kỹ xảo khác nhau, nhưng kỹ xảo này rất cần thiết để nâng đỡ tâm chúng ta trong sự chuyển hoá.

Trong Nguyên thủy Phật giáo chỉ nhắc đến một mình đức Phật Thích Ca Mâu Ni, Đại Thừa Phật giáo ngoài đức Phật Thích Ca, còn nhắc đến Chư Phật ba đời hay ngũ phương Phật và rất nhiều các vị Bồ tát. Còn trong Kim Cương Thừa không phải chỉ có thế, mà còn vô số Chư Phật khác nhau, như những đức Phật trong hình tướng nữ, hình tướng nam, vô số các vị Bồ tát như các hoá thân Daka, Dakini, Yogi, Yogini... Bởi vì theo Kim Cương Thừa, mỗi cá nhân có các loại xúc tình phiền não khác nhau, rất nhiều loại khía cạnh khác nhau của tâm như là giận dữ, ái dục,... Mỗi khía cạnh của tâm, bản chất đều là Như Lai Tạng. Chúng ta có hàng ngàn khía cạnh của tâm, nên có hàng ngàn Chư Phật, Bồ tát trong các hình tướng khác nhau. Mỗi Ngài có thể là đối tượng để chúng ta Thiền định quán tưởng. Một trong các Ngài có thể có sắc thân màu xanh, màu lục, màu đỏ... Hoặc các Ngài trong hình tướng phẫn nộ, hiền hòa. Tất cả những hình tướng này đều tượng trưng cho các khía cạnh tâm của chính chúng ta, chứ không phải là bất kỳ một ai khác ở bên ngoài. Những điều này không thấy nhắc đến trong truyền thống của Nguyên Thủy hay Đại Thừa. Bạn có thể thấy trong Kim Cương Thừa có Hộ pháp Mahakala

với hình tướng cực kỳ phẫn nộ và sắc thân màu đen. Nếu gọi Ngài là Phật chắc bạn không thể tin nổi, bởi vì trông Ngài rất là phẫn nộ, rất đen và rất giận dữ. Cho nên những ai không hiểu về Kim Cương Thừa thì không thể tin rằng Ngài là một vị Phật. Hay nói về đức Quan Thế Âm, trong truyền thống Đại Thừa người ta gọi Ngài là Bồ tát vì mọi người không tin rằng một đức Phật lại có thể có nghìn tay nghìn mắt. Họ nghĩ rằng một đức Phật chỉ có hai tay hai mắt giống như đức Phật Thích Ca Mâu Ni. Còn trong Kim Cương Thừa thì có vô số Chư Phật khác nhau. Hộ Pháp Mahakala cũng là một đức Phật, Hộ Pháp Mahakali cũng là một đức Phật hay Lục Độ Mẫu, Bạch Độ Mẫu, Kim Cương Hối Mẫu... tất cả các Ngài đều là Phật. Các Ngài có thể ở trong tư thế vũ điệu Kim cương, có thể sắc thân các ngài màu xám, màu đen, màu xanh... Tại sao lại như vậy? Bởi vì các Ngài tượng trưng cho sự chuyển hóa các xúc tình tiêu cực trong tâm chúng ta. Những xúc tình của chúng ta, luôn sân giận, luôn tham muốn, nói một cách khác là không cân bằng. Cho nên tất cả những xúc tình đó được thể hiện thành hình tướng Chư Phật, Bồ tát. Đó là sự phóng chiếu của tâm bạn. Giống như khi giận dữ thì mặt bạn rất xấu, khi vui mặt bạn trông rạng rỡ hoan hỷ tươi tắn, khi buồn trông mặt bạn ủ dột nặng nề... Tất cả những bộ mặt đó đều là sự phản chiếu của tâm bạn. Vì thế chúng ta cần phải hiểu tất cả Chư Phật, đều là những biểu hiện tâm của chúng ta. Có rất nhiều người tu Mật thừa không hiểu biết, họ không hiểu sự thật rằng những đức Phật như Mahakala, Mahakali, Lục độ mẫu, Bạch độ mẫu... đều là sự phản chiếu của chính tâm họ. Mặc dù thực hành Kim Cương Thừa nhưng họ không hiểu được ý nghĩa của Kim Cương Thừa. Rất đáng tiếc khi thực hành Kim Cương Thừa, họ nhìn vào những vị Phật này và cho rằng các Ngài là quý. Đây là một kiểu thực hành vô cùng nguy hiểm, hoàn toàn sai lầm. Chúng ta cần phải hiểu rằng Chư Phật, Bồ tát là hiện thân hay là sự phản chiếu của các loại xúc tình khác nhau trong tâm của chúng ta. Bởi thế đức Phật Thích Ca muốn chúng ta thực hành các phương tiện khác nhau, nhằm chuyển hoá mọi khía cạnh của tâm thành trí tuệ giác ngộ.

Có thể sẽ có nghi vấn rằng: Tại sao một Hành giả cần phải thực hành Pháp tu Mahakala, hay các pháp tu về Chư Phật, Bồ Tát, các bản tôn khác nhau? Câu trả lời rất đơn giản như tôi đã đề cập ở trước. Chúng ta muốn có sự chuyển hoá trong tâm mình, thông qua sự thực hành thì sự chuyển hoá sẽ xảy ra, khi sự chuyển hoá diễn ra, thì đó là giác ngộ. Sự giác ngộ này đồng với sự giác ngộ được nói đến trong Nguyên Thủy hay Đại Thừa, chỉ có phương tiện là khác. Kim Cương Thừa nhấn mạnh đến sự chuyển hoá tâm chúng ta thành Phật thông qua phương tiện trực tiếp từ đức Phật A Di Đà.

Trong tư tưởng Nguyên thủy cho rằng: phải loại bỏ phiền não thì trí tuệ mới có mặt. Còn Kim Cương Thừa thì hơi khác một chút, vì đề cập đến sự chuyển hoá

trực tiếp phiên não thành Bồ đề. Đây là điểm then chốt của Kim Cương Thừa. Không cần phải từ bỏ xác thân, chúng ta có thể chuyển hoá phàm thân thành Phật thân. Không cần bỏ những giai điệu, chúng ta có hàng ngàn giai điệu thần chú khác nhau. Nhờ việc trì chú chúng ta chuyển hoá khẩu thành khẩu giác ngộ của Phật. Như vậy trong Kim Cương Thừa có ba loại chuyển hoá là: Chuyển hoá Thân, chuyển hoá Khẩu, chuyển hoá Ý. Như vậy trong Tam thừa Phật giáo, về mục đích thì không có sự khác biệt, còn về phương tiện thì Kim Cương Thừa đặc biệt hơn, nhưng đều cùng một mục đích là chứng ngộ Phật tính nơi mình.

Trong Kim Cương Thừa bạn có thể nhìn thấy các đối tượng, các biểu tượng khác nhau. Ví dụ như Chày Kim cương hay Linh kim cương, đều là những biểu tượng với những ý nghĩa tượng trưng riêng, Chày kim cương nêu biểu cho năng lượng phụ tính, Linh nêu biểu cho năng lượng mẫu tính, cả hai năng lượng này đều vốn ở trong tâm chúng ta từ vô thủy. Hai năng lượng này là căn bản sinh khởi tất cả các loại xúc tình. Căn bản toàn bộ cuộc sống của chúng ta, cuộc sống tiềm ẩn của chúng ta là năng lượng của phụ tính và mẫu tính. Linh và Chày là biểu tượng của hai loại năng lượng này. Việc sử dụng hai pháp khí này, có rất nhiều ý nghĩa giúp bạn hiểu về Thiên Định, và hướng sự Thiên định của bạn tập trung vào trạng thái tâm, hay tập trung vào con đường của đức Phật mà không lạc đường tà. Dần dần bạn sẽ cân bằng được hai năng lượng này, và sự thực hành của bạn sẽ thành tựu viên mãn, bạn có thể loại bỏ các chướng ngại và đạt giác ngộ. Như vậy trong một nghi thức Mật thừa, chúng ta sử dụng các nhạc khí để trợ giúp cho sự Thiên định, chứ không phải để cho vui theo giai điệu trầm bổng. Xin quý vị ghi nhớ và hiểu rõ điều này.

Trước khi dừng lời tôi xin chân thành cảm niệm công đức chư tôn Hòa Thượng, Thượng Toạ, chư đại đức Tăng Ni, cùng tất cả quý Phật tử gần xa, cầu nguyện quý vị luôn an lạc trong ánh từ quang của Chư Phật.

---o0o---

### **Guru Yoga**

**Đức Pháp Vương Gyalwang Drukpa đời thứ XII - Giảng pháp và quán đĩnh cộng đồng Thượng sư Liên Hoa Sinh – Guru Padmasambava, cầu nguyện quốc thái dân an tại chùa Quan Âm Tu Viện, Quận Phú Nhuận, TP Hồ Chí Minh ngày 26.3.2010**

Tôi xin chân thành gửi lời chào đến tất cả chư Đại đức Tăng Ni và quý Phật tử. Tất cả chúng ta đều đón nhận được sự gia trì từ Tam Bảo. Chương trình khóa lễ của

buổi sáng nay trước tiên là phần Quy y, kế đến là Quán đĩnh Thượng sư Liên Hoa Sinh, tôi cũng sẽ giảng sơ lược về pháp tu Ngondro và sẽ giảng kỹ về phần thực hành Guru Yoga (Thượng Sư tương ưng pháp). Đây là pháp tu quan trọng nhất trong Kim Cương Thừa. Ni sư Trụ trì cùng tất cả chư Ni và quý Phật tử tại trụ xứ đã thỉnh cầu tôi trao truyền Quán đĩnh và Giáo Pháp này, vì sự lợi ích của hết thảy chúng sinh, đặc biệt nhân dân đất nước Việt Nam, cùng với sự lợi ích của chư Ni và quý Phật tử tại trụ xứ.

Trước tiên phần Quy y: Chắc tất cả mọi người đều biết rõ nghĩa chung của Quy y Tam bảo. Riêng trong Kim Cương Thừa khi nói đến Quy y Phật, không phải chỉ là đức Phật Thích Ca Mâu Ni, mà muốn chỉ đức Phật bên trong mỗi chúng ta, còn gọi là bản chất Phật tính, Như Lai Tạng, bản chất tâm, hay còn gọi là đức Phật tuyệt đối. Dù đức Phật Thích Ca là đối tượng chính yếu của Quy y, nhưng mục đích cuối cùng vẫn phải trở về nương tựa vào đức Phật nguyên thủy trong tâm chúng ta. Đó là đức Phật mà chúng ta cần quay về nương tựa.

Quy y Pháp là trước tiên đề cập đến Pháp bảo Tôn quý, mà đức Phật Thích Ca đã truyền dạy. Giáo Pháp đó chính là sự phản ánh các quy luật của cuộc sống. Như vậy, thực tế đời sống, những biến đổi thăng trầm của thân tâm cảnh, sẽ là những Pháp bảo thiết thực giúp chúng ta giác ngộ. Tuy nhiên Giáo Pháp căn bản chúng ta cần thực tập chính là Giới nguyện. Giới nguyện là phần quan trọng nhất, cần phải thực hành khi Quy y Pháp.

Quy y Tăng trong Kim Cương Thừa thì Tăng già bao gồm tất cả những Hành giả thực hành Phật Pháp, một cách chân thành nghiêm túc. Như vậy khi Quy y, chúng ta hiểu rằng: mình đang nhận được sự gia trì từ Phật, Pháp, Tăng, hay phát nguyện theo con đường cao quý của đức Thế Tôn.

Xin hãy trì tụng theo tôi: “Namo Gurubhye. Namô Buddhaya. Namo Dharmaya. Namo Sanghaya”. Trong Kim Cương Thừa nhân mạng Quy y Kim Cương Thượng Sư là quan trọng nhất, để biết đến Quy y Tam Bảo chúng ta đều nhờ vào sự hướng đạo của Căn Bản Thượng Sư. Ngài chính là đại diện của Tăng già, là một bậc giác ngộ trong hình tướng Tăng già. Bởi vậy Căn Bản Thượng Sư là đối tượng Quy y quan trọng nhất đối với mỗi chúng ta, đây là điểm đặc biệt của Kim Cương Thừa.

Trong truyền thống của Nguyên Thủy hay Đại Thừa, không thấy đề cập đến tầm quan trọng đặc biệt của Căn Bản Thượng Sư. Dĩ nhiên Căn Bản Thượng Sư đều quan trọng trong tất cả các Thừa, nhưng trong Kim Cương Thừa thì đặc biệt quan trọng hơn, vì Căn bản Thượng sư tượng trưng cho cả ba ngôi Tam Bảo. Thân Ngài là Tăng Bảo, Lời Ngài là Pháp Bảo, Tâm Ngài là Phật Bảo. Thượng sư còn là hiện



thân của tất cả sự thành tựu, tất cả tri thức và tất cả sự giác ngộ. Đó là nghĩa của Căn bản Thượng sư.

Thượng sư theo tiếng Phạn gọi là “Guru”. Danh từ Guru là hợp âm của hai từ “Guna” hay “Rupa”. “Rupa” là sự hợp nhất, còn “Guna” là sự thành tựu. Như vậy “Guru” có nghĩa là tất cả sự thành tựu cùng hợp nhất trong Căn Bản Thượng Sư, là bậc Thầy linh thiêng Tôn quý, như vậy nghĩa thật của “Guru” là bậc hiện thân của tất cả sự thành tựu giác ngộ. Một bậc Thầy Căn Bản Thượng Sư, cần phải có sự thành tựu trong các pháp tu tập của Nguyên Thủy Phật giáo, thành tựu trong pháp thực hành của Đại Thừa Phật giáo và thành tựu trong pháp thực hành của Kim Cương Thừa đó là nghĩa từ “Guna”. Còn nghĩa của từ “Rupa” là sự hợp nhất trọn vẹn, không phải chỉ thuần thực thành tựu pháp tu của Nguyên Thủy Phật giáo hay Đại thừa, mà cần phải thành tựu cả ba Thừa, cho nên “Rupa” có nghĩa là sự hiện thân của Nguyên Thủy, của Đại Thừa và Kim Cương Thừa. Chữ “Rupa” nghĩa thông thường là sự kết hợp nhiều thứ với nhau. Ví dụ như: có rất nhiều táo ở cùng một chỗ, nhiều loại rau cùng một chỗ là từ “Rupa”. Như vậy “Rupa” có nghĩa là sự thành tựu cùng lúc cả ba Thừa Nguyên Thủy, Đại Thừa, Kim Cương Thừa. Sự thành tựu đó là phẩm hạnh của Căn Bản Thượng Sư. Nếu không có sự thành tựu kết hợp cả ba thừa, chúng ta không thể gọi là Căn Bản Thượng Sư, bởi vì các vị đó không đủ phẩm hạnh của một bậc Căn Bản Thượng Sư. Có thể các vị đó rất thành tựu trong pháp tu của Nguyên Thủy, nhưng cũng không thể gọi là một “Guru”. Cho dù rất thành tựu trong pháp tu của Đại Thừa hay Mật Thừa cũng không thể gọi được là một “Guru”. Như vậy để có thể trở thành một bậc Căn Bản Thượng Sư “Guru”, các Ngài cần có đủ sự kết hợp thành tựu pháp tu của cả ba Thừa. Chúng ta sẽ trì tụng Quy y ba lần: “Namo Gurubye. Namo Buddhaya. Namo Dharmaya. Namo Sanghaya.” (3 lần)

“SANGGYÉ CHÖEDANG TSHOGKYI CHOGNAM LA/  
JANGCHUB BARDU DAGNI KYABSU CHI/”

Đó là lời trì tụng theo Tạng âm, nghĩa là chúng ta đã phát nguyện Quy y Phật, Quy y Pháp, Quy y Tăng và Quy y Kim Cương Thượng Sư, sự kết hợp của cả ba ngôi Tam Bảo. Một điểm cần nên nhớ, bạn cần phát tâm Quy y không phải cho riêng mình, mà vì lợi ích giải thoát giác ngộ cho tất cả chúng sinh. Bây giờ chúng ta sẽ thọ Bồ Tát giới. Bồ đề tâm là pháp thực hành của Đại Thừa, chúng ta cần phát triển Bồ Đề tâm bằng cách thọ giới nguyện Bồ tát. Xin trì tụng theo tôi:

“DAGGI JINSOG GYIPEI SÖENAM KYI/

DrOLA PHENCHIR SANGGYÉ DrUBPAR SHOG/” (3 lần)

Như thế các bạn đã thọ xong giới nguyện Bồ tát bằng cách tụng những lời trên. Giới Bồ tát là pháp tu chủ yếu để trưởng dưỡng Bồ Đề tâm, thông qua sự thực hành Từ bi và Trí tuệ.

Bây giờ chúng ta nói về pháp thực hành Kim Cương Thừa. Sự thực hành của Kim Cương Thừa luôn dựa trên cơ sở nền tảng của Nguyên Thủy và Đại Thừa Phật giáo, đặc biệt sự thực hành của Đại Thừa là pháp thực hành chính yếu của Kim Cương Thừa. Sẽ không có sự thực hành của Kim Cương Thừa, nếu không có sự thực hành cốt tủy của Đại Thừa, mặc dù về hình thức giữa Đại Thừa và Kim Cương Thừa có một chút sự khác biệt như về y phục, cách trì niệm, cách tán tụng... nhưng bản chất thì không khác. Những sự khác biệt thì đương nhiên cần được chấp nhận. Ví dụ trong một gia đình có ba người thì sẽ có ba cách đi, cách nghĩ, cách nói khác nhau nhưng họ vẫn cùng là con người. Đôi khi có thể là anh chị em ruột thịt cùng cha mẹ nhưng quan điểm, cách sống và hành động của họ vẫn khác nhau, đó không phải là vấn đề quan trọng, vì bản chất của họ không khác. Tương tự như vậy, Giáo Pháp và pháp tu của Đại Thừa và Kim Cương Thừa, có đôi chút khác biệt nhưng về mặt cốt tủy thì như nhau, có thể kết hợp với nhau.

Khi nói về pháp tu của Kim Cương Thừa đặc biệt là pháp Guru Yoga (Thượng sư tương ưng pháp), chúng ta có thể dùng một trong bốn đức Phật làm đối tượng tu tập như: đức Phật Thích Ca, Phật A Di Đà, Thượng sư Liên Hoa Sinh hay đức Kim Cương Trì. Chúng ta có thể thực hành bất kỳ hình tướng đức Phật nào trong pháp tu này, không có vấn đề gì khác nhau cả. Nhưng hôm nay tôi sẽ hướng dẫn quý vị thực hành Pháp tu về Guru Padmasambhava (Thượng sư Liên Hoa Sinh). Pháp tu Thượng sư Liên Hoa Sinh là sự hợp nhất của cả Nguyên Thủy, Đại Thừa và Kim Cương Thừa, bởi thế mà Ngài được tôn xưng là Guru Padmasambhava. Nếu Ngài không thực chứng pháp tu của cả Tam Thừa, thì sẽ không bao giờ được tôn xưng là Guru.

Guru Padmasambhava còn tôn xưng là Guru Rinpoche. Ngài là sự hợp nhất của tất cả thầy mười phương Chư Phật, chư Bồ tát. Ví dụ trong kinh điển có nói rất rõ ràng: Guru Rinpoche và đức Phật Thích Ca, cùng với Bồ Tát Quan Thế Âm đồng một thể. Bên ngoài Ngài hiện tướng là đức Phật Thích Ca Mâu Ni, về mặt thế gian Ngài hiện tướng Bồ Tát Quan Thế Âm hiện thân của Từ bi và Trí tuệ, và đặc biệt trong Kim Cương Thừa Ngài hiện thân là Guru Padmasambhava, một bậc Kim Cương Thượng Sư. Thượng sư Liên Hoa Sinh có rất nhiều hoá thân, như ba hoá thân, tám hoá thân hoặc một trăm hoá thân..., nhưng nói chung Ngài là hiện thân của tất cả Chư Phật, chư Bồ tát, Daka, Dakini. Bởi vậy chúng ta hãy nương theo Ngài - một bậc Thượng sư giác ngộ tối thượng.

Chính Đức Phật Thích Ca đã từng huyền ký rõ ràng rằng: Ngài sẽ hoá thân trở lại trong hình tướng của Thượng sư Liên Hoa Sinh, sau khi Ngài nhập Niết Bàn khoảng 1000 năm. Điều này có nghĩa là Đức Phật Thích Ca và Thượng sư Liên Hoa Sinh không khác nhau. Bởi vậy như tôi đã nói, Đức Phật Thích Ca hiện thân trong hình tướng là một bậc Thầy bên ngoài, hay một Đức Phật bên ngoài đó là nghĩa bí mật. Và theo thế gian thì Đức Phật Thích Ca là sự hợp nhất của Guru Padmasambhava (Thượng sư Liên Hoa Sinh). Vì thế thông qua sự thực hành Pháp Guru Padmasambhava tức là chúng ta thực hành Pháp của tất cả Chư Phật, chư Bồ tát trong cùng một lúc.

Thượng sư Liên Hoa Sinh hoá thân trong nhiều hình tướng, có thể có ba hay bốn hình tướng... Mỗi hình tướng đều có các thế ấn, màu sắc đặc trưng, tuy nhiên hình tướng phổ biến mà nhiều người biết tới và tu tập, là hình tướng trong tám hình mà tôi đang cầm trên tay đây. Có thể tám hình này chưa được rõ ràng lắm nhưng mọi người vẫn có thể nhìn thấy được. Hình tướng bên ngoài của Thượng sư rất quan trọng, nhưng điều quan trọng hơn cần phải hiểu là Thượng sư biểu trưng cho những phẩm hạnh gì. Tất nhiên chúng ta cũng cần phải biết được hình tướng bên ngoài của Ngài, vì việc quán tưởng vô cùng quan trọng, nhưng hình tướng bên ngoài chưa phải là quan trọng nhất. Quan trọng nhất là phải hiểu được Thượng sư tượng trưng cho những phẩm hạnh gì.

Đây là bức hình về hình tướng Thượng sư Liên Hoa Sinh mà nhiều người biết và đang thực hành Quán tưởng về Ngài.

Tới giờ các bạn đã nhận được *Lung* và *Wang*. Theo tiếng Tạng, *Wang* có nghĩa là Quán đỉnh, *Lung* là Khẩu truyền. Bạn cũng cần phải hiểu được ý nghĩa của khẩu truyền mà tôi vừa truyền trao. *Lung* cũng giống như việc trì tụng, tâm truyền tâm, vì vậy bạn phải định tâm lắng nghe những gì mình đang trì tụng. Tôi sẽ trì tụng để khẩu truyền tới các bạn, bạn sẽ nhận được *Lung*, nhưng nhận khẩu truyền không có nghĩa là đã nhận được Quán đỉnh. Quán đỉnh sẽ được truyền trao sau khẩu truyền.

Sau khi đã thụ nhận Khẩu truyền, bạn có thể thực hành nghi quỹ này. Nếu không bạn chưa được phép thực hành, mà chỉ có thể được trì tụng. Dù thực hành cũng không thể ân hưởng trọn vẹn sự gia trì, nếu không nhận Quán đỉnh. Nếu bạn mong nguyện được ân hưởng trọn vẹn sự gia trì, thì bạn cần phải nhận Quán đỉnh. Nếu đủ thời gian, tôi sẽ truyền Quán đỉnh ngay vào sáng nay, còn không sẽ truyền vào buổi chiều.

Đây là nghi quỹ Guru Padmasambhava được truyền trao từ chính Thượng sư Liên Hoa Sinh, tuy nhiên nghi quỹ này đã được cất giấu trong một thời gian dài, gần đây mới được một Thượng sư của Truyền thừa Drukpa khám phá. Ngài đã khám phá ra

nghi quỹ thông qua sự chứng ngộ và thành công trong việc thụ nhận trực tiếp toàn bộ Giáo Pháp từ Thượng sư Liên Hoa Sinh do chính Ngài đã tận tâm thực hành, chứng đạt giác ngộ qua nghi quỹ này. Ngài đã truyền trao xuống cho đệ tử, và sau đó tôi đã được thụ nhận trực tiếp nghi quỹ này từ hoá thân của Ngài. Bậc hóa thân này là một bậc thầy của tôi và hiện nay Ngài vẫn đang tại thế. Chính Ngài đã truyền trao phương pháp này cho tôi và thỉnh cầu tôi giới thiệu nghi quỹ này rộng khắp vì lợi ích của vô số chúng hữu tình.

Đây là lần đầu tiên tôi truyền trao nghi quỹ Guru Padmasambhava tại Việt Nam. Tôi đã truyền trao nghi quỹ này tại nhiều nơi tôi viếng thăm, nhưng có lẽ đây là lần đầu tiên tại Việt Nam. Hiện nay Thượng sư của tôi vẫn còn tại thế, Ngài tiên đoán rằng Pháp tu này sẽ lợi ích cho vô số chúng hữu tình. Bởi vậy, tôi tâm nguyện rằng những Hành giả tại đây, chắc chắn sẽ thực hành thuần thực nghi quỹ này trong thời gian chưa đầy một năm, thậm chí có thể ghi nhớ, thực hành Pháp tu với tâm chí thành sâu sắc.

Khi thực hành sâu nghi quỹ đặc biệt này, bạn quán tưởng Thượng sư Liên Hoa Sinh, tay kết khế ấn ở ngang tim chứ không phải đặt dưới đầu gối. Nhưng tất nhiên như tôi nói, vì mọi người nhìn thấy thế ấn tay Ngài giống như trong tám hình trên tay tôi, nhưng trong pháp tu thì tất cả mọi thứ đều hoàn hảo như nhau. Tay phải của Ngài cầm chày Kim cương ở ngang tim.

Trong bức hình, thế ấn mà chúng ta nhìn thấy, với một tay Ngài cầm chày Kim cương phía trên đầu gối, là thế ấn hàng phục, ấn tiêu trừ điều phục chướng ngại. Nhưng với việc trì giữ chày Kim cương ngang ngực, tại tim, thì thế ấn đó nghĩa là tâm giác ngộ, tâm Bồ đề. Thế ấn này biểu trưng cho tâm Bồ đề hay Bodhicitta, trong đó “Citta” nghĩa là tâm, “Bodhi” nghĩa là an định tâm hay tâm giác ngộ, được tượng trưng bởi chày Kim cương mà Ngài đang trì giữ. Tư thế trì giữ chày Kim cương tại tim, biểu trưng cho sự định tâm trong khi thực hành Bồ Đề tâm.

Cũng vậy, khi thực hành sâu nghi quỹ Guru Padmasambhava, bạn quán tưởng Bồ Tát Quan Thế Âm an trụ nơi tim của Thượng sư Liên Hoa sinh, vì mục đích chính của Pháp thực hành Guru Padmasambhava cũng là khai triển tâm Bồ đề. Sau khi thực hành sâu hơn nữa, bạn sẽ quán tưởng đức Phật A Di Đà an trụ nơi tim của Bồ Tát Quan Thế Âm, không phải tại tim của Thượng sư Liên Hoa Sinh, mà tại tim của Bồ Tát Quan Thế Âm. Điều này biểu trưng cho mục đích chính của nghi quỹ Liên Hoa Sinh, hay sự chứng ngộ pháp tu này chính là chứng đạt Pháp thân Phật, tức là đức Phật A Di Đà nguyên thủy.

Như tôi đã nói từ trước, các pháp tu Kim Cương Thừa không thể thành tựu nếu không dựa trên sự thực hành Đại Thừa. Điều này thể hiện rõ ngay trong sự tu tập,

khi bạn quán tưởng Bồ tát Quan Thế Âm nơi tìm Thượng sư Liên Hoa Sinh, và tiếp đến quán tưởng đức Phật Di Đà nơi tìm của Bồ tát Quan Thế Âm.

Tôi đã vừa truyền trao Quán đỉnh, tiếp đến là khẩu truyền GuruYoga. Chúng ta tới trang 40, phần này Hành giả quán tưởng tự thân là Vajrayogini. Để có thể quán tưởng như vậy, chúng ta cần phải được nhận quán đỉnh Vajrayogini, nhưng hiện nay các bạn chưa được nhận Quán đỉnh này. Bởi vậy bạn hãy quán tưởng trước mặt phía trên đỉnh đầu, là hình ảnh Thượng sư Liên Hoa Sinh, sau đó tiếp tục thực hành GuruYoga.

Guru Yoga là pháp tu thiết lập nhịp cầu kết nối tâm hành giả với tâm giác ngộ của bậc Căn Bản Thượng Sư. Nói cách khác, để thực hành Kim Cương Thừa, trước hết hành giả phải thiết lập nhịp cầu nối với Thượng sư. Bởi vậy, GuruYoga thực sự có nghĩa là hành động, thực hành kết nối tâm hành giả với tâm giác ngộ của Thượng sư.

Chúng ta cần thấu hiểu Thượng sư là gì? Thượng sư là sự hợp nhất của tất cả Chư Phật, chư Bồ tát. Đồng thời bạn cũng cần hiểu hiện giờ bạn là người chưa chứng ngộ, là một người phàm trần, với đầy những tham, sân, si chi phối. Bởi vậy giờ đây thông qua pháp thực hành này, bạn dần ngày một tỉnh thức và hiểu biết hơn. Bạn sẽ hiểu được sự hợp nhất thực sự của Phật, Pháp, Tăng trong chính mình. Đó là GuruYoga.

Chúng ta giờ trang 40, trong phần nghi quỹ này, Hành giả phải quán tưởng tự thân là Vajrayogini, nhưng như tôi đã nói lúc trước, nếu bạn không nhận được Quán đỉnh này thì bạn không được quán tưởng tự thân là Vajrayogini. Bởi vậy bạn hãy tạm thời bỏ qua phần này, bây giờ tôi sẽ truyền Lung.

Trang 40, bắt đầu: "Ranglung..." có nghĩa là trong hư không trước mặt, chúng ta cần quán tưởng Thượng sư Liên Hoa Sinh, sau đó cúng Tshog. Đó là pháp chúng ta cần quán tưởng và đã được dịch sang tiếng Việt. Tôi hy vọng quý vị có thể hiểu được những điều trong đó. Tiếp đến là phần triệu thỉnh thông qua "Bảy lời cầu nguyện" (Phần này ở trang 42). Chúng ta tiếp tục tới Bảy lời cầu nguyện. Tôi sẽ truyền khẩu cho các bạn. Đây là phần chính của Guru Yoga mà bạn phải thực hành, bạn phải thực hành hàng trăm ngàn lần, bạn nên trì niệm bài này nhiều lần cùng một lúc, sẽ giúp bạn hiểu sâu được ý nghĩa bên trong của Guru. Bây giờ quay trở lại trang 40. Tôi đã khẩu truyền nhưng chúng ta phải thực hành mới có thể thấu hiểu được.

Nếu thực hành với tín tâm chí thành, bạn có thể triệu thỉnh được Thượng sư Liên Hoa sinh. Rất nhiều trường hợp, các Thượng sư chỉ thực hành phần này để hoàn

thành nghi quỹ Liên Hoa sinh. Đây là phần Cầu nguyện hay lời Triệu thỉnh bằng uy lực mạnh mẽ nhất của nghi quỹ, với mục đích thỉnh cầu Ngài giáng lâm. Thông qua pháp thực hành này, nhiều Thượng sư đã làm được rất nhiều điều phi thường, thậm chí đã kết nối, nói chuyện được với Ngài, thậm chí Ngài còn thị hiện, trợ giúp, hộ pháp cho bạn vượt qua chướng ngại, và bạn sẽ được thụ nhận rất nhiều Giáo Pháp từ Ngài. Có rất nhiều câu chuyện phi thường về Ngài, sau khi các Hành giả thực hành Bảy lời cầu nguyện. Đây không phải là bài cầu nguyện thông thường như chúng ta thường tụng, cũng không phải do các Thượng sư viết, mà đây là những lời cầu nguyện do phi nhân là các Dakini viết để triệu thỉnh Ngài. Bởi vậy đây là những lời cầu nguyện triệu thỉnh với đầy những uy lực mạnh mẽ. Hãy nhất tâm thực hành, vì bạn đã được nhận Giáo Pháp và Quán đỉnh Thượng sư Liên Hoa sinh. Hãy thực hành nghi quỹ này 10 triệu lần. Bạn cần trì tụng 10 triệu biến, để có thể hoàn thành phần nghi quỹ Thượng sư Liên Hoa Sinh trong GuruYoga. Cuối cùng tới trang 41, bạn có thể thực hành trong một thời gian ngắn nhưng phần chính yếu phải tập trung là tâm chú “OM AH HUNG BENDZA GURU PADMA SIDDHI HUNG”. Bạn có thể thực hành dễ dàng vì bài này rất ngắn.

Tôi đã giảng xong giáo pháp về phần tu Liên Hoa Sinh, và cũng đã trì tụng cùng mọi người. Tôi tâm nguyện và tin tưởng chư Đại đức Tăng ni, Tỳ kheo, Tỳ kheo ni, các Phật tử đã có phúc duyên thụ nhận quán đỉnh sẽ thực hành ít nhất là phần GuruYoga toát yếu này. Chúng ta cũng cần phải thực hành đầy đủ các phần, từ Bảy lời cầu nguyện, tiếp theo là tâm chú 10 triệu biến, và tu trì GuruYoga sau khi hoàn thành 10 triệu biến. Tôi tâm nguyện và luôn tin tưởng rằng: những ai tu tập thành tựu pháp tu này, đều ân hưởng được năng lượng của Chư Phật, mang lại lợi ích bình an cho tất cả muôn loài, cho đất nước và nhân dân Việt Nam, và tất nhiên cho cả bản thân và gia đình mình.

Thay mặt các Phật tử, đệ tử Truyền thừa, tôi muốn gửi lời tri ân tới tất cả mọi người trong Ban tổ chức, các Ban Ngành đoàn thể, đặc biệt thành hội Phật giáo Hà nội, đã thỉnh cầu tôi tới đây và cho chúng ta cơ hội chia sẻ Giáo Pháp hôm nay. Từ ngay giây phút này, chúng ta không nên lãng phí cơ hội, thời gian quý báu trong cuộc đời, không nên luống uổng những phúc duyên hy hữu của chúng ta đã được nhận Giáo Pháp Tôn quý, hãy thực sự tận dụng thời gian quý báu, thực hành Giáo Pháp nhiệm màu, sống làm sao cho có ý nghĩa, để mang lại lợi ích cho tất cả chúng hữu tình. Xin chân thành cảm niệm tri ân!

## Lục Tự Chân Ngôn – Sự Hợp Nhất Của Từ Bi Và Trí Tuệ

Đức Pháp Vương Gyalwang Drukpa đời thứ XII khai thị Giảng pháp và truyền quán đĩnh Quán Âm tại Chùa Quan Âm, Biên Hòa, tỉnh Đồng Nai ngày 28.3.2010



Lời đầu tiên tôi xin bày tỏ niềm tri ân sâu sắc đến chư tôn đức Tăng Ni, đặc biệt là Ni Trưởng trụ trì và chư Tăng Ni tại trụ xứ chùa Quan Âm Tu Viện cùng

với tất cả Phật tử gần xa có duyên câu hội về đạo tràng này. Tôi xin cầu nguyện cuộc viếng thăm này sẽ đem lại một chút ánh sáng của đạo Pháp tới quý Phật tử Việt Nam nói riêng và người Việt Nam nói chung. Theo tôi biết, về phương diện lịch sử, đất nước và con người Việt Nam đã có rất nhiều mối liên hệ với Phật giáo. Chúng ta cần làm những gì có thể để tiếp tục trường dưỡng mối liên hệ truyền thống này. Xin cảm niệm sự ủng hộ nhiệt thành của chính phủ Việt Nam, đặc biệt là Thành hội Phật giáo Hà Nội, đã có giấy mời tôi và Tăng đoàn Truyền thừa Drukpa tới Việt Nam để chia sẻ những Giáo Pháp quý giá của Đức Phật, vì lợi ích của hết thảy hữu tình, để đem lại hòa bình và sự phát triển phồn vinh cho đất nước.

Đất nước cần hòa bình, cần phát triển vật chất, cả hai phương diện này đều dựa trên sự hiểu biết tâm linh. Nếu bạn không có sự hiểu biết tâm linh, bạn sẽ gặp khó khăn để phát triển hai khía cạnh chính là tâm linh và vật chất trong cùng một lúc. Một lần nữa tôi xin chân thành cảm ơn tất cả quý vị, đã câu hội về đây để nhận quán đĩnh của Bồ Tát Quan Thế Âm, đồng thời tôi cũng xin chân thành cáo lỗi vì để quý vị đã chờ một thời gian khá lâu, trong một ngày thời tiết rất nóng bức.

Hôm nay chúng tôi được thỉnh truyền trao quán đĩnh về Bồ Tát Quan Thế Âm, với câu chân ngôn Lục tự Đại minh chân ngôn: “Om mani padme hung”. Trước hết tôi xin giảng sơ qua về ý nghĩa của câu chân ngôn này.

OM là tượng trưng cho năng lượng của vũ trụ, là sự kết hợp hài hòa của năng lượng từ bi và trí tuệ như nhau. MANI là ngọc như ý tượng trưng cho lòng từ bi không bị phá hủy. PADME là hoa sen tượng trưng cho sự thanh tịnh của bản chất tự nhiên, hay sự thanh tịnh nguyên thủy. HUNG tượng trưng cho sự viên mãn thành tựu. Như vậy “Om Ma Ni Pad Me Hung” là tượng trưng cho năng lượng vũ trụ, cùng với năng lượng không thể phá hủy bản chất thanh tịnh nguyên sơ, những phẩm chất của chính nó sự chứng ngộ viên mãn. Bất kỳ ai thực hành trì niệm câu chú này, sẽ thành tựu sự hợp nhất huyền bí của năng lượng và sự thanh tịnh.

Đạo Phật thường nói về sự kết hợp trí tuệ và từ bi, hay trí tuệ và tình thương yêu, ở đây cũng nói sự kết hợp giữa Ma Ni và Pad Me tượng trưng cho sự kết hợp giữa Trí tuệ và Từ bi. Tình yêu thương được tượng trưng bởi ngọc ma ni hay kim cương, tượng trưng cho năng lượng. Padme tượng trưng cho sự hiểu biết hay sự thanh tịnh, hiểu biết rằng vạn vật vốn thanh tịnh từ nguyên sơ gọi là trí tuệ, nếu không có trí tuệ này thì gọi là không thanh tịnh và đầy sự phá hủy. Chúng ta đều cần ban trải tình thương tới tất cả mọi người, mọi loài và đặc biệt tới chính bản thân mình. Ví dụ bạn cần phải biết cách thương yêu mình để có thể thương yêu người khác. Nếu bạn không thể yêu thương chính mình thì bạn không yêu thương người khác. Bởi vậy chúng ta cần có trí tuệ để biết cách yêu thương chính mình.



Tuy nhiên, vấn đề lớn nhất là vào hiện giờ, những hiểu biết hiện tại của chúng ta đều đa phần là sai lầm, vô minh. Vì thế chúng ta rất cần có trí tuệ, nếu không có trí tuệ mà chỉ có yêu thương thì đây gọi là yêu thương theo bản năng của loài người vẫn thường có. Tất cả loài người đều có bản năng là sự yêu thương nhưng chúng ta không biết cách sử dụng nó, hay nói cách khác, chúng ta không có trí tuệ. Bởi thế tình yêu thương đã hoạt động không đúng, nhiều khi tình yêu thương còn bị lạm dụng. Chính vì thế mà việc trưởng dưỡng trí tuệ nơi mỗi người là điều vô cùng cần thiết.

Câu chân ngôn “Om MaNi PadMe Hung” có rất nhiều ý nghĩa thể hiện sự kết hợp giữa trí tuệ và tiềm năng yêu thương. Tình yêu thương phải được trưởng dưỡng bằng trí tuệ. Trí tuệ cần phát triển thông qua thiền quán.

Thiền quán có hai khía cạnh: Một là tư duy hiểu biết theo đúng chân lý, đúng sự thật. Và một cách thiền quán khác là sự cầu nguyện, sự gia trì thông qua việc mở rộng trái tim mình. Hai khía cạnh Thiền quán này rất cần thiết để khai mở trí tuệ. Nếu hoa sen tượng trưng cho trí tuệ thì tư duy thiền quán giống như mặt trời giúp hoa sen được khai nở. Vậy chúng ta cần thiền quán tư duy giống như mặt trời, loại thiền quán về chân lý và sự cầu nguyện để đón nhận sự gia trì tâm linh. Như thế chân ngôn Lục tự giống như một lời cầu nguyện, một kỹ thuật thiền quán, cả hai kết hợp trong câu chân ngôn này.

Như tôi đã nhắc đến ở trên, tình yêu thương cũng cần được khai mở và trưởng dưỡng. Do thiếu trí tuệ để khai mở tình thương nên hiện tại chúng ta có một tâm lý yếu ớt, hạn hẹp và bảo thủ. Song có một thực tế là chúng ta đều muốn mình khỏe khoắn, nếu không đủ khỏe chúng ta sẽ không thể sống và tồn tại trên thế giới này, hoặc nếu có sống thì cũng rất ốm yếu khốn khổ, sống với giận giữ, tật đố, vô minh cùng với tất cả những xúc tình phiền não khác. Để có thể loại bỏ tất cả những loại xúc tình phiền não này, chúng ta cần có tâm mạnh khỏe. Nếu tâm mạnh khỏe thì các xúc tình không thể đem lại bất kỳ sự đau đớn nào cho ta. Cuộc sống sẽ trở nên tuyệt vời và hoàn hảo hơn với một tinh thần mạnh khỏe.

Trí tuệ sẽ giúp chúng ta khai mở tình yêu thương, nếu không có trí tuệ thì tình yêu thương sẽ mãi khép kín, tâm chúng ta sẽ mãi chật hẹp và đầy thủ chấp. Trong kinh điển Phật giáo có dạy rằng: loài người hay các loài hữu tình nói chung, như các loại động vật trên thế giới này đều có tình thương. Tình thương có mặt ở khắp, thậm chí những người xấu xa nhất trên thế giới này, hay những loài động vật xấu xa nhất đều sẵn có tình thương. Nhưng chỉ vì tình yêu thương đó chưa hợp nhất được với trí tuệ, nên tình thương đó như đang ngủ say, năng lượng của tình thương đang bị sử dụng sai đường, nên tình yêu thương chuyển thành xấu, và là nguyên

nhân dẫn đến rất nhiều khổ đau. Bởi vì sử dụng sai năng lượng hay sai động cơ, nên dẫn tới rất nhiều vấn đề rắc rối trên thế giới.

Câu chân ngôn “Om Ma Ni Pad Me Hung” có công dụng kết hợp tình thương yêu tự nhiên mà chúng ta sẵn có với trí tuệ hiểu biết, vì thế đây là câu chân ngôn có tầm quan trọng đặc biệt và người ta thường trì tụng chân ngôn này như bài nhật tụng, cùng với sự nhất tâm hướng tới Bồ Tát Quan Thế Âm. Thông thường, không những chúng ta chỉ sử dụng sai tình thương yêu mà còn có xu hướng sử dụng nhầm nguồn năng lượng quý giá của con người, vì thế năng lượng cũng cần kết hợp với sự hiểu biết. Điều này rất quan trọng, vì loài người đều sống dựa vào tình yêu thương, cho nên tình thương là vô cùng cần thiết.

Chúng ta có thể trưởng dưỡng được tình yêu thương thông qua sự gia trì của Bồ Tát Quan Thế Âm! Đây là một điều rất phổ thông, cần được thực tập không chỉ trong Kim Cương Thừa mà cả trong Hiển giáo. Cho nên Bồ Tát Quan Thế Âm là một vị Bồ tát được rất nhiều người biết đến, không những trong đạo Phật mà cả những người không phải Phật giáo. Họ đều tập trung theo pháp của Bồ Tát Quan Thế Âm, tôi đã thấy rất nhiều ở Trung Quốc và các nước khác ở Châu Á, thậm chí những người không phải Phật tử, họ đều tin tưởng Bồ Tát Quan Thế Âm. Bởi họ biết tầm quan trọng của sự chuyển hoá tình yêu thương, nếu chúng ta không có sự chuyển hoá này, thì những sản phẩm của thân tâm chúng ta làm ra sẽ không lợi ích cho mình và người.

Thật ra từ vô thủy tới nay chúng ta đã có sẵn tình yêu thương, vì thế sự chuyển hoá thành trí tuệ là vô cùng quan trọng. Chúng ta tiếp tục thời pháp bằng cách sang tiếp phần giảng về cách thực hành Pháp triệu thỉnh để nhận sự gia trì từ Bồ Tát Quan Thế Âm.

Như tôi đã đề cập sáng nay, chúng ta là những Phật tử của Nguyên thủy Phật giáo, Đại Thừa, hay Kim Cương Thừa. Cho dù chúng ta không có lý do gì để cầu nguyện đến sự gia trì, nhưng chúng ta cũng đều cần đón nhận sự gia trì. Đức Phật Thích Ca từng dạy rằng mỗi chúng ta cần có trách nhiệm với bản thân mình. Bởi vậy, việc cầu nguyện sự gia trì vẫn có ý nghĩa đối với mỗi cá nhân chúng ta. Trong nghi quỹ này đề cập đến việc cầu nguyện sự gia trì, để phát triển xa hơn trong kiếp sống tương lai, trở thành một người tốt, một hành giả tốt của Phật giáo. Nếu không có sự gia trì, thì chúng ta không có sự nâng đỡ, khi có sự gia trì thì sự nâng đỡ hộ vệ luôn ở bên ta. Chúng ta cần sự nâng đỡ gia trì, để cuộc sống của chúng ta có ý nghĩa, thành công và như ý, vì vậy sự gia trì rất cần thiết đối với đời sống hiện tại của chúng ta. Mọi thứ đều cần kết hợp với sự gia trì. Mọi sự thành đạt đều kết hợp với sự gia trì, có thể là sự gia trì của Bồ Tát Quan Thế Âm, hoặc Văn Thù Sư Lợi,

có thể sự gia trì của đức Liên Hoa Sinh hoặc sự gia trì của đức Phật Thích Ca Mâu Ni. Bất kỳ sự gia trì của vị nào cũng đều là sự gia trì của đức Phật, của Như lai tạng, hay là sự gia trì của Bản tính tâm tự nhiên, đó là sự gia trì quan trọng nhất mà chúng ta tìm cầu. Không phải chúng ta mong cầu một sự thần bí, huyền hoặc nào hiện ra gia trì năng lực cho ta, mà chúng ta mong cầu một sự chuyển hoá chính ngay đời sống thường nhật của mình, đời sống của chúng ta mỗi ngày cần phải được cải thiện, như vậy được coi là sự gia trì.

Sự gia trì thường đến trong nhiều hoàn cảnh hình tướng khác nhau, đặc biệt trong Kim Cương Thừa chúng ta tin sự gia trì trong nhiều phương thức khác nhau, như mưa là sự gia trì, cầu vòng cũng là sự gia trì..., bất kỳ một hiện tượng gì cũng có thể là sự gia trì, nhưng rất tiếc chúng ta không hiểu, nên không đón nhận được điều đó. Mỗi chúng ta không nên sống ích kỷ. Ích kỷ có nghĩa là bảo thủ và bảo thủ tức là khép kín chỉ biết cho riêng mình.

Sự gia trì của Bồ Tát Quan Thế Âm có thể được thực hiện theo nhiều cách thức khác nhau. Trong Kim Cương Thừa chúng ta có truyền thống của việc ban cho nước cam lộ mà bạn đã nhận, đó là một loại nước gia trì và sợi dây cát tường đeo cổ, dùng để hộ vệ cũng được coi là sự gia trì bảo vệ bạn, hay tất cả những lễ phẩm trong buổi lễ mà Kim Cương Thừa gọi theo một thuật ngữ đặc biệt là Ganachakra. Tất cả những lễ phẩm được dâng lên đây và sau đó được chia lại cho các bạn không phải là một bữa tiệc, mà đó là phẩm vật gia trì. Như tôi đã nói ở trước, sự gia trì là mưa, cầu vòng, gió, hay là một bóng cây che mát..., rất nhiều loại gia trì đến, nhưng do vô minh chúng ta không nhận ra được và bị lỡ cơ hội thọ nhận. Thực vậy, theo Kim Cương Thừa cuộc sống trên thế gian này tràn ngập sự gia trì nhưng chỉ vì chỗ hiểu nông cạn gây ra chướng ngại mà chúng ta không đón nhận được. Tuy thế, sự gia trì vẫn luôn sẵn ở bên ta, chỉ cần trì tụng câu chân ngôn “Om Ma Ni Pad Me Hung” rất nhiều lần, để hoa sen trí tuệ của chúng ta được trường dưỡng khai mở, thì chúng ta sẽ đón nhận và hân hưởng được trọn vẹn sự gia trì đó.

Ganachakra là một thuật ngữ mới lạ đối với các bạn, ý nghĩa của Ganachakra hay ý nghĩa của thuật ngữ mà chúng tôi thường nói là “Sống để Yêu thương” không khác biệt nhau. “Chakra” là tình yêu thương tượng trưng cho các hoạt động, hoạt động của tình yêu thương còn “Gana” tượng trưng cho cuộc sống hay sự hợp nhất, sự hợp nhất chính là cuộc sống của chúng ta. Ví dụ nếu bạn muốn vỗ tay thì cần phải sử dụng hai tay, không thể dùng một tay. Như thế sự hợp nhất vẫn luôn ở đó để giúp mọi chuyện xảy ra thành tựu như ý. Nếu bạn muốn có lửa, thì cần phải có hai, ba duyên trở lên, nếu chỉ có một duyên không thể tạo thành lửa. Tất cả mọi hiện tượng trên thế giới, đều cần ít nhất hai

duyên trở lên kết hợp với nhau mới tạo thành một vật, như vậy đó là sự kết hợp của nhân duyên, hợp nhất của cuộc sống hay là Gana.

Thế nên Ganachakra nghĩa là sống để yêu thương, đó là cách nói trong ngôn ngữ thông thường, còn trong Đại Thừa gọi là Bồ đề tâm (hay Bodhicitta). Bodhi nghĩa là giác ngộ, Citta có nghĩa là trái tim giác ngộ. Còn trong Kim Cương Thừa là Ganachakra. Chakra là bánh xe, Gana là sự hợp nhất, nghĩa là bánh xe của sự hợp nhất, hay sống để yêu thương, hoặc yêu thương để sống, đó là Ganachakra. Các bạn cũng nên hiểu rõ những nghĩa này. Mọi người thường nhìn vào buổi lễ và cho đó là bữa tiệc, nhưng nó còn có nghĩa là một bữa tiệc thiện hạnh sống để yêu thương, hay bữa tiệc từ sự phát triển trọn vẹn Bồ đề tâm.

Như vậy là theo quan điểm thực hành của Phật giáo Nguyên thủy, Phật giáo Đại Thừa hay Kim Cương Thừa thì nguyên lý căn bản của cuộc sống đều là phải sống với những thiện hạnh yêu thương để hàn gắn và chữa lành thế giới này. Điều đó có nghĩa bạn phải biết yêu thương và quan tâm săn sóc đến mọi người trên một tinh thần không vị kỷ để có thể chuyển hoá chính mình và thế giới. Cho nên trong Kim Cương Thừa có rất nhiều phương pháp để thực hành hạnh yêu thương và pháp cúng dường Ganachakra là một trong những phương pháp thiện xảo quan trọng đây. Ví dụ trong pháp cúng dường này, tất cả lễ phẩm được chia như hoa quả, bánh kẹo... hay thức ăn đều tượng trưng cho hoạt động yêu thương, còn những thứ có thể uống được như sữa, nước trái cây, nước ngọt thì tượng trưng cho trí tuệ, sự hiểu biết hay giác ngộ. Hai loại thực phẩm và nước này tượng trưng cho hai phương pháp lớn, là phương tiện thiện xảo của tình yêu thương. Khi hiểu ý nghĩa này ta mới rõ pháp cúng dường Ganachakra nêu biểu phương pháp thực hành của Kim Cương Thừa, rất đặc biệt và đặc trưng cho Kim Cương Thừa, trong các Thừa khác không thấy có pháp này.

Cho nên chúng ta cần phải hiểu ý nghĩa chân thực của việc nhận được các phần lộc này. Bạn cần phải uống nước ăn bánh..., và hãy tự nhủ với mình rằng: “Ta cần nắm giữ được các phương tiện thiện xảo giữa Từ bi và Trí tuệ”. Hãy khai mở, duy trì, trưởng dưỡng hai phẩm hạnh này trong cuộc đời và bạn sẽ tự nhiên thọ nhận sự gia trì đầy ân phúc của Chư Phật.

Đến đây chúng tôi đã kết thúc những hướng dẫn vắn tắt về nguyên lý của Kim Cương Thừa về Bồ Đề Tâm, hay sự kết hợp giữa Từ bi và Trí tuệ. Tôi đã hướng dẫn chung cho các Phật tử về cách làm thế nào để sống hạnh phúc trên thế giới này, mặc dù chỉ qua những lời giải thích rất ngắn gọn, vì chúng ta không có nhiều thời gian, nhưng tất nhiên nếu có nhân duyên quay trở lại trụ xứ này, tôi vẫn sẽ nhắc lại những điều quan trọng trên với các bạn và hy vọng các bạn sẽ dần dần

hiểu ra làm thế nào để sống một cách đúng đắn trên thế giới này thông qua các phương pháp thực hành khác nhau của Nguyên Thủy, Đại Thừa hay Kim Cương Thừa. Cả ba thừa này đều là con đường giải thoát, mà Phật Thích Ca Mâu Ni đã từ bi chỉ dạy cho chúng ta, cho nên chúng ta có thể chọn phương pháp phù hợp với căn cơ mình để tu tập theo một cách thật sự thoải mái. Tất cả chúng ta đến đây để giúp đỡ lẫn nhau, hy vọng là tôi không làm lãng phí thời gian của các bạn, và sự hiện diện cũng như chia sẻ của tôi sẽ trợ giúp vào những đời sống trong tương lai của các bạn.

Cầu nguyện rằng chúng ta sẽ có nhiều nhân duyên để gặp lại và tiếp tục trợ giúp để cùng nhau xây dựng cuộc sống cho mình và mọi người ngày càng tốt đẹp hơn. Xin chân thành cảm ơn các bạn!

---o0o---

### **Trí Tuệ Văn Thù**

Đức Pháp Vương Gyalwang Drukpa đời thứ XII khai thị Giảng pháp và quán đĩnh khẩu truyền cộng đồng Văn Thù Sư Lợi cầu nguyện quốc thái dân an tại chùa Bà Rịa Đại Tùng Lâm, huyện Tân Thành, tỉnh Bà Rịa Vũng Tàu, ngày 27.3.2010



Hôm nay tại trụ xứ này, chúng tôi truyền quán đĩnh đức Văn Thù Sư Lợi Bồ Tát. Đức Văn Thù Sư Lợi Bồ Tát được kính ngưỡng là vị Bồ tát của trí tuệ căn bản. Trên thực tế, đức Văn Thù Sư Lợi Bồ Tát là một khía cạnh của Chư Phật. Đức

Phật có ba khía cạnh: 1- khía cạnh của từ bi. Bồ Tát Quan Thế Âm là vị Bồ tát hiện thân của lòng từ bi. 2- khía cạnh trí tuệ: đức Văn Thù Sư Lợi Bồ Tát là hiện thân của trí tuệ, và 3- khía cạnh dũng lực - năng lượng. Bồ Tát Kim Cương Thủ hiện thân của lòng dũng.



Hôm nay tôi được thỉnh cầu truyền trao quán đỉnh đức Văn Thù Sư Lợi Bồ Tát, tượng trưng của trí tuệ căn bản. Chúng ta thường xem trọng khía cạnh của từ bi, khía cạnh của trí tuệ. Cả từ bi và trí tuệ đều cần năng lực, bởi vậy rất dễ hiểu rằng đây là ba khía cạnh mà tất cả mọi người đều cần. Như thế ba vị Bồ Tát là rất cần thiết và quan trọng. Trong đó khía cạnh về trí tuệ là khía cạnh quan trọng không những cho sự giác ngộ, mà còn cho đời sống hiện tại của chúng ta. Tất cả chúng ta đều cần trí tuệ để sống hạnh phúc và thành công. Đặc biệt quán đỉnh, pháp tu, và sự gia trì của Đức Văn Thù rất cần thiết cho tầng lớp thanh thiếu niên, những ai còn ngồi ở ghế học đường. Điều này không có nghĩa là tất cả mọi người khác không cần đến trí tuệ. Điều tôi muốn nói ở đây là lớp trẻ cần thực tập về trí tuệ nhiều hơn để trưởng thành và nối tiếp hệ cha ông, đem lại hòa bình, an lạc cho thế giới tương lai. Bởi vậy hôm nay, những người có mặt nơi đây nên hoan hỷ, tự hào và tin chắc rằng mình có phúc duyên sâu dày được thọ lãnh quán đỉnh của đức Văn Thù.

Như tôi đã đề cập lúc trước, đức Quan Âm là hiện thân của lòng từ bi. Đức Kim Cương Thủ là hiện thân của Dũng lực. Tất cả các phương diện này đều rất quan trọng. Quan trọng nhất trong 3 ngài là trí tuệ tức Bồ tát Văn Thù Sư lợi. Chúng ta cần trí tuệ không những trong mục đích giác ngộ, mà chúng ta còn cần trí tuệ để sống hòa thuận, hạnh phúc và thành công trong gia đình, trong xã hội. Bởi vậy trước tiên, chúng ta cần Quy y và đỉnh lễ Đức Phật Thích Ca Mâu Ni vĩ đại, Ngài là bậc đã chứng ngộ trí tuệ viên mãn Toàn tri.

Còn đây là câu chân ngôn của đức Văn Thù. Trong truyền thống của Kim Cương Thừa, chúng ta cần trì niệm với tâm chí thành như một sự triệu thỉnh tới ngài. Chúng ta cầu nguyện đến ngài thông qua việc trì tụng tâm chú “Om Ah Ra Pa Tsa Na Dhi”.

Chúng tử “Dhi” cần được quán tưởng từ tim của bạn tới thẳng Chư Phật và thỉnh cầu sự gia trì từ thân, khẩu, ý giác ngộ của quý ngài. Từ huyết ấn đường của Chư Phật, hàng ngàn, hàng triệu chúng tử Dhi quay trở lại ban gia trì cho bạn, hòa nhập trở lại luân xa tim của bạn. Cần duy trì sự quán tưởng này trong khi trì tụng chân ngôn hay trì tụng chữ chúng tỳ Dhi.

Đây là một nghi quỹ giản lược tu tập về đức Văn Thù Sư Lợi sẽ được truyền như một sự gia trì cho quý vị. Trước tiên chúng ta cần quán tưởng Đức Văn Thù Sư Lợi Bồ tát an tọa phía trên đỉnh đầu bạn. Từ thân thanh tịnh linh thiêng của Ngài, tuôn xối mưa cam lộ tràn ngập khắp thân thể bạn, tịnh hoá mọi phiền não nhiễm ô, cùng với tất cả các nghiệp bất thiện bạn đã tạo từ vô thủy. Sau đó chúng ta trì tụng chân ngôn bách âm.

Như thế chúng ta đã hoàn mãn buổi lễ quán đỉnh gia trì từ Đức Văn Thù Sư Lợi. Bây giờ chư Tăng ni sẽ chuyển tới các bạn những pháp khí gia trì. Chày Kim cương tượng trưng cho tâm giác ngộ, linh tượng trưng cho khẩu giác ngộ, bình quán đỉnh tượng trưng cho thân giác ngộ.

Như thế thân khẩu ý giác ngộ của đức Văn Thù đã được trao truyền cho bạn. Cuối cùng bạn sẽ nhận được sợi dây ban phước kết chày kim cương để bảo hộ cho bạn trước những nạn ma quỷ ác chướng và cũng giữ gìn những ân phúc gia trì bạn đã nhận hôm nay, khiến cho không bao giờ bị lọt rớt. Bởi vậy, sợi dây này được trao cho bạn như một sự hộ trì, bạn nên đeo nó càng lâu càng tốt, ít nhất là một tháng sau đó bạn có thể đốt chày không được vứt bừa bãi vào những nơi như thùng rác bần, điều này rất nguy hiểm cho chúng ta.

Đến đây chúng ta kết thúc buổi lễ quán đỉnh gia trì Văn Thù Sư Lợi Bồ Tát cùng với khóa Ganachakra, Mahakala. Và những phẩm vật của khóa lễ Mahakala được chia xuống cho các Phật tử, quý vị có thể thọ dụng vì đây là phẩm vật gia trì hoặc có thể để dành chia cho bạn bè, thân hữu những người có đức tin. Khóa lễ hôm nay đến đây là kết thúc. Trước khi dừng lời, tôi xin chân thành cảm ơn tất cả chư Tăng ni cùng quý Phật tử đã tới đây tham dự lễ Quán đỉnh này.

---o0o---

Đức Pháp Vương Gyalwang Drukpa giảng pháp và truyền quán đỉnh Lục tỳ đại minh Quán Âm, giải thích ý nghĩa Mandala Vũ điệu Kim Cương Thừa tại Thiền Viện Vạn Hạnh, Đà Lạt 29- 31.3.2010



Lời đầu tiên tôi xin bày tỏ niềm tri ân sâu sắc tới Ban Trị Sự Thành phố Đà Lạt, cùng chư vị Hòa Thượng, Thượng Toạ, chư đại đức Tăng Ni và các Phật tử gần xa đã nồng nhiệt đón chào chúng tôi tới đây để cùng chia sẻ Giáo Pháp tôn quý của Đức Phật.

Như tất cả chúng ta đều biết, Đức Phật thuyết pháp có tam thừa là Nguyên thủy, Đại Thừa và Kim Cương Thừa, hoằng truyền mạnh mẽ ở Việt Nam đặc biệt có Đại Thừa và Nguyên thủy Phật giáo. Cả ba thừa đều là Giáo Pháp từ Đức Phật Thích Ca Mâu Ni nên chúng ta cùng bày tỏ niềm chí thành kính ngưỡng và Quy y Đức Phật Chí Tôn, Quy y Giáo Pháp Tôn quý của Ngài và Quy y Tăng già.

Mặc dù đất nước Việt Nam đã trải qua rất nhiều thăng trầm trong quá trình phát triển, nhưng ở nơi này, nương ân đức gia trì của Đức Phật Thích Ca Mâu Ni, Phật giáo vẫn đã và đang phát triển mạnh mẽ, đặc biệt là Phật giáo Đại Thừa. Căn bản của Đại Thừa dựa trên nền tảng là phát triển từ bi và trí tuệ. Đó là nhân của hạnh phúc chân chính dựa trên trí tuệ sự hiểu biết về quy luật nghiệp. Như tôi vẫn thường đề cập ở mọi nơi rằng, chúng ta cần phải trưởng dưỡng trí tuệ, phát triển thiện hạnh tình yêu thương mới có thể đem đến hạnh phúc đích thực cho chính cuộc đời mình và tất cả mọi người, mọi loài.

Theo giáo lý về quy luật nghiệp Đức Phật Thích Ca đã dạy, cuộc đời hiện tại của chúng ta hoàn toàn phụ thuộc vào những nghiệp trong quá khứ của chúng ta. Và những kiếp sống tương lai hoàn toàn phụ thuộc vào đời sống hiện tại. Nếu mong muốn một đời sống an lạc hạnh phúc trong tương lai, chúng ta phải gieo nhân an lành trong hiện tại thì mới hy vọng những kiếp tương lai có những thành tựu kết quả tốt đẹp.

Như vậy thì theo quan điểm Phật giáo thì đời sống trong hiện tại hoàn toàn quyết định tương lai. Bởi thế chúng ta cần trưởng dưỡng trí tuệ và tình yêu thương hay phát triển Bồ đề tâm, là những sự thực hành căn bản của chúng ta trong hiện tại. Trong thuật ngữ thông thường, chúng ta gọi là từ bi và trí tuệ. Đại Thừa Phật giáo còn gọi là Bồ đề tâm còn trong Kim Cương Thừa chúng ta gọi là Mandala hay Ganachakra. Mandala hay Ganachakra là hai thuật ngữ tương đương theo nghĩa mà tôi đã luận giải từ ngày hôm qua. Mandala là thuật ngữ đặc biệt của Phật giáo Kim



Cương Thừa với nghĩa từ bi và trí tuệ. Mandala còn có nghĩa toàn bộ vũ trụ tràn ngập tình thương yêu và trung tâm điểm của vũ trụ là trí tuệ nguyên thủy.

Như vậy Mandala là năng lượng từ bi, trí tuệ trải khắp vũ trụ. Nếu dịch theo nghĩa đen, Madala chính là vũ trụ. Vũ trụ gồm có vòng bên ngoài và phần trung tâm tinh túy. Vũ trụ được bao trùm bởi tình thương yêu, như tôi đã từng nhấn mạnh tình thương là trọn vẹn cuộc sống này, nếu không có tình thương thì không có cuộc sống. Tình yêu thương chuyển hoá toàn bộ đời sống. Bởi vậy tình yêu thương bao trùm trọn vẹn toàn bộ vũ trụ. Trung tâm điểm của tình thương ấy là trí tuệ. Trung tâm điểm của vũ trụ là trí tuệ, trung tâm điểm, nguồn gốc của cuộc sống là trí tuệ hiểu biết. Nếu không có trí tuệ sẽ không có tình yêu thương đích thực, không có tình thương thì không có cuộc sống. Không có trí tuệ thì tình yêu thương sẽ bị sử dụng sai và sẽ mang đến vô vàn đau khổ. Bởi thế trung tâm của vũ trụ, của cuộc sống là trí tuệ. Đó là nghĩa chính của mandala trong Kim Cương Thừa.

Trong từ Mandala thì chữ "Man" biểu trưng cho tâm và chữ "dou" biểu trưng cho các hoạt động. Bởi vậy tâm thực sự biểu trưng cho nguyên lý, đó là tâm từ bi. Tâm từ bi cần phải được thực hành. "Dou" là theo tiếng Phạn, còn phát âm "dala" theo tiếng Tạng là không chuẩn, âm chuẩn là "dou". Dou biểu trưng cho các hoạt động, các hoạt động có nghĩa là tình yêu thương. Tình thương yêu thực sự tới trong hành động. Đó là nghĩa của từ Mandala.

Bằng cách nào chúng ta có thể hợp nhất tất cả ba thừa, Nguyên thủy, Đại Thừa và Kim Cương Thừa. Do cả ba thừa đều hướng tới một đích cao quý chung, bởi vậy hành giả cần hợp nhất giáo lý của cả ba thừa để có thể hiểu được ý nghĩa đích thực. Khi đó chúng ta sẽ thấy không có nhiều sự khác biệt giữa các thừa. Nếu có thì chỉ là những hình thức bên ngoài và cách thức thể hiện mà thôi. Mỗi thừa có cách thức thể hiện và phương pháp tu tập đặc trưng riêng để thực hành từ bi và trí tuệ. Cách thức của Kim Cương Thừa là Mandala. Đây là cách thức đặc trưng của Kim Cương Thừa bởi vì nguyên lý của Kim Cương Thừa là hợp nhất tất cả vũ trụ vào sự thực hành. Ví dụ: nếu bạn muốn thực hành Pháp đức Bồ tát Quan Thế Âm, thì không chỉ tập trung vào tâm từ bi mà còn cần hợp nhất tất cả pháp giới vào phương pháp khai triển, trưởng dưỡng tâm từ bi. Bởi vậy Mandala là rất quan trọng. "Man" là tâm từ bi nhưng "dou" là tất cả vũ trụ được hợp nhất trong phương pháp khai triển tâm từ bi.

Bởi vậy thực hành Mandou rất quan trọng trong Kim Cương Thừa. Nhưng không có nghĩa là chỉ có Kim Cương Thừa mới thực hành tâm từ bi, còn những thừa khác thì không. Hoàn toàn không phải như vậy. Các thừa cũng có các cách thức khác để

thực hành. Kim Cương Thừa có cách thức khác nhưng nguyên lý và mục đích phát triển tâm từ bi thì hoàn toàn không khác. Mục đích hoàn toàn không khác.

Triết học căn bản và vô cùng đặc trưng của Kim Cương Thừa là hợp nhất – hợp nhất tất cả tâm yêu thương hay vũ trụ trong sự thực hành. Đó là một phương pháp đặc trưng duy chỉ có trong Kim Cương Thừa. Trong Đại Thừa, khi chúng ta thực hành tâm từ bi, chúng ta chỉ thực hành Pháp Đại Thừa, thực hành Pháp Bồ tát Quan Thế Âm và chúng ta chỉ tập trung thực hành Pháp Bồ tát Quan Thế Âm.

Tất nhiên khi chúng ta bàn về tâm từ bi thì điều quan trọng là chúng ta cần phải tu tập pháp Bồ tát Quan Thế Âm. Tại sao? Bởi vì Bồ tát Quan Thế Âm biểu trưng cho tâm từ bi. Chúng ta cầu nguyện lên Ngài để Ngài ban gia trì giúp chúng ta khai triển, trưởng dưỡng tâm từ bi nơi mình. Đó là tất cả những gì chúng ta làm. Bởi vậy chúng ta sẽ chỉ tập trung thực hành đức Bồ tát Quan Thế Âm.

Và khi chúng ta thực hành các pháp tu tập khác, ví dụ như pháp A Di Đà, chúng ta chỉ tập trung vào Đức Phật A Di Đà và đó là tất cả những gì chúng ta thực hành. Đức Phật A Di Đà sẽ cứu khổ, hộ trì cho chúng ta và chúng ta thực hành Pháp Phật A Di Đà như vậy.

Nhưng ở đây trong Kim Cương Thừa cũng thực hành Đức Phật Di Đà hay trong Kim Cương Thừa, chúng ta cũng thực hành đức Bồ tát Quán Âm, và tất cả pháp tu tập khác như Đại Bồ tát Văn Thù Sư Lợi, Đức Phật Thích Ca Mâu Ni, Đạo sư Liên Hoa Sinh, chúng ta tu tập với phương pháp hợp nhất toàn bộ vũ trụ vào trong sự hiểu biết, sự nhất tâm và tâm giác ngộ. Nhưng không chỉ là để thực hành khai triển tâm Bồ đề mà thực sự hợp nhất toàn thể vũ trụ. Đó là thứ mandala biểu trưng.

Đó là lý do tại sao Kim Cương Thừa lại có Mandala, Ganachakra. Mục đích của các thừa là không khác nhưng nguyên lý, cách thức thì có khác nhau. Kim Cương Thừa sử dụng mandala để hợp nhất toàn bộ vũ trụ trong sự thực hành. Mục đích chính của sự thực hành là khai triển tâm từ bi và trí tuệ. Nhưng phương pháp của Đại Thừa là tập trung chuyên nhất vào một Đức Phật, còn của Kim Cương Thừa là hợp nhất toàn bộ vũ trụ vào trong sự thực hành.

Mandala có thể được làm bằng các chất liệu khác nhau. Có thể được vẽ trên bức tranh, có thể được làm bằng cát. Ngày nay mọi người thường hay nói về mandala cát bởi vì dường như chất liệu này có thẩm mỹ cao nhưng thực sự không chỉ mandala cát là quan trọng mà các mandala khác cũng quan trọng không khác.

Mandala có thể được vẽ trong bức tranh, ở trên giấy, bạn cũng có thể xây dựng các kiến trúc như nhà, tự viện theo hình mandala.

Chúng ta có thể xây dựng kiến trúc theo hình mandala, vẽ mandala trên giấy để đặt trên bàn, hay vẽ hình mandala bằng cát. Bởi vậy có thể chất liệu làm mandala có thể khác nhau. Đó là những mandala biểu tượng, còn mandala thực sự là vũ trụ. Không có gì khác được làm bằng cát, giấy hay xa hơn bạn có thể dựng một ngôi chùa hình mandala bằng cát nhưng đó không phải là mandala mà tất cả chỉ là mandala biểu tượng.

Tại sao một mandala biểu tượng được vẽ trên cát, trên giấy hay có thể được xây trên cánh đồng lại quan trọng như vậy. Bởi vì toàn bộ sự vật, hiện tượng được hợp nhất trong mandala. Một mandala thực sự chính là tự tính tâm giác ngộ của mỗi chúng ta.

Mandala không có nghĩa gì khác là phản ánh bản tâm giác ngộ. Đó là lý do tại sao việc thực hành mandala biểu tượng vô cùng quan trọng. Thông qua việc thực hành mandala biểu tượng, chúng ta có thể hợp nhất tổng thể vũ trụ. Điều này là chắc chắn, không có bất kỳ nghi ngờ gì về điều đó. Chắc chắn chúng ta có thể hợp nhất toàn thể vũ trụ vào một mục đích khi thực hành mandala. Đó là một phương pháp thiện xảo độc nhất vô nhị của Giáo Pháp Kim Cương Thừa mà Đức Thế tôn đã từ bi truyền trao cho chúng ta.

Nếu không có những phương tiện thiện xảo của Giáo Pháp Kim Cương Thừa từ Phật Thế tôn, chúng ta sẽ không thể bao giờ hợp nhất được tổng thể vũ trụ hay toàn bộ vũ trụ vào sự thực hành tâm từ bi và trí tuệ. Không có cách nào! Mặc dù chúng ta rất khoẻ mạnh, đầy quyền lực và sự sang giàu, tất cả mọi thứ chúng ta có trên thế gian giống như một cảnh giới hoàn hảo, nhưng chúng ta không hợp nhất toàn thể vũ trụ vào trong một mục đích.

Không có cách nào khác. Bởi vậy đức Thế tôn đã từ bi ban cho chúng ta phương pháp mandala đầy thiện xảo. Đó là lý do tại sao chúng ta phải thực hành mandala biểu tượng. Chúng ta có thể dễ dàng nhìn thấy và nhất tâm vào Mandala biểu tượng. Mandala biểu tượng giúp chúng ta thị hiện hay chuyển hoá phóng chiếu thành tâm đại trí tuệ hợp nhất với phương pháp đầy thiện xảo của tình yêu thương.

Bởi vậy khi nhìn vào mandala cát hay mandala được vẽ trên giấy cuộn hay trên bất kỳ chất liệu nào, bạn có thể thấy có nhiều màu sắc khác nhau. Tôi sẽ không dành nhiều thời gian để giải thích về từng màu sắc một vì sẽ mất rất nhiều thời gian, sẽ phải mất nhiều tuần để luận giải, và cho dù tôi có luận giải thì bạn cũng cần nhiều thời gian để có thể hiểu được ý nghĩa của từng chi tiết. Nhưng tất cả các màu sắc trên mandala đều biểu trưng toàn thể vũ trụ. Toàn thể vũ trụ có những màu sắc khác nhau và rất nhiều màu sắc khắp trong vũ trụ. Những màu sắc trong mạn đà la biểu trưng cho màu sắc của vũ trụ.

Và tại trung tâm bạn thấy hoặc là Bản tôn hoặc chủng tử tự của Bản tôn mà bạn thực hành. Ví dụ bạn đang thực hành Pháp Quan Âm, bạn tập trung thực hành chủng tử tự Hri.

Và chủng tử tự mà bạn phải tập trung phụ thuộc vào Bản tôn mà bạn đang thực hành, ví dụ có Bản tôn có chủng tử tự là Hung, có Bản tôn chủng tử tự là Om hoặc nhiều các chủng tử tự khác. Tại trung tâm cũng có thể các Bản tôn trong các thế ấn khác nhau, đôi khi ấn thí thực, thế ấn kim cương, đôi khi ngài cầm hoa... Những biểu tượng này nằm ở trung tâm mandala, đều biểu trưng cho trí tuệ hiểu biết.

Lấy ví dụ ở mandala này, đây là chủng tử tự Hri. Hri tượng trưng cho đức Bồ tát Quan Thế Âm. Bồ tát Quan Thế Âm thực sự là biểu trưng cho trí tuệ. Bởi vậy Hri biểu trưng cho đại trí tuệ. Chữ Man là tiếng Phạn. Mandala thường ở trong vòng lửa, ngọn lửa bên ngoài, ngọn lửa luôn biểu trưng cho những hành động. Bản chất của lửa biểu trưng cho sức nóng và lan tỏa. Bởi vậy, lửa luôn tượng trưng cho hành động, những hành động lợi tha. Bạn cần phải thấu hiểu biểu tượng này trước khi đi vào toàn bộ quá trình tu tập. Tất nhiên lúc này, chúng ta vẫn là những phàm tình chúng sinh, bị chi phối bởi tham, sân, si, bởi vậy chúng ta rất cần thực hành trí tuệ và từ bi thông qua các pháp tu tập và những hành động lợi tha.

Mandala được thiết lập mang lại Kiến tức giải thoát – sự giải thoát qua đỉnh lễ và chiêm bái. Điều này nghe có vẻ dễ dàng, chỉ với chiêm bái mandala, bạn sẽ chứng đạt giải thoát. Dường như là quá dễ dàng. Tất nhiên bản thân mandala mang lại sự giải thoát, chúng ta cần chiêm bái và thực hành mandala. Điều này vô cùng quan trọng. Không chỉ đơn giản là để mandala ở đó và thờ phụng. Bởi không có gì để thờ phụng cả. Đạo Phật không tin tưởng vào sự sùng bái. Sùng bái không phải là phương cách thực hành của đạo Phật. Nếu bạn thờ phụng hòn đá, cái cây, bạn thờ phụng mặt trời, mặt trăng thì đây không phải là cách thức chân chính. Giáo Pháp đạo Phật không tin tưởng vào thờ phụng dù theo bất kỳ một phương thức nào. Mandala cũng vậy. Bạn không nên cho rằng đó là một cái gì để thờ phụng hay đó là một cái gì đó để chiêm ngưỡng, sùng bái với những động cơ bị tham, sân, si chi phối hay bất kỳ một trạng thái phóng chiếu nào của tâm. Bạn cần phải thực hành, thiền quán và đưa tâm mình vào trạng thái thiền định, hợp nhất tất cả vũ trụ. Đó là sự thực hành mandala.

Cùng với sự trợ giúp của những mandala biểu tượng, như mandala cát và các loại mandala khác, bạn chiêm bái, thiền quán và hành giả có thể hợp nhất toàn thể vũ trụ thông qua Ngũ Trí Phật. Thật không may, hiện nay chúng ta vẫn chưa chứng ngộ được Ngũ Trí Phật mà vẫn bị Ngũ độc chi phối. Chúng ta vẫn chưa chứng ngộ được nguyên lý vận hành của ngũ độc. Bởi vậy chúng ta vẫn cứ bị trôi lăn mãi

trong khổ đau bất tận bởi sự chi phối của chúng. Nhưng với sự trợ giúp của Mandala biểu tượng, ví như Mandala với tâm là chữ Hri, Om Mani Pame Hung Hri, chữ Hri là cuối cùng là trí tuệ Phật; với sự trợ giúp của mandala, chúng ta thiền quán chữ chủng tự và với những phương pháp thiện xảo để định tâm, với phần quan trọng của chữ chủng tự Hri, đó là đại trí tuệ, chúng ta có thể chuyển hoá tham, sân, si, kiêu mạn và thậm chí cả si mê thành Ngũ Trí Phật. Đó cũng là lý do chúng ta thấy có vòng lửa tại mandala. Khi bạn nhìn vào vòng lửa ngũ sắc, hiện giờ với quan kiến của mình, bạn sẽ thấy sự vận hành của năm độc, nhưng với những thành tựu khi thực hành thiền quán, bạn sẽ có thể dần dần chuyển hoá toàn bộ năm độc thành Ngũ Trí Phật.

Vẫn còn rất nhiều điều sâu sắc và quan trọng nữa cần luận giải nhưng vì thời gian có hạn, nên tôi tạm dừng tại đây. Điều quan trọng nhất hiện giờ là chúng ta phải tập trung thực hành mandala. Tại sao chúng ta phải thiền quán mandala, để hợp nhất tất cả vũ trụ. Tại sao chúng ta lại hợp nhất toàn thể vũ trụ, bởi vì toàn thể vũ trụ là sự phóng chiếu của tâm. Bản tâm cần phải được thực hành để có thể đạt tới quả vị Phật hay giác ngộ cứu kính. Giác ngộ không là gì khác mà là toàn thể vũ trụ. Đó là nguyên lý chính, chúng ta cần thấu hiểu.

Nhiều người không hiểu biết chút gì về sự giác ngộ. Họ cho rằng giác ngộ phải là một thứ gì đó đại loại như một ánh sáng rực rỡ chiếu sáng phía trên đỉnh đầu mình. Giác ngộ là một cái gì đó phía trên đỉnh đầu mình và họ cho rằng bây giờ mình đã chứng đạt giác ngộ bởi vì ánh sáng lớn rực rỡ đang chiếu thẳng tới mắt của tôi, phía trên trán của tôi. Không phải như vậy! Sự giác ngộ không là gì khác ngoài vũ trụ, toàn thể vũ trụ. Khi bạn có thể hợp nhất toàn thể vũ trụ vào trong thiền định, đó là giác ngộ. Đó là thời điểm bạn có đại từ, đại bi, đại trí tuệ dựa trên nền tảng của đại trí tuệ. Đó là giác ngộ. Mục đích chính của thực hành mandala là hợp nhất toàn thể vũ trụ - đó là nghĩa của giác ngộ. Bạn có thể nói như vậy. Bạn không nhất thiết phải nói về mandala hay sự hợp nhất hay vòng lửa rực rỡ là thuật ngữ của Kim Cương Thừa.

Kim Cương Thừa có rất nhiều thuật ngữ, rất nhiều biểu tượng đầy màu sắc bởi sự thể hiện trong Kim Cương Thừa rất chi tiết. Trong Đại Thừa không có nhiều chi tiết đến như vậy. Đó là điểm khác biệt, mặc dù vậy, mục đích thì không khác, đều cùng để tiến tới sự giác ngộ. Nhưng để thể hiện sự giác ngộ hay con đường tiến đến giác ngộ, thì cần phải giới thiệu toàn thể vũ trụ. Sự giới thiệu toàn thể vũ trụ là mandala. Mandala có nghĩa là thể hiện rõ, chi tiết bản tâm hay toàn bộ vũ trụ trong các đồ hình và biểu tượng. Đó là nghĩa của mandala. Và mục đích của thực hành mandala là đạt tới giác ngộ, giác ngộ không là gì khác mà chính là toàn thể vũ trụ.

Khi chiêm bái mandala, bên ngoài chúng ta thấy ở mandala cát, phần bên ngoài là vòng lửa như tôi đã nói biểu trưng cho hành động. Sự thực là do thiếu nền tảng hành động và thiền quán nên hiểu biết về đời sống của chúng ta vẫn quá hạn hẹp, chúng ta vẫn chủ yếu phụ thuộc vào những xúc tình tiêu cực. Thật bất hạnh bởi vì chúng ta không có bất kỳ phương cách nào để thoát khỏi sự kiềm tỏa của những xúc tình tiêu cực như tham, sân, si. Thực hành mandala sẽ mang lại tự do giải thoát.

Tự do là điểm trọng yếu trong giáo lý của Đức Phật. Chúng ta cần tự do giải thoát khỏi những xúc tình tiêu cực và sự thống khổ. Nhưng điều đó không có nghĩa tình cảm là xấu, là một đối tượng chúng ta phải đè nén hay kinh công. Tình cảm không phải là thứ xấu xa. Tình cảm cần được sử dụng và thực hành một cách trí tuệ. Chúng ta không thể sử dụng nó theo cách tiêu cực như trong trường hợp của chúng ta hiện nay. Chúng ta cần sử dụng theo phương thức trí tuệ. Tình cảm là rất tốt bởi vì đó là chất liệu cho sự thực hành chuyển hoá thành giác ngộ, thành Phật. Theo quan kiến của đạo Phật, tình cảm mang lại những đau khổ tột cùng, nhưng nếu được thực hành một cách chân chính, nó sẽ được chuyển hoá thành trí tuệ tối thượng. Với việc thực hành Mandala sẽ giúp bạn chuyển hoá những xúc tình phiền não thành Ngũ Trí Phật. Đó chính là nguyên lý và con đường tiến tới giải thoát giác ngộ. Đức Phật Thích Ca Mâu Ni, Đức Phật Di Đà hay mười phương Chư Phật, mỗi ngài đều thuộc về một bộ Phật trong Ngũ bộ Phật.

Kim Cương Thừa có nhiều pháp thực hành với những kỹ xảo khác nhau. Và một trong những pháp thực hành chính yếu là Guru Yoga. Guru Yoga hợp nhất với Bồ tát Quan Thế Âm, hợp nhất với đạo sư Liên Hoa Sinh, với Đức Phật A Di Đà, hợp nhất với Chư Phật. Đó là một trong những nguyên lý chính của phương pháp tu tập Bản tôn trong Kim Cương Thừa.

Chúng ta sẽ thực hành nghi quỹ Bồ tát Quan Thế Âm toát yếu. Guru Yoga là pháp thực hành cùng với kỹ xảo hay quán tưởng Bồ tát Quan Thế Âm. Đây là một pháp thực hành rất phù hợp và thiết thực bởi con người sống trong thế giới ngày nay rất cần đến tình yêu thương và lòng bi mẫn. Nếu không thì dù cho có làm bất kỳ điều gì, bạn cũng không thể mang lại lợi lạc được. Pháp tu tập Guru Yoga vô cùng cần thiết trong thời đại này.

Với những ai chưa có hiểu biết về Kim Cương Thừa, tôi cho rằng thấu hiểu thực nghĩa của Guru Yoga là gì sẽ rất khó. Guru Yoga là một thuật ngữ đặc biệt trong Kim Cương Thừa. Guru Yoga không được nhắc tới, chưa từng được nhắc tới trong Đại Thừa và Tiểu Thừa.

Trước hết bạn cần biết Thượng sư thực sự có nghĩa là gì. Thượng sư có thể được hiểu theo nhiều nghĩa. Nhưng điều quan trọng nhất mà chúng ta phải hiểu được là ba phương diện của Thượng sư: bên ngoài, bên trong và bí mật.

Thượng sư bên ngoài là Tăng già, có nghĩa là cộng đồng tâm linh hoặc một cộng đồng những hành giả thực hành tâm linh, tất nhiên bạn có thể sử dụng một tên gọi khác nhưng phải với nghĩa như vậy. Thượng sư bên trong là Pháp. Bạn thấu hiểu Giáo Pháp Tôn quý của đức Thế tôn. Và Thượng sư bí mật là Đức Phật, bậc đại giác ngộ - bậc trí tuệ toàn giác.

Kim Cương Thừa nhấn mạnh tới thực tiễn. Tính thực tiễn rất quan trọng. Kim Cương Thừa đặt tầm quan trọng của đời sống thực tiễn lên hàng đầu. Bởi vậy xét về mặt thực tiễn, trong ba phương diện của Thượng sư thì thực tiễn nhất Tăng già. Tăng già với đầy đủ phẩm hạnh như: từ bi và trí tuệ là quan trọng nhất đối với sự phát triển tâm linh.

Bởi vậy Kim Cương Thừa mở rộng phạm vi triết học theo nghĩa, đặt Tăng già hay Thượng sư bên ngoài là quan trọng nhất. Đại Thừa hay Kinh thừa đặt tầm quan trọng của Pháp lên trước. Pháp là quan trọng nhất. Sự thực hành đó cũng hoàn toàn logic bởi vì nếu không dựa vào Pháp thì chúng ta sẽ không thể chuyển hoá được thân tâm mình. Bởi vậy Pháp bảo là có vị trí quan trọng nhất. Trong khi Phật giáo Nguyên thủy lại chú trọng tới Đức Phật, đặc biệt là Đức Phật Thích Ca Mâu Ni, Ngài là vị Phật vĩ đại nhất của truyền thống Phật giáo nguyên thủy.

Khi chúng ta bàn về Kim Cương Thừa và đặc biệt khi chúng ta nói về tính thực tiễn của đời sống, bạn có thể liên hệ tới Đức Phật bên ngoài hay Thượng sư bên ngoài. Đó chính là Tăng già hay anh em đạo hữu kim cương mà chúng ta có thể tiếp xúc, kết nối cùng.

Ta bàn tiếp tới GuruYoga. Chúng ta nhắc tới Thượng sư bên ngoài như một phần quan trọng trong đời sống, đặc biệt là đời sống của một hành giả tâm linh bởi vì Thượng sư bên ngoài hay Tăng già là đạo sư phẩm hạnh trong hình tướng con người. Tại sao Kim Cương Thừa lại đặt Ngài ở vị trí quan trọng nhất? Bởi vì nếu không có sự hướng đạo trực tiếp của Ngài thì chúng ta sẽ không có khả năng hay hy vọng nhận được Giáo Pháp của Đức Phật để thực hành. Điều này rất khó. Hầu như không thể bởi vì Đức Phật Thế tôn đã thị hiện Niết bàn, chúng ta không thể nhận Giáo Pháp trực tiếp từ Ngài. Và chúng ta không có trí tuệ nội chứng được khai triển để có thể thấu hiểu một cách sâu sắc Giáo Pháp mà không có sự hướng đạo một bậc Thầy giác ngộ. Bởi vậy chúng ta rất cần sự trợ giúp và hộ trì từ bậc Đạo sư hay những thành viên Tăng già hay Thượng sư trong hình tướng con người, một vị Đạo sư giác ngộ đủ phẩm hạnh. Guru Yoga là pháp thực hành giúp kết nối

với bậc Thượng sư giác ngộ, Ngài thị hiện trong hình tướng con người để hướng đạo, dẫn dắt hành giả trên con đường thực hành Giáo Pháp giải thoát.

Vậy đâu là ý nghĩa thực sự của một Guru? Guru có nghĩa một bậc Thượng sư hay bậc thành tựu những phẩm hạnh giác ngộ. Chữ "Gu" có nghĩa là "Guna" hay phẩm hạnh. Phẩm hạnh rất quan trọng. Bởi vì rất có thể bậc thầy mà bạn tìm cầu là một bậc Thầy không đủ phẩm hạnh, người đó có thể có hảo tướng nhưng nội tâm thì rất tồi, đó là bậc Thầy không đủ phẩm hạnh. Bạn không thể nương theo một bậc thầy không đủ phẩm hạnh, bởi vì bạn sẽ bị lầm đường, lạc lối dưới sự hướng dẫn của người đó. Nghĩa gốc của Thượng sư là một bậc Thầy đầy đủ phẩm hạnh, phẩm hạnh giác ngộ, có nghĩa là "Guna". Chữ "Ru" có nghĩa là "Rupa" hay sự hiện thân trong một hình tướng cụ thể, chứ không phải là không hình, không tướng. Rupa có nghĩa là hình tướng theo tiếng Phạn. Tất nhiên Thượng sư bên ngoài hoá thân trong những hình tướng cụ thể. Thượng sư bên trong không nhất thiết hoá thân trong một hình tướng cụ thể, tùy duyên có thể các Ngài hoá thân trong một hình tướng cụ thể, nhưng cũng có thể không có hình tướng. Còn Thượng sư bí mật thì không hình, không tướng. Thượng sư mà chúng ta đang bàn ở đây chính là Thượng sư bên ngoài với những hình tướng cụ thể. Bởi vậy việc thấu hiểu hình tướng hay sự hiện thân những phẩm hạnh của Thượng sư là rất quan trọng.

Và ngay khi tìm cầu được một bậc Guru Phẩm hạnh, thì bạn cần phải thấu hiểu và giữ tín tâm rằng Ngài chính là hợp nhất tinh túy của mười phương Chư Phật, hợp nhất của Pháp bảo Tôn quý và Tăng già. Sự hợp nhất đó theo nghĩa thân của ngài là Tăng già, khẩu của ngài là Pháp, là Giáo Pháp mà ngài truyền trao, và ý của ngài là Phật tính, là sự chứng ngộ hay sự hiểu biết về sự chứng ngộ linh thiêng. Bởi vậy Thượng sư bên ngoài là bậc Thầy trong hình tướng loài người, Ngài là hiện thân của hết thảy Chư Phật và Giáo Pháp tôn quý, các A la hán cùng chư đại Bồ tát. Đây là lý do tại sao một bậc Thượng sư bên ngoài lại được coi là quan trọng nhất, là pháp thực hành quan trọng nhất trong truyền thống Kim Cương Thừa.

Guru là hiện thân của tất thảy Chư Phật, Pháp và Tăng. Khi chúng ta nói về hiện thân, thì thực sự có nghĩa là hiện thân những phẩm hạnh nội chứng và phẩm hạnh giác ngộ mà các Ngài đại diện. Không nhất thiết là hiện thân về mặt vật lý; vào lúc này, tôi không muốn nói rằng các Ngài hiện thân về mặt vật lý, chúng ta không bàn đúng hay sai việc đó vào lúc này. Nhưng xét về mặt phẩm hạnh nội chứng, các Ngài là những đại đạo sư mà bạn đang thấy, dù cho Ngài có thể thị hiện trong hình tướng nam hay hình tướng nữ, dù cho Ngài có mang quốc tịch nào cũng không quan trọng mà điều quan trọng chính là những phẩm hạnh nội chứng mà Ngài đang có, ngài có sự chứng ngộ A la hán, có sự chứng ngộ đạo sư Liên Hoa Sinh, chứng ngộ Bồ tát Quan Thế Âm, chứng ngộ các A la hán khác nhau... Bởi vậy theo



phương diện phẩm hạnh nội chứng, Ngài là hiện thân của tất cả các đối tượng Quy y như Phật, Pháp, Tăng, Bồ tát, A la hán ... Bạn phải thấu hiểu khi nói về sự hiện thân. Nhiều người không hiểu về sự hiện thân, đôi khi họ không thể tin được bằng cách nào Thượng sư của bạn có thể hiện thân trong tất cả mọi người. Điều đó dường như là không thể bởi vì Ngài là một người. Thượng sư của bạn là nữ, bởi vậy bạn nói Ngài là “bà ấy” hay Thượng sư của bạn là nam, bạn gọi Ngài là “ông ấy”. Dù sao đi nữa, Ngài cũng đều chỉ là một người, vậy thì làm sao lại có thể là hiện thân trong tất cả mọi người được?

Đây là những điều tôi cố gắng chia sẻ bởi vì tôi được biết rằng rất nhiều trong số các bạn muốn biết nhiều hơn về Kim Cương Thừa. Bởi vậy tôi đang chia sẻ về quan điểm của Kim Cương Thừa, một quan kiến vô cùng đặc biệt. Tất nhiên quan kiến của Kim Cương Thừa hầu như giống Kinh thừa và thực sự về bản chất và mục đích không có sự khác biệt, chỉ có một sự khác biệt duy nhất mà chúng ta đang bàn là các pháp thực hành. Trong rất nhiều các pháp thực hành, chúng ta có Guru Yoga. Nghi quỹ Guru Yoga đã được dịch và in mà các bạn đang có trong tay.

Guru Yoga thực sự là một quan kiến đặc biệt, một phương pháp đặc biệt trong Kim Cương Thừa mà chúng ta đang đàm luận. Đây có thể coi là một sự giới thiệu toát yếu về Kim Cương Thừa, một đặc trưng của Kim Cương Thừa. Kim Cương Thừa bàn về rất nhiều vấn đề nhưng chủ yếu vẫn là Guru Yoga. Đó là điểm chính. Lúc này chúng ta không có nhiều thời gian để đàm luận về Kim Cương Thừa, chúng ta chỉ có hơn một tiếng. Bởi vậy tôi chọn chủ đề Guru Yoga. Chúng ta đang bàn về chủ đề chính của Kim Cương Thừa đó là Guru Yoga.

Guru hay Thượng sư được hiểu như nghĩa mà chúng ta đang đàm luận. Thượng sư bên ngoài là Tăng già. Tăng già đầy đủ phẩm hạnh nội chứng được đặt lên hàng đầu trong Kim Cương Thừa bởi vì nó rất thực tiễn. Bạn có thể tới gặp và thỉnh cầu, nhận sự hướng đạo trực tiếp từ Ngài. Đó là điểm khác biệt. Ngài hoá thân trong hình tướng con người nên có thể trò chuyện, chỉ dạy một cách trực tiếp. Đó là điểm rất thực tiễn. Giáo Pháp vô cùng quan trọng nhưng tự bản thân Giáo Pháp không thể chỉ dẫn trực tiếp cho bạn được, bởi vậy bạn sẽ không thể chứng ngộ được Giáo Pháp Tôn quý, bạn không thể tiếp xúc với Thượng sư bên trong. Thượng sư bên trong vẫn hiện hữu ở đó nhưng bạn khó có thể khai triển được Thượng sư bên trong. Bởi vậy điều rất thực tế và vô cùng quan trọng trước hết là Thượng sư bên ngoài. Thượng sư bên ngoài trực tiếp chỉ dạy cho bạn, giúp cho bạn tiếp xúc được với Thượng sư bên trong. Thông qua Thượng sư bên trong, bạn có thể chứng đạt được Thượng sư bí mật. Bởi vậy điều quan trọng trước hết là phải được hạnh ngộ và nhận sự hướng đạo trực tiếp từ Thượng sư bên ngoài. Trong Kim Cương Thừa, Thượng sư bên ngoài không chỉ là người phạm tình thông thường. Đôi khi chúng ta

không tin tưởng điều đó và nghĩ rằng Ngài cũng chỉ như một người phàm trần thông thường. Không! Chúng ta nên luôn giữ một niềm tin kính rằng Ngài là hoá thân của tất cả Chư Phật, chư đại Bồ tát, của Giáo Pháp và tăng già. Có nghĩa rằng Ngài là biểu trưng cho vũ trụ, giống như sáng nay tôi vừa nói, mandala biểu trưng cho toàn bộ vũ trụ. Tương tự như vậy, Thượng sư biểu trưng cho tất cả vũ trụ. Pháp thực hành GuruYoga thực sự có nghĩa là như vậy. Thuật ngữ Yoga bắt đầu từ chữ "Yog", có nghĩa là Hợp nhất. Hợp nhất tất cả tinh túy vũ trụ. Chúng ta những đệ tử của Phật, chúng ta hãy luôn giữ một niềm tin kính rằng Thượng sư chính là hợp nhất tinh túy của vũ trụ. Đó là chân lý cứu kính hay Pháp cứu kính.

Bởi vậy, Thượng sư là trọng điểm của Kim Cương Thừa. Trong quan kiến của mình, bạn không bao giờ được coi Thượng sư chỉ là một con người phàm trần. Thượng sư là toàn thể vũ trụ. Đó là Yog, đó là thông điệp chính của Yog, Yoga hay Guru Yoga. Đó là Giáo Pháp bạn phải thực hành. Đối với một hành giả chân chính, một sự thực hành như vậy chưa bao giờ là quá muộn. Bởi vậy chúng ta hãy thực hành để chứng ngộ được đâu là thực tại chân thật của Guru. Đó chính là vũ trụ. Con đường của Yoga là như vậy. Yoga có nghĩa là sự thực hành, sự hợp nhất - hợp nhất toàn bộ vũ trụ. Thực hành GuruYoga sẽ giúp ta chứng đạt được cảnh giới hợp nhất đó. Điều này rất quan trọng và cũng được luận giải giống như phần luận giải mandala. Nhưng tất nhiên ở đây có một điểm khác biệt nhỏ. Thượng sư hiện thân trong hình tướng con người nên Ngài có thể chia sẻ, hướng đạo, chỉ dạy chúng ta. Nếu so sánh về mặt bản thể với mandala thì Thượng sư mang tính động hơn, còn mandala thì mang tính tĩnh hơn, chủ yếu là đối tượng cho sự thiền quán của hành giả.

Bàn về Yoga. Có nhiều loại Yoga. Yoga không chỉ có một mà có hàng triệu sự luận giải, có hàng triệu yoga chúng ta có thể bàn. Nhưng yoga mà chúng ta đang bàn tới là Yoga về trí tuệ và tâm từ bi. Hai loại Yoga này thực ra chỉ là một khi ta đàm luận về Yoga. Sự hợp nhất của hai Yoga này là điều chúng ta cần thực hành trong Kim Cương Thừa. Mặc dù có nhiều loại thực hành khác nhau nhưng chủ yếu tập trung vào hai phẩm hạnh từ bi, trí tuệ và sự hợp nhất của hai phẩm hạnh này.

Hợp nhất tất cả vũ trụ về mặt thực tiễn mà nói rất cần được thực hành trong đời sống thường nhật. Chúng ta luôn sẵn sàng rộng mở tâm mình, hướng tới mọi người và sẵn sàng kết nối với mọi người khác, với chúng sinh khác bằng sự hiểu biết, tâm từ bi và những hành động lợi tha. Đây là tâm yếu của pháp thực hành Yoga.

Đây là Yoga thực hành không chỉ vì lợi ích phát triển cá nhân hay sự phát triển tâm linh cá nhân của riêng một ai. Pháp tu này rất phù hợp và thiết thực trên thế giới này, giúp chúng ta sống một cách hòa bình, sống hòa thuận cùng nhau. Lấy ví dụ:

nếu bạn không phải là người có trái tim rộng mở, bạn sẽ không thể sống với người khác một cách thuận hòa bởi bạn không hiểu và sẽ luôn nhìn thấy những lỗi lầm ở nơi họ. Để có thể sống một cách hòa thuận, an lạc và thành công, chúng ta cần phải thực hành để có thể hợp nhất toàn bộ vũ trụ. Đó là Yoga hay phương pháp giúp chúng ta hợp nhất với vũ trụ cũng chính là với Thượng sư. Chúng ta sẽ nhận được sự gia trì của Thượng sư. Vậy sự gia trì là gì, đâu là sự gia trì của Thượng sư? Đó chính là Giáo Pháp được ban từ Ngài và sự thành tựu tu tập của bạn về Thượng sư. Nếu nhận được sự hướng đạo từ Thượng sư thì đó chính là Giáo Pháp và sự gia trì và cũng là phương pháp thực hành duy nhất để bạn có thể hợp nhất toàn bộ vũ trụ. Đó là xét về mặt thực tiễn bạn đang thực hành Yoga, không chỉ là trì tụng mà thực sự là thực hành Yoga. Hãy để cho tất cả sự thực hành cùng hợp nhất với nhau. Có thể các bạn không biết tiếng Tạng nhưng nghi quỹ đã được dịch sang tiếng Việt. Bởi vậy các bạn hãy trì tụng và cố gắng hiểu nghĩa lời đã được dịch.

Tiếp đến chúng ta tiến hành đỉnh lễ, cúng dường mandala và thực hành sám hối và thỉnh cầu tất cả Đạo sư, Chư Phật, Bồ tát trường thọ và thỉnh cầu các ngài ban Giáo Pháp giải thoát tới cho chúng ta. Cuối cùng là hồi hướng công đức.

Đỉnh lễ kết thúc tiếp tới phần cúng dường mandala. Cúng dường và đỉnh lễ là hai phần cùng nhau. Cúng dường, đỉnh lễ đều là pháp thực hành để giảm thiểu bản ngã, xét từ phương diện thân vật lý. Đỉnh lễ thân và cúng dường lên Chư Phật, chư Bồ tát, biểu trưng cho Chư Phật, chư Bồ tát và Thượng sư bên ngoài.

Và cúng dường giúp bạn tích lũy công đức. Chúng ta nghèo đói bởi vì chúng ta không cúng dường, chúng ta chỉ không ngừng khư khư giữ cho mình, bởi vậy chúng ta nghèo khó. Và bây giờ chúng ta là những người giàu có, bởi vì chúng ta đã cúng dường, có thể trong đời này hay những đời trước. Bởi vậy chúng ta rất giàu có lúc này. Không chỉ giàu có trong đời này mà chúng ta đang bàn tới mà sự giàu có cũng ở đời kế tiếp và nhiều đời kế tiếp. Không chỉ là sự giàu có về vật chất mà cả sự giàu có về mặt tinh thần, tâm linh. Sự giàu có về mặt tinh thần vô cùng quan trọng. Sự giàu có của thân vật chất, sự thực hành và của tâm, tất cả là kết quả của cúng dường. Cúng dường cũng không chỉ nhất thiết là những phẩm vật mà bạn cúng dường lên Thượng sư, Chư Phật, chư đại Bồ tát hay lên Tăng già, có thể thậm chí cúng dường lên cả chúng sinh, những chúng sinh nghèo khó, những người đang phải chịu đau khổ trên đường phố, thiếu đồ ăn thức uống, họ là những thành phần khác nhau của đời sống, và đang khổ đau vô cùng. Chúng ta cúng dường lên họ thực phẩm, thức ăn, quần áo, thuốc men... mang lại cho họ nguồn lực để sống. Bởi vậy tất cả những phần này đều bao gồm trong sự thực hành phần cúng dường.

Có ba loại cúng dường, đó là cúng dường Pháp, và một loại khác là cúng dường sự hộ trì, có nghĩa là mang lại tất cả nhu cầu, bất kể những gì bạn thấy chúng sinh cần, bạn cúng dường để bảo vệ cuộc sống của họ. Việc làm này mang lại sự hộ trì cho họ. Loại thứ ba là mang lại cho chúng sinh những nguồn lực trợ giúp khác, không nhất thiết là sự hộ trì mà có khi chỉ là một phẩm vật nhỏ. Ví như một đứa trẻ muốn một đồ chơi, không cần thiết cho đứa trẻ lắm nhưng đứa trẻ đó muốn, tất nhiên chúng ta đưa cho bất kỳ thứ gì chúng muốn. Bởi vậy chỉ là một đồ chơi nhỏ như vậy thôi nhưng cũng là sự cúng dường.

Như vậy có ba loại cúng dường. Thứ nhất là cúng dường Pháp, thứ hai là cúng dường sự hộ trì – cúng dường những thứ họ cần và thứ ba là cúng dường những gì họ mong nguyện. Cúng dường cũng là một trong những pháp thực hành hiệu quả nhất mà chúng ta cần ngày nay, thực sự cần thiết trong thời đại này. Rất cần thiết trong thời đại này bởi vì thời đại này chúng ta luôn giữ tất cả mọi thứ chỉ cho bản thân mình. Chúng ta không thể mở rộng lòng mình, giang rộng đôi cánh tay của mình tới mọi người.

Hãy rộng mở lòng mình ra bên ngoài hơn là khép kín lại! Chúng ta hãy giang rộng đôi cánh tay của mình để có thể chia sẻ tới mọi người và thực hành Bồ đề tâm. Đây là nguyên lý chính của thực hành Pháp Guru Yoga.

Tiếp đến là phần sám hối. Chúng ta cần sám hối. Mặc dù nhiều người trong chúng ta nghĩ rằng mình không phạm bất kỳ một lỗi lầm nào, mình hoàn toàn thanh tịnh, không nhất thiết phải sám hối. Nhưng về mặt tâm linh, chúng ta phải sám hối. Do bởi vô minh sâu dày nên chúng ta đã phạm rất nhiều lỗi lầm trong đời này. Bởi vậy, điều quan trọng của sự thực hành là sám hối. Chúng ta sám hối trước chân lý cứu kính, trước tất cả mọi người, và thực sự trước chính bản thân bạn. Bản thân bạn sẽ là "người thầy cuối cùng", người sẽ răn dạy cho bạn và giữ cho bạn không phạm phải những điều ác và bất kỳ sự tích lũy tiêu cực nào.

Tiếp đến là phần thực hành chính. Chúng ta phải quán tưởng bản thân và tụng những bài kệ trong phần nghi quỹ liên quan theo giai điệu. Trì tụng theo giai điệu cũng quan trọng bởi vì có thể làm tâm thức của bạn thăng hoa. Đây là một phần rất quan trọng trong khóa thực hành. Tiếp đến, xin bạn cùng tụng phần triệu thỉnh trong nghi quỹ.

Có sự khác biệt giữa Kinh Thừa và Kim Cương Thừa trong phương pháp thực hành Pháp Quan Thế Âm. Trong Kim Cương Thừa, với phương pháp của Guru Yoga, chúng ta trì tụng triệu thỉnh, trì tụng thần chú đồng thời với việc quán tưởng Bồ tát Quan Thế Âm là Căn bản Thượng sư. Thượng sư bất khả phân với đức Bồ tát Quan Thế Âm. Bởi vậy cần phải nhất tâm theo một sự quán tưởng sinh động,

sắc nét và sự quán tưởng đó phải là sự nội chứng, xuất phát từ bên trong. Cần phải phát triển từ bên trong tâm chứ không phải từ đối tượng bên ngoài. Triệu thỉnh và cầu nguyện, chỉ cầu nguyện và thỉnh cầu sự gia trì. Đó là cách thức tu tập phổ biến. Nhưng cách thức thực hành siêu việt lại hoàn toàn khác. Hành giả không khởi tâm mong cầu sự gia trì. Khi quán tưởng, nếu chúng ta khởi tâm mong cầu quá nhiều thì sẽ rất dễ rơi vào làm lạc. Đôi khi bạn sẽ rất dễ mệt mỏi và thoái thất bởi vì bạn mong cầu quá nhiều. Thực hành như vậy rất dễ khởi tâm phân biệt, ta - người, được - mất...Đó không phải là phương cách thực tiễn trong sự thực hành. Bởi vậy thay cho liên tục cầu nguyện và mong cầu, chúng ta hãy lắng tâm, để cho tâm thức mình an định kết hợp với quán tưởng về Bản tôn một cách sắc nét, rõ ràng và sinh động. Quán tưởng phải xuất phát từ trong tâm, từ sự nội chứng và trạng thái thiền định của tâm không bao giờ tách rời hay xa rời với đời sống của bạn. Đời sống của bạn luôn luôn được tập trung trong thiền định.

Đó là phương pháp thiền Samadhi hay Vipassana, bạn có thể gọi là tiến trình phát triển thiền định trong Kim Cương Thừa. Dù cho bạn có thể sử dụng bất kỳ tên gọi nào, tiến trình đó cần được tập trung hoặc cần được sử dụng là pháp thực hành chính khi trì tụng thần chú.

Theo cách thực hành thông thường, bất kỳ khi nào chúng ta tụng danh hiệu Đức Phật hay trì tụng thần chú, chúng ta luôn luôn khởi tâm thỉnh cầu. Có quá nhiều sự thỉnh cầu và như vậy thậm chí chúng ta có thể làm Chư Phật mệt mỏi! Có thể lắm chứ bởi vì chúng sinh vẫn mong cầu một đối tượng bên ngoài thay vì thực hành chuyển hoá chính tâm mình. Bởi vậy đó không phải là cách thực sự thực tiễn. Việc thực hành với tâm mong cầu, tất nhiên đôi khi cũng cần thiết bởi vì chúng ta cũng rất cần sự hộ trì để có được sức khoẻ, sự sang giàu không phải chỉ cho bản thân mình mà còn cho người khác, cho chúng sinh khác. Chúng ta cần sự trợ giúp, rất nhiều sự trợ giúp, và chúng ta cần cầu nguyện. Cách thức tu tập như vậy rất phổ biến, đặc biệt trong Kinh thừa. Nhưng thực sự thì chúng ta cần thiền quán nhiều hơn, thiền quán xuất phát từ sự nội chứng bên trong tâm mình và an trụ trong bản chất tự nhiên của mình. Sự gia trì xuất phát từ nội chứng bên trong bản tâm chứ không phải từ một đối tượng phân biệt bên ngoài. Điều này rất quan trọng. Hãy an trụ trong tự tính tâm của mình. Đó là điều chúng ta gọi là tâm chí thành, tâm chí thành tuyệt đối, tâm từ bi tuyệt đối, tình yêu thương tuyệt đối và Bồ đề tâm tuyệt đối.

Bây giờ xin các bạn gỡ tiếp phần quán tưởng liên quan trong nghi quỹ. Hãy quán tưởng tự thân là đức Bồ tát Quan Thế Âm. Cách thức quán tưởng này phù hợp và hiệu quả hơn quán tưởng Ngài là một đối tượng bên ngoài và bạn cầu nguyện sự

gia trì của Ngài từ bên ngoài. Cách thức tu tập coi Ngài là một đối tượng bên ngoài không phải là tuyệt đối và cũng không phải là cách thức tu tập duy nhất.

Đối với pháp thực hành Quan Thế Âm, chúng ta hãy quán tưởng tự thân là đức Bồ tát Quan Thế Âm. Sau đó quán tưởng phía trên đỉnh đầu mình là Đức Phật A Di Đà. Ngài là đối tượng chính của tâm từ bi, đối tượng chính của tình yêu thương. Bởi vậy, hãy quán tưởng Đức Phật A Di Đà ở phía trên đỉnh đầu của bạn.

Hãy an trụ trong bản chất tâm bất nhị của mình, không tư duy, không phản ứng, hãy để tâm mình trong trạng thái thiền định càng lâu càng tốt.

Tiếp đến là khóa lễ Ganachakra. Các bạn sẽ nhận được sự gia trì trong khóa lễ Ganachakra. Vậy Ganachakra thực sự có nghĩa là gì? Tôi có luận giải điều này ở một vài nơi mà tôi vừa viếng thăm. Tuy nhiên tôi vẫn muốn chia sẻ thêm một lần nữa rằng Ganachakra không chỉ là khái niệm trong Kim Cương Thừa mà rất phổ biến trong các thừa khác. Nghĩa thực của Ganachakra chính là trí tuệ và tâm từ bi trong Kinh thừa hay đó chính là Bồ đề tâm. Trong Kim Cương Thừa gọi là Ganachakra. Đó là phương thức bạn sống được định hướng bởi tình yêu thương và trí tuệ hiểu biết.

"Gana" biểu trưng cho sự hợp nhất của tri thức, của sự giác ngộ và trí tuệ nội chứng. Đó là nghĩa của Gana. Và "Chakra" là hành động, hành động dựa trên nền tảng sự hiểu biết, hành động trên sự giác ngộ và trí tuệ nội chứng được phát triển. Mục đích chính là hành động dựa trên tình yêu thương, tình yêu thương được thể hiện và tương tác với người khác, với tất cả chúng sinh khắp nơi trên vũ trụ này. Đó là nghĩa Gana và Chakra.

Chúng ta phân phát phẩm vật trong Ganachakra và quý vị có thể thọ dụng các phẩm vật đó. Bởi các phẩm vật ăn được biểu trưng cho tình yêu thương và hành động, đó là Gana, còn các phẩm vật uống được biểu trưng cho trí tuệ, đó là Chakra. Trí tuệ và tình yêu thương luôn luôn hợp nhất cùng nhau. Đó là phần chính yếu trong bất kỳ pháp thực hành Kim Cương Thừa nào.

Chư Tăng ni sau đây sẽ phân phát các phẩm vật Ganachakra tới mọi người.

Chúng ta đã hoàn thành nghi quỹ đức Bồ tát Quan Thế Âm. Đây là Pháp cần được thực hành liên tục hàng ngày, thực hành pháp này sẽ vô cùng lợi lạc và mang lại cho bạn sự tự tin khi làm bất kỳ việc gì, đặc biệt là việc thực hành tình yêu thương và lòng bi mẫn. Bởi vậy, hãy kết hợp với những phương pháp của Kim Cương Thừa khi trì tụng thần chú đức Bồ tát Quan Thế Âm.

Và bây giờ hãy cùng trì tụng danh hiệu Bồ tát Quan Thế Âm như các bạn vẫn thực hành theo truyền thống Đại Thừa (Nam mô Bồ tát Quan Thế Âm)

Cuối cùng, tôi muốn gửi lời tri ân tới Ban tổ chức, các cơ quan ban ngành, đặc biệt là Giáo hội Phật giáo tỉnh Lâm đồng, chư Đại đức Tăng ni đã tham dự khóa lễ ngày hôm nay. Sự hiện diện của quý ngài là sự sách tấn to lớn cho chuyến viếng thăm và chia sẻ Giáo Pháp của chúng tôi. Tôi cũng xin chân thành gửi lời tri ân tới chư Đại đức, Tăng ni đặc biệt tới vị Trụ trì tự viện này là Thượng tọa Thích Viên Thanh đã nhiệt thành ủng hộ và trợ giúp cho chuyến viếng thăm. Tôi cũng cảm ơn tới Tăng đoàn của tự viện, tất cả các thiện trí thức, Phật tử đã trợ giúp cho chuyến viếng thăm và lễ quán đảnh được thành tựu viên mãn!

---o0o---

### **Bồ Tát Quan Thế Âm – hợp nhất của Từ bi & Trí tuệ vũ trụ**

(Giảng pháp và ban gia trì Quan Thế Âm tại Chùa Quan Thế Âm, Ngũ Hành Sơn, Đà Nẵng ngày 02-03.3.2010)

*Ngày 02.03, Đức Pháp Vương Gyalwang Drukpa đời thứ XII và Tăng đoàn Truyền thừa quang lâm chùa Quan Âm, Ngũ Hành Sơn, Đà Nẵng, tiếp tục hoạt động Phật sự của Ngài tại nơi linh địa miền Trung.*

*Lễ hội Quan Thế Âm là một trong 15 lễ hội văn hóa du lịch tâm linh cấp quốc gia. Năm nay lễ hội được tổ chức đặc biệt quy mô. Ban tổ chức hoan hỉ cung nghinh sự quang lâm đầy cát tường của Đức Pháp Vương Gyalwang Drukpa, hóa thân chân thật của Đức Bồ Tát Quan Thế Âm, hiển hiện nơi đây để ban ân phúc gia trì, cử hành các khóa lễ cầu nguyện quốc thái dân an và ban truyền Giáo Pháp trân quý tới toàn thể đại chúng.*

*Dưới đây là toàn văn phần giảng pháp của Ngài trong Pháp hội ngày 02.03:*

Hôm nay tại chùa Quán Âm, chúng tôi truyền quán đảnh gia trì về Đức Phật A Di Đà và Bồ Tát Quan Thế Âm. Nói về sự gia trì là nói đến trí tuệ, đến từ bi. Nếu không có trí tuệ, không có từ bi thì không có Bồ Tát Quan Thế Âm. Chúng ta thường nghĩ rằng Đức Quan Thế Âm là một vị thiên nữ hay một nữ thần. Đó là cách suy nghĩ sai lầm. Ngài không phải là một nữ thần, cũng không phải là một thiên nữ, thậm chí không phải chỉ duy nhất thuộc về Phật giáo. Ngài là trí tuệ vũ trụ, tình thương vũ trụ. Giáo lý của đạo Phật luôn luôn đề cập đến từ bi và trí tuệ, trí tuệ bình đẳng, tình thương vô điều kiện. Đó cũng là tình thương mà tất cả mọi người, tất cả mọi loài đều có, ngay cả một con chó, một con chim hay một con mèo cũng đều có. Nhưng chúng ta muốn nó chuyển thành tình thương bình đẳng, không có sự ngăn chia tình thương giữa các chúng sinh với nhau. Tình thương này không

phải chỉ dành riêng cho loài người, cho những người mình yêu mến, mà tình thương yêu này cần được bình đẳng ban trải khắp mọi loài. Chúng ta không có trí tuệ nên tình thương yêu vô cùng hạn hẹp. Nếu chúng ta có trí tuệ thì tình thương yêu sẽ rộng lớn như hư không. Bởi vì tình thương yêu nguyên thủy vốn là năng lượng vũ trụ. Tình thương này không thể đo lường được, chúng ta cũng không thể đo lường được tình thương này. Tình thương này là một món quà tự nhiên sẵn có từ vô thủy cho đến ngày nay, đó chính là chân lý mà Đức Phật Thích Ca đã dạy. Ngài đã chứng ngộ được tình thương vô hạn này. Còn chúng ta không có tình thương rộng lớn đó bởi vì chúng ta không có trí tuệ, vì thế chúng ta cần trường dưỡng trí tuệ để có được tình thương yêu chân thực.

Có thể so sánh trí tuệ giống như một cái ống nhôm, nếu bạn có một cái ống nhôm nhỏ hẹp thì bạn chỉ có thể nhìn thấy một chút bầu trời. Điều đó không có nghĩa là bầu trời nhỏ như bạn nhìn thấy. Giống như thế, nếu trí tuệ chúng ta nhỏ hẹp thì tình thương yêu cũng sẽ hạn hẹp. Bởi vậy những gì chúng ta làm thường không hợp với tự nhiên, chúng ta sát sinh, ăn thịt, ngược đãi mọi loài. Chúng ta luôn luôn chỉ nghĩ đến bản thân mình, luôn muốn mình được may mắn, hạnh phúc và không bao giờ nghĩ về hạnh phúc, lợi ích của người khác. Đó là lý do tại sao tôi nói tình thương hạn hẹp. Tình thương hạn hẹp bởi trí tuệ hạn hẹp. Là những người Phật tử, chúng ta hãy đừng bao giờ làm tổn hại bất kỳ ai trên thế giới này, thậm chí cả những côn trùng nhỏ nhất chúng ta cũng không được sát hại. Nếu bạn không quan tâm, không thương xót, mà cứ làm việc sát hại thì chúng ta không phải là người thực hành Giáo Pháp của đức Phật một cách chân chính. Đạo Phật là trí tuệ, là sự thực hành tình thương yêu. Đạo Phật không phải là một tôn giáo thờ phụng các vị thần thánh hay thiên đế...mà chỉ tôn thờ từ bi và trí tuệ. Bởi thế, chúng ta cần đặt trọn niềm tin kính vào Bồ Tát Quan Thế Âm. Tại sao vậy? Bởi vì trong kinh điển khi đức Phật Thích Ca nói về Đức Quan Thế Âm, Ngài dạy rằng: Bồ Tát Quan Thế Âm là hiện thân của sự kết hợp trọn vẹn giữa từ bi và trí tuệ. Khi chúng ta nói về sự gia trì của đức Quan Thế Âm tức là chúng ta mong nguyện được sự gia trì, để có được trí tuệ rộng lớn như toàn vũ trụ. Khi chúng ta có được trí tuệ vũ trụ này thì chúng ta sẽ có tình thương yêu vô hạn một cách nhậm vận tự nhiên. Đó là lý do chúng ta mong cầu sự gia trì từ Bồ Tát Quan Thế Âm. Khi có được sự gia trì này bạn có thể có thành tựu rất nhiều mong nguyện một cách tự nhiên. Bạn có thể có tiền bạc, tất cả sự hài lòng, cuộc sống đầy đủ vật chất, sức khỏe, giàu có, và trường thọ...bất kỳ điều gì bạn mong muốn sẽ đều đến. Mặc dù sự gia trì chính mà bạn mong nguyện là trí tuệ vũ trụ, nhờ có trí tuệ này chúng ta sẽ đạt được tình thương vô lượng. Tình thương này là sự gia trì lớn nhất thế giới mà chúng ta có thể mong nguyện. Như thế trí tuệ giống như cửa sổ, cái cửa sổ rất quan trọng để đón nhận ánh sáng chiếu vào phòng. Căn phòng sáng hay tối hoàn toàn phụ thuộc vào cửa sổ, không phụ thuộc vào mặt trời bởi vì mặt luôn chiếu sáng, ánh sáng mặt trời luôn có đó nhưng nếu



đóng kín thì căn phòng sẽ tối suốt ngày. Tương tự như vậy trí tuệ là quan trọng nhất trong tất cả! Cho dù bạn có tình thương, sự gia trì của tình thương, sự gia trì để có được sức khoẻ, của cái... bất kỳ sự gia trì nào mà bạn mong đợi sẽ sẵn ở đó nếu bạn cố gắng phát triển cửa sổ trí tuệ.

Chiều nay chúng tôi sẽ làm lễ cầu siêu, bởi tôi được biết ở đây đã từng xảy ra những trận bão lớn và có rất nhiều người chết. Chúng tôi sẽ có khóa lễ cầu nguyện để giúp những cô hồn vất vưởng được siêu thoát, chúng ta sẽ cùng nhau thực hành khóa lễ chiều nay vào lúc 3 giờ, nếu các vị có những người thân của mình mất thì hãy viết tên gửi ảnh để chiều nay chúng tôi cùng cầu nguyện.

Trước khi vào buổi lễ cầu siêu, chúng ta cùng Quy y Phật A Di Đà và phát Bồ đề tâm. Quy y và Phát Bồ đề tâm là hai phương diện quan trọng của một hành giả thực hành Kim Cương Thừa, Đại Thừa. Chúng ta cùng phát nguyện thọ trì thực hành giới nguyện Bồ tát.

Những quý thân, cô hồn vất vưởng không thể thọ Bồ tát giới và Quy y giới hôm nay, bởi vì họ đã chết cho nên họ có thể đến đây để nghe chúng ta thực hành. Chúng ta có mặt ở đây để nâng đỡ cho những người chết, giúp cho họ Quy y, phát Bồ đề tâm và chứng đạt giải thoát. Bồ đề tâm thực nghĩa là trí tuệ và tình yêu thương. Nếu chúng ta không có tình yêu thương thì Bồ đề tâm không thể trợ giúp được bất kỳ ai, ngay cả chính bạn. Bạn không thể giúp chính mình. Bởi vậy bạn rất cần phát triển trí tuệ và từ bi để trợ giúp mình và tất cả chúng sinh. Nếu chúng ta muốn trợ giúp ai đó, hay chúng sinh nào đó, thì chúng ta phải có Bồ đề tâm tức là trí tuệ và từ bi. Bây giờ xin quý Phật tử hãy lắng nghe và duyên theo để cầu siêu cho các cô hồn vất vưởng được siêu thoát Tây phương

*Chương trình lễ hội ngày 03 tháng 4 bắt đầu từ 6h30 sáng với sự tham gia của Chư tôn hòa thượng giáo phẩm lãnh đạo Giáo hội Phật giáo Việt Nam, Ban trị sự Giáo hội Phật giáo thành phố Đà Nẵng, Tăng đoàn Drukpa do Ngài Drubpon Ngawang Tenzin, Trưởng đại diện Truyền thừa Drukpa tại Châu Âu dẫn đầu, Đại biểu chính quyền các cấp và hàng chục ngàn Phật tử, thiện hữu trí thức từ khắp các miền Tổ quốc cùng về vân tập. Trong không khí lễ hội hân hoan và tràn đầy đạo vị là phần trình bày các nghi lễ truyền thống như lễ rước kiệu, múa lân, múa rồng, lễ khai kinh, cầu nguyện Quốc thái dân an, giảng pháp về Bồ Tát Quan Thế Âm. Cũng trong sáng 3/4, Ban tổ chức khai mở bức tranh ngọc đá “Chùa Một cột” và bức “Thiên Long Việt đồ” độc nhất vô nhị được kiến tạo với một nghìn con rồng vàng kiêu dáng khác nhau, sắp xếp theo bản đồ Việt Nam do các nghệ nhân dân gian dày công thực hiện. Điểm nhấn của chương trình Lễ hội buổi sáng là lễ*

khởi công động thổ xây dựng chùa Ngọc Thạch, ngôi chùa bằng đá ngọc được kiến lập trên diện tích gần 4.200m<sup>2</sup>, ngự trên một tòa sen 5 cánh tượng trưng cho thuyết Ngũ Hành của dịch lý Đông Phương, tương ứng với danh thắng Ngũ Hành Sơn - Non Nước.

Vào hồi 9h, Đức Pháp Vương thăng tòa. Ngài cử hành khóa lễ khai đàn cầu nguyện Quốc thái dân an, cho phép các Đại đức Tăng Truyền thừa một lần nữa phô diễn vũ điệu Kim Cương Thừa thiêng liêng gieo hạt giống giải thoát và đưa tâm thức khán chúng vào cảnh giới thiền định rộng lớn vô biên của tâm giác ngộ. Tiếp theo là màn trình diễn đầy truyền cảm của khúc Kim Cương Thừa Chứng đạo ca. Giọng ca mạnh mẽ, hào hùng, trang nghiêm, thanh bình và tràn đầy năng lượng giác ngộ và Vũ điệu Kim Cương của hành giả Truyền thừa giúp chuyển dịch năng lượng nơi thân tâm, và tiêu trừ những phiền não tiêu cực ám chướng cho những ai có phúc duyên thưởng ngoạn.

Buổi chiều là phần giảng pháp quan trọng và rất tỉ mỉ về Đức Bồ Tát Quan Thế Âm, Bồ tát Đại Từ Đại Bi với hạnh nguyện vô lượng vô ngã độ sinh bao trùm khắp pháp giới. Trong thời pháp, Đức Pháp Vương một lần nữa nhấn mạnh về khía cạnh tâm linh không tôn giáo của Đạo Phật, vốn là triết học vĩ đại về chân lý vũ trụ với mục đích mang lại cho con người một nhân sinh quan và điều kiện sống mạnh khỏe, bình an, giúp trưởng dưỡng hạnh phúc chân thực, bền vững nơi mỗi người và lợi ích cho hết thảy chúng hữu tình. Giáo lý Đức Phật Thích Ca từng tuyên thuyết từ 2.500 năm trước giờ vẫn còn nguyên giá trị nhiệm màu, hướng đạo cho con người tìm về với tự tính tâm nguyên sơ, trong sáng của chính mình.

Dưới đây là bài giảng của Ngài trong Pháp hội ngày 03.03.2010 tại chùa Quan Thế Âm, Ngũ Đài Sơn, Đà Nẵng:

Hôm nay là một ngày vô cùng đặc biệt, ngày vía của Bồ Tát Quan Thế Âm. Tôi thấy rằng nơi đây là một nơi vô cùng đặc biệt, với những núi đồi rất linh thiêng gắn liền với sự tích Bồ Tát Quan Thế Âm, vị Bồ tát tượng trưng cho trí tuệ và tình yêu thương. Bởi vậy chúng ta cần biết về tầm quan trọng, để phát triển Bồ đề tâm, phát triển trí tuệ, phát triển tình yêu thương. Trước tiên, tôi xin chân thành cảm niệm công đức của Ban tổ chức, đã mời tôi tới đây, để chia sẻ Giáo Pháp với tất cả các Phật tử hiện diện nơi đây. Đó là cơ hội hiếm có để chúng ta trao đổi những kiến thức, trí tuệ, từ bi, tình yêu thương là những điều rất cần thiết trong cuộc sống. Trong thời đại ngày nay con người đang dần dần thiếu trí tuệ và tình yêu thương, vì thế chúng ta cần phải cố gắng phát triển những phẩm hạnh này. Tất cả chúng ta cần trao đổi để tìm ra biện pháp, làm thế nào phát triển trí tuệ, phát triển tình yêu thương. Hiện nay trí tuệ và tình yêu thương đang bị suy đồi và thoái hoá trên thế giới này, cho nên chúng ta phải nỗ lực rất nhiều, cố gắng rất nhiều như thực hành các buổi lễ cầu nguyện, quán định, gia trì và lắng nghe Giáo Pháp, để biết cách tìm

lại trí tuệ và tình yêu thương nơi chính mình, ban trải hạnh phúc đến cho mọi người.

Cuộc sống của chúng ta đầy rẫy những thăng trầm, lúc thịnh, lúc suy. Ví dụ, đất nước Việt Nam đã trải qua bao thảm kịch của chiến tranh khốc liệt, khó khăn vất vả mưu cầu đời sống, nhưng ngày nay mọi chuyện đã qua, đất nước đang dần phát triển, nhân dân đang bắt đầu có hạnh phúc. Tất cả những thăng trầm đều là một phần trong cuộc sống của chúng ta. Những khó khăn của cuộc sống đang dạy cho chúng ta, cần được trải nghiệm như những bài học quý giá, nếu biết đón nhận sẽ không gặp lại những loại khó khăn như thế nữa. Trong đời này và đời sau chúng ta không muốn gặp khó khăn, nên chúng ta cần học hỏi tìm hiểu xem nguyên nhân những khó khăn này từ đâu tới, cách học như thế là một phần chính của Phật giáo. Hướng dẫn chính của đức Phật là học hỏi kinh nghiệm từ quá khứ, thực hành trong hiện tại để cải thiện tương lai, đó là triết lý của đức Phật. Đó cũng là Giáo Pháp căn bản từ Đức Quan Thế Âm, học hỏi những bài học kinh nghiệm từ quá khứ, để hoàn thiện tương lai và trợ giúp cho tương lai tốt đẹp hơn. Muốn như vậy, chúng ta cần phải thực hành Giáo Pháp của đức Phật, để chuyển hoá trong cuộc sống hiện tại.

Chúng ta thường nghĩ rằng: đạo Phật là một Tôn giáo, là sự thờ phụng, chúng ta phải thờ cúng một ai đó, quan niệm như vậy là sai lầm, khi cho rằng đạo Phật là tôn giáo. Thực ra đạo Phật không phải là một Tôn giáo, đạo Phật luôn trợ giúp sự phát triển những phẩm hạnh trong cuộc sống của mỗi người. Những phẩm hạnh này cần được cải thiện, không phải chỉ về mặt tâm linh hay kỹ thuật thiền định, mà còn cần phải phát triển về cả khía cạnh thế giới vật chất. Ví dụ chúng ta xây dựng, phát triển thị trấn, ngôi làng của chúng ta, thì cần phát triển cả về văn hoá, sức khoẻ, y học... và tất cả mọi mặt khác trong cuộc sống. Cũng vậy Phật Pháp chính là cách giúp chúng ta phát triển cuộc sống của mình, cần phải hiểu rõ như thế. Nếu bạn coi đạo Phật như một Tôn giáo thì Đạo Phật chẳng có ý nghĩa giá trị gì, chúng ta cần thay đổi tri kiến này, cần phải hiểu đạo Phật thực sự nghĩa là gì?

Nói về Đức Quan Thế Âm, chúng ta luôn đề cao về lòng Từ bi hay tình yêu thương. Từ bi và Trí tuệ là hai đề mục quan trọng nhất mà chúng ta nhắc đến ở khắp mọi nơi, đặc biệt trong truyền thống Đại Thừa. Khi nói về đức Quan Thế Âm là nói đến sự kết hợp trọn vẹn của Từ bi và Trí tuệ, khi nhắc đến Từ bi và Trí tuệ tức là nói đến cuộc sống chúng ta cần cải thiện mỗi phút, mỗi giờ, mỗi ngày. Nhưng làm thế nào để có thể cải thiện phẩm chất cuộc sống của chúng ta? Đó là nhờ vào Trí tuệ, nhờ vào sự hiểu biết, chúng ta cần tư duy ngay những gì xảy ra trong hiện tại, trong quá khứ để thấy được sự thật. Đó là trí tuệ, trí tuệ là một trong hai khía cạnh của Bồ Tát Quan Thế Âm. Khi có trí tuệ thì tình yêu thương nhiệm vận sẽ xuất hiện, dẫn dắt những thiện hạnh yêu thương lợi ích cho mọi người, không chỉ cho đất nước của mình, mà cho tất cả mọi người trên thế giới. Ví dụ rất

những người sử dụng quạt khi trời nóng, như thế là người trí tuệ vì ít nhất họ cũng hiểu được rằng, chiếc quạt sẽ giúp họ làm giảm cơn nóng. Khi hiểu rằng quạt sẽ giúp bạn hết nóng, thì bạn sẽ tìm ngay một cái quạt, đó là hành động của trí tuệ hay tình thương yêu. Đây chính là cuộc sống chứ không phải Tôn giáo. Cũng như việc sử dụng quạt, bạn cải thiện cuộc sống của mình, làm cho nó dễ chịu, thoải mái hơn. Nếu không hiểu được điều này, bạn sẽ không biết cách nào làm hết cái nóng, và cứ phải tiếp tục chịu khổ từ cái nóng này sang cái nóng khác. Bởi vậy nếu không có trí tuệ, bạn sẽ mãi mãi chịu khổ đau trên thế giới này, chịu các loại khổ đau khác nhau thuộc thiên nhiên như lạnh rét, bão lụt, nạn cháy..., cùng với rất nhiều loại xúc tình phiền não bệnh hoạn khác nhau.

Chúng ta nói rằng: đạo Phật là một phương tiện, hay một tiến trình để phát triển đời sống của chính mình, nếu không có trí tuệ, phẩm chất cuộc sống của chúng ta rất nghèo nàn. Bởi thế chúng ta cần phát triển trí tuệ mỗi ngày, bằng cách tư duy từ những bài học trong cuộc sống thực tế, đây gọi là giáo lý của Phật hay Phật pháp. Điều này rất quan trọng, chúng ta cần đưa trí tuệ vào trong cuộc sống thực tế của chúng ta mỗi ngày, mỗi giờ, mỗi phút để thực sự chuyển hoá, cải thiện cuộc sống của chính mình ngày càng tốt đẹp hơn. Bởi thế đạo Phật không phải là Tôn giáo, mà chính là sự sống trọn vẹn tinh thức an lạc. Chúng ta cần nhớ Trí tuệ phải luôn dẫn đường cho tình yêu thương, nếu thiếu trí tuệ tình yêu thương sẽ bị sử dụng sai đường. Ví dụ rất nhiều người nói rằng họ thích sát sinh, họ cảm thấy rất vui khi giết các loài động vật, nên họ thường xuyên mổ cá, giết gà, giết lợn, và mỗi lần như thế họ vô cùng sướng khoái. Đó là tình thương đã bị sử dụng sai đường vì không có trí tuệ, đơn giản chỉ vì trí tuệ không được trường dưỡng. Nên họ đã sử dụng năng lượng của tình thương vào việc sát sanh, sử dụng năng lượng của tình yêu đem lại sự tàn sát cho thế giới, cho đất nước, hay cho ngôi làng mà mình đang sống. Bao nhiêu thảm kịch xảy ra, vì năng lượng của tình thương yêu bị sử dụng sai đường do không có trí tuệ, bởi thế chúng ta rất cần phát triển trí tuệ.

Chúng ta biết rằng năng lượng của tình yêu thương là năng lực mạnh nhất trên thế giới này, nhưng trí tuệ lại là thứ cần được phát triển nhất, dù bạn là người thuộc tôn giáo nào, đất nước nào, nói ngôn ngữ gì, bạn vẫn phải cần tìm cách phát triển trí tuệ, vì chỉ có trí tuệ là phương pháp chân chính duy nhất đem đến an bình, hạnh phúc, tiện nghi và tất cả sự chân thật trong cuộc sống của bạn, nên trí tuệ vô cùng quan trọng. Tôi xin nói lại một lần nữa khi sử dụng quạt, bạn cần phải hiểu rõ tác dụng của quạt, giúp loại bỏ cái nóng. Bạn cũng cần biết cái nóng từ đâu mà có, và phương pháp làm thế nào để cảm thấy thoải mái hơn, mát mẻ hơn, rồi bạn hiểu ra rằng giải pháp đang cần là sử dụng một cái quạt, sự hiểu biết này là trí tuệ, nó rất quan trọng. Nếu không có trí tuệ, có thể bạn sử dụng nhầm sang một cái máy sưởi chẳng hạn, thì khiến cho cái nóng càng tăng thêm. Tình thương yêu có năng lực nhất, nhưng nếu không có trí tuệ thì nó trở thành rất nguy hiểm. Bởi vậy trí tuệ là

điều quan trọng nhất, chính vì thế chúng ta cần nương tựa và thực hành về đức Quan Thế Âm, vị Phật của lòng từ bi. Ngài là sự kết hợp trọn vẹn của Trí tuệ và Từ bi.

Hôm nay, nhân dịp ngày vía Bồ Tát Quan Thế Âm, chúng ta nói về sự gia trì của Ngài. Sự gia trì của đức Quan Âm là bắt đầu thực hành lòng từ bi, bắt đầu thực tập đem tình yêu thương cho chúng sinh, cho đất nước, cho nhân dân. Chúng ta gọi sự “bắt đầu” này là ý nghĩa lễ thọ Quán đĩnh, bắt đầu cho phép chúng ta thực hành Pháp tu của Bồ Tát Quan Thế Âm, tức là bắt đầu thực hành để trưởng dưỡng trí tuệ, thực hành các hoạt động của tình yêu thương. Mỗi chúng ta có trách nhiệm phục vụ mọi người, phục vụ dân tộc của mình và mọi loài, trong đó có cả cây cối và các loại côn trùng, tất cả thiên nhiên cần phải được bảo vệ, cần được giữ gìn. Bởi vì nếu chúng ta hủy hoại thiên nhiên, hủy hoại môi trường, tức là chúng ta đang làm hại đất nước, làm hại nhân dân. Hủy hoại thiên nhiên, chúng ta sẽ tạo nên rất nhiều thiên tai, bão lụt, và các thảm họa khác, chỉ bởi vì chúng ta đã không biết bảo vệ thiên nhiên. Như thế trí tuệ và tình yêu thương luôn cần thiết, không phải chỉ cho mỗi cá nhân, mà còn cần được phát triển cho mục đích xây dựng một đất nước an bình hạnh phúc. Vì thế chúng ta cần sự gia trì của đức Quan Thế Âm, để phát triển Từ bi và Trí tuệ, với mục đích cải thiện và nâng cao cuộc sống của mỗi người. Như nếu không trồng cây gây rừng, thì chúng ta không có đủ oxy để sống mạnh khỏe. Bởi vậy chúng ta cần tránh phá hoại rừng, tôn trọng, bảo vệ cây cối và cố gắng trồng thêm cây nữa, cố gắng giữ gìn màu xanh càng nhiều càng tốt cho đất nước, cho tài sản của quốc gia, cũng như cho sức khỏe của tất cả mọi người. Đây gọi là thực hành các thiện hạnh yêu thương, trưởng dưỡng trí tuệ. Bởi vì chúng ta hiểu tầm quan trọng của việc bảo vệ môi trường, của việc trồng cây gây rừng, nên chúng ta cố gắng bảo vệ cây cối, trồng thêm nhiều cây, tôn trọng thiên nhiên, đó là những cách thực hành phát triển Trí tuệ và Tình thương, mà có thể gọi là bạn đang thực hành hạnh Quán Âm. Tôi vẫn thường nói rằng: đạo Phật không phải là một Tôn giáo, mà đạo Phật rất hợp với khoa học. Đức Phật Thích Ca nói về hai chân lý là chân lý tương đối và chân lý tuyệt đối (chân đế và tục đế), hai chân lý này cần phải được thực hành kết hợp song song. Không nên hiểu nhầm rằng: Ta chỉ cần thực hành chân lý tuyệt đối mà bỏ qua chân lý tương đối, đó không phải là thông điệp của đức Phật. Thông điệp của đức Phật là cần thực hành cả hai chân lý trong cuộc sống của chúng ta, đây là vấn đề rất quan trọng bạn cần phải hiểu. Đáng tiếc có nhiều Phật tử không hiểu điều này, họ nghĩ rằng đạo Phật chỉ là một Tôn giáo, quả là một ý tưởng sai lầm. Thật sự đạo Phật là một khoa học sống thực tế, tràn đầy hạnh phúc và an lạc, chính vì lý do đó, ngày nay mọi người trên thế giới, bắt đầu hiểu biết và ngưỡng mộ nhiều hơn về Phật giáo, như ở Tây phương, ở phía đông Châu Á, ở Úc và rất nhiều quốc gia khoa học phát triển, họ bắt đầu tìm hiểu giá trị Giáo Pháp của đức Phật, họ bắt đầu hiểu Giáo lý mà đức Phật Thích Ca đã

giảng dạy hơn hai nghìn năm trước, thực sự ý nghĩa chân lý rốt ráo là gì? Họ đã hiểu rõ thông điệp của đức Bản sư nên họ thực hành Giáo Pháp một cách thiết thực. Tại đất nước Việt Nam chúng ta có nền tảng căn bản Phật pháp đã tồn tại trên 2000 năm, vì vậy mỗi người dân Việt Nam nói chung và đặc biệt là những Phật tử, phải hiểu đầy đủ trọn vẹn ý nghĩa cao quý của Đạo Phật. Chúng ta cần phải nhận ra được con đường của Đạo Phật, giúp cho chúng ta đi bằng Trí tuệ Từ bi của chính mình.

Điều mà Tôi tha thiết mong mỏi mọi người, là hãy quay trở lại nhận lấy Tôn giáo của mình, nhận ra ý nghĩa đích thực của đạo Phật, để có thể đưa vào cuộc sống, áp dụng thực hành ngay hiện tại để trải rộng tình thương yêu, an bình cho chúng ta, cho xã hội và cho muôn loài. Nếu chúng ta có thể tiếp cận với Phật giáo một cách khoa học thực tế, thì đó là cách duy nhất phát triển đất nước, đem đến sức khỏe và vật chất dồi dào cho từng gia đình, sự hòa bình cho nhân loại và hạnh phúc cho xã hội. Theo chỗ hiểu biết của tôi, nếu chúng ta bảo thủ, cố chấp thì Tôn giáo sẽ không đem lại hòa bình, hạnh phúc mà còn gây ra rất nhiều rắc rối, điều này rất đáng buồn. Chỉ vì sự bảo thủ và cố chấp Tôn giáo một cách mù quáng, sẽ vô tình đem lại bao nhiêu thù hận chiến tranh cho cuộc đời. Cho nên chúng ta cần phải tiếp cận một cách hết sức khoa học với giáo lý của đức Phật.

Khi nói về Bồ Tát Quan Thế Âm, đức Phật của lòng Từ bi, chính là sự tượng trưng cho sự kết hợp trọn vẹn giữa Từ bi và Trí tuệ của loài Người, đó là lý do tại sao chúng ta thực hành hạnh Quán Âm. Trì chú và niệm danh hiệu đức Quán Âm, chúng ta sẽ dễ dàng có được sự phát triển Trí tuệ và Từ bi, vì thế pháp tu đức Quán Âm rất phổ biến, trong truyền thống Phật giáo Đại Thừa và Kim Cương Thừa. Thực hành theo hạnh của Ngài, giúp chúng ta sống một cách an bình, hạnh phúc và hòa hợp trong cuộc đời này. Bởi vì sự thực hành của chúng ta, chính là sự phát triển tình yêu thương và trí tuệ, như thế chúng ta mới thực sự là người theo hạnh Bồ Tát Quan Thế Âm. Đặc biệt tại nơi linh địa này là thánh địa của Bồ Tát Quan Thế Âm, tôi cũng được biết rằng toàn đất nước Việt Nam, rất nhiều người Việt Nam có thâm duyên và thực hành theo hạnh Bồ Tát Quan Thế Âm, tức là thực hành về Từ bi và Trí tuệ. Bởi vậy chúng ta nên tự hào về phúc duyên của mình, được hạnh ngộ tu tập theo Đức Quan Thế Âm, là một phúc duyên vô cùng hy hữu cần nên trân trọng. Chúng ta cũng nên tự hào được sinh vào đất nước Việt Nam, một đất nước có đức tin sâu sắc vào Bồ Tát Quan Thế Âm và thực hành theo hạnh Từ bi Trí tuệ của Ngài. Vì thế chúng ta thật sự trân trọng và tự hào được làm người Việt Nam. Tuy có hàng tỷ người trên thế giới này, nhưng mấy ai có được may mắn như chúng ta, những người có được sự gia trì của Ngài, có được hiểu biết về tầm quan trọng của cuộc sống, đặc biệt có nguồn cảm hứng thực hành các thiện hạnh yêu thương, hướng về tất cả mọi người, lợi ích gia đình và cho chính bản thân

mình. Số người này rất hiếm, chỉ khoảng một đến hai phần trăm dân số thế giới, nên chúng ta cần trân trọng phước đức mình đang có.

Trong truyền thống Kim Cương Thừa, câu chân ngôn OM MANI PADME HUNG là một phương pháp thực tập, để tiếp cận kết nối với Đức Quán Thế Âm, còn trong Đại Thừa thì phương pháp thực hành là trì tụng cầu nguyện đến danh hiệu của Ngài. Cả hai pháp này thực sự vẫn là trì danh hiệu của Ngài. Tên của Ngài tức là bản chất Tâm, trong sạch nguyên sơ của chính chúng ta. Trong câu chân ngôn OM MANI PADME HUNG thì "Mani" tức là kim cương, một loại ngọc như ý, còn "Padme" tức là hoa sen. Hoa sen là một loài hoa vô cùng trong sạch, vì nó mọc từ bùn nhưng không hề ô nhiễm bởi bùn tanh hôi. Nó tượng trưng cho sự thanh tịnh nguyên thủy của Tâm. Mặc dù Tâm chúng ta đang hiện hữu ở thân này, trên thế giới uế trước này, cùng vô số kiếp trôi lăn trong sáu đạo, nhưng bản chất Tâm của chúng ta, không hề bị nhiễm ô, vẫn hoàn toàn thanh tịnh như thuở nguyên sơ, vì thế hoa sen được tượng trưng cho Tâm của chúng ta. Vậy thì chúng ta có được 2 nghĩa “Ngọc như ý” và “Thanh tịnh”. Viên mãn mọi ước nguyện là một phần rất quan trọng trong cuộc sống của chúng ta. Chúng ta luôn cầu nguyện điều này, điều khác, người cầu có con, người cầu nhà cửa, sức khỏe, của cải và rất nhiều thứ khác, vì thế viên mãn mọi sở cầu là một phần cuộc sống. Còn phần kia chính là phần thanh tịnh. Thanh tịnh là quan trọng nhất để có được sự viên mãn mọi sở cầu. Nếu tâm của bạn cứ liên tục bị ô nhiễm, bởi những xúc tình tiêu cực, thì bạn sẽ không thể làm viên mãn mong nguyện của mình, bạn không thể thực hành hạnh Quán Âm. Vì thế sự thanh tịnh là một phần quan trọng trong cuộc sống, giúp bạn có được cuộc sống như ý, nên bạn cần thanh tịnh hoá tâm mình, đó là bước đầu tiên bạn cần phát triển. Khi bạn đã phát triển trạng thái thanh tịnh của tâm thì kết quả là mọi sự như ý, mọi mong nguyện đều thành tựu được như ý.

Chữ Mani tức là ngọc như ý, khi có ngọc như ý thì cuộc sống của bạn sẽ rất dễ dàng hoan hỷ. Như vậy danh hiệu của đức Quán Thế Âm, nêu biểu cuộc sống của chính con người. Những gì chúng ta mong nguyện cần được phát triển bằng cách thanh tịnh hoá tâm mình, vì thế khi chúng ta trì niệm danh hiệu của Bồ Tát Quán Thế Âm, với tâm chí thành tha thiết, chúng ta sẽ chuyển hoá được cuộc sống sinh tử luân hồi đau khổ thành cuộc sống an bình hạnh phúc và như ý.

Trong Đại Thừa chúng ta thường niệm bắt đầu bằng chữ "Nam Mô" để thể hiện tâm chí thành. Tâm chí thành được thể hiện qua cả Thân Khẩu Ý, thân đỉnh lễ là thể hiện sự chí thành của Thân, miệng trì tụng Nam Mô là thể hiện sự chí thành của Khẩu, tâm chúng ta tha thiết hướng về Đức Quán Âm là sự chí thành của Ý, như thế chữ “Nam mô” là thể hiện tâm chí thành của cả Thân Khẩu Ý. Trong truyền thống Kim Cương Thừa, câu trì chú bắt đầu bằng chủng tử "OM". Chữ OM là tượng trưng cho năng lượng của vũ trụ vô cùng mạnh mẽ và to lớn, theo cách gọi

của người thể tục là năng lượng của Âm Dương, còn trong Kim Cương Thừa là năng lượng của phụ tính và mẫu tính, hay là năng lượng vi tế mạnh mẽ hài hòa của Từ bi và Trí tuệ. Vì thế khi chúng ta trì tụng câu chân ngôn, chúng ta bắt đầu bằng chữ OM để thu gom năng lượng tinh tế mạnh mẽ của vũ trụ, hay là thu gom năng lượng hài hòa của Từ bi và Trí tuệ, để trợ giúp cho sự thực hành của mình dễ dàng phát triển Trí tuệ Từ bi, mới hy vọng đạt được kết quả tốt đẹp. Khi bạn sử dụng năng lượng vũ trụ để cứu độ chúng sinh, với Trí tuệ và Từ bi thì công năng sẽ rất mạnh mẽ, bởi vì năng lượng của vũ trụ có sức mạnh rất lớn. Chữ OM tượng trưng cho năng lượng của vũ trụ, hoặc tượng trưng cho toàn bộ vũ trụ. Khi chúng ta nói về vũ trụ tức là nói về sức mạnh thực sự của vũ trụ, trong hình thức năng lượng âm dương, tức là năng lượng của phụ tính và mẫu tính, hai năng lượng này là năng lượng của toàn thể vũ trụ. Cho nên khi chúng ta phát triển sự hiểu biết về các hoạt động thiện hạnh, của Từ bi và Trí tuệ chúng ta cần sự trợ giúp của năng lượng. Ví dụ hoạt động thiện hạnh yêu thương chúng ta cần có năng lượng thuộc phụ tính, cùng lúc chúng ta cần sự phát triển của trí tuệ, nếu không có trí tuệ tất cả mọi thiện hạnh sẽ không thành công. Muốn phát triển trí tuệ chúng ta cần sự trợ giúp của năng lượng mẫu tính, thuộc năng lượng vũ trụ. Hai năng lượng này rất cần để phát triển sự thực hành Yoga, Yoga Mantra, Yoga Sutra, như Thiền định... có rất nhiều loại Yoga. Vấn đề quan trọng là làm thế nào đưa hai loại năng lượng này vào sự thực hành phát triển Từ bi Trí tuệ của chúng ta. Đây là một trong những lý do chúng ta thực hành sự kính ngưỡng lẫn nhau, chúng ta kính ngưỡng cả nam, lẫn nữ. Chúng ta tôn trọng tất cả mọi năng lượng, tất cả mọi thứ. Ví dụ chúng ta tôn trọng động vật, tôn trọng con người, tôn trọng cây cối, cho đến cả những côn trùng bé nhất chúng ta cũng đều tôn trọng bình đẳng như nhau. Chúng ta không nên nói rằng: “Loài người có quyền ngược đãi, đối xử tàn tệ với các loài khác, có quyền giết hại mạng sống các loài” Điều này hoàn toàn sai! Chúng ta cũng không nên nói rằng: “Nam giới rất tuyệt, chúng ta cần tôn trọng phái Nam, không cần tôn trọng phái Nữ.” Điều này càng sai! Đức Phật Thích Ca đã từng dạy rằng: người nữ có quyền chúng ngộ bình đẳng với người nam không khác. Cho nên Ngài không chỉ cho người Nam xuất gia thọ giới Tỳ kheo để chứng quả A la hán, mà Ngài còn cho phép người Nữ xuất gia làm Tỳ kheo ni và cũng có thể chứng A la hán như các vị Tỳ kheo không khác. Không chỉ thế trong Kim Cương Thừa còn có các Hành giả Yogi, Yogini, hay các vị hoá thân như Daka, Dakini, và Chư Phật trong hình tướng Nam và cả trong hình tướng Nữ. Vì vậy tất cả mọi người, mọi loài bao gồm cả cây cối, côn trùng...đều cần được tôn trọng như nhau. Đó chính là giáo lý của Đức Phật, là Từ bi Trí tuệ của Ngài, và cũng là thông điệp của Bồ Tát Quan Thế Âm.

Buổi lễ gia trì quán đỉnh về đức Quan Thế Âm hôm nay đến đây tạm kết thúc. Chúng tôi mong rằng tất cả Quý vị có duyên được thọ Quán đỉnh, hãy cố gắng duy trì năng lượng của Ngài, bằng cách nuôi dưỡng và phát triển Từ bi Trí tuệ, để thực



sự chuyển hoá cuộc sống khổ đau thành an bình hạnh phúc và thiết thực đem sự an lạc đến cho mọi người, mọi loài trên thế giới. Đó là hạnh chân thật của Bồ Tát Quan Thế Âm, quý vị nên thực tập. Chúng tôi xin chân thành cảm ơn Thành Hội Phật Giáo Hà Nội, Thành hội Phật giáo Đà Nẵng, các ban ngành Lãnh đạo, các cấp Chính quyền, cùng tất cả quý vị chư Tăng Ni Phật tử, đã ủng hộ và tạo mọi điều kiện thuận duyên, để chúng tôi có cơ hội chia sẻ Giáo Pháp Tôn quý của đức Phật. Cầu nguyện quý vị, mỗi người sẽ trở thành một Đức Quan Thế Âm, đem bàn tay yêu thương xoa dịu cho cuộc đời bớt đau khổ, đem sự bình an hạnh phúc đến cho muôn loài.

Nam Mô Đại Bi Quan Thế Âm Bồ Tát.

---o0o---

### **Tara – Suối nguồn Gia trì An lạc Đại Giải thoát**

(Đức Pháp Vương Gyalwang Drukpa giảng pháp và truyền quán đĩnh Lục Độ Mẫu Tara tại Chùa Hương ngày 09.01.2009)



Tôi tỏ lòng hoan hỷ được gặp lại chư Đại đức Tăng Ni và quý Phật tử tại đây. Tôi nhớ năm ngoái khi tới đây trời cũng mưa nhẹ và năm nay cũng vậy. Tôi nghĩ đây là điềm cát tường và nương ân đức gia trì của dòng Truyền thừa, điều này có liên hệ tới Rồng thiêng.

Cho dù có thể chỗ ngồi của chúng ta không được thoải mái lắm, một vài người trong chúng ta có thể đã bị ứ đọng và hơi khó chịu, song chúng ta cần trân trọng điều này vì đây là sự gia trì của các Bậc Trì giữ Truyền thừa, được truyền từ Đức Phật Thích Ca Mâu Ni tới bậc Căn bản Thượng sư của chúng ta. Điều này cũng có nghĩa là từ hôm nay trở đi, chúng ta cần phải nỗ lực tinh tiến, tu tập Giáo Pháp Truyền thừa nhiều hơn để phát triển lòng từ bi, phát triển tình yêu thương tới muôn loài hữu tình, cho tới khi chúng ta đạt được giải thoát tối thượng.

Để khỏi mất nhiều thời gian của các bạn, theo đúng lịch trình, ngày hôm nay chúng ta sẽ bắt đầu bằng khóa lễ Hỏa tịnh, khóa lễ cúng dường Puja. Puja tiếng Phạn có nghĩa là cúng dường. Như vậy là chúng ta sẽ nhờ khói thiêng để cúng dường tới chư Thiên, chư Bách thần Hộ pháp, các thần linh quanh vùng và mọi chư Thiên trên khắp thế giới, đặc biệt là các thần linh ở lân cận quanh đây, ở Việt Nam cũng như ở tại sơn động Hương Tích này. Chúng ta sẽ cúng dường tới các Bách thần, Hộ pháp để cảm tạ họ, cảm ơn các ngài đã tạo điều kiện để tất cả chúng ta vân tập nơi đây mà không gặp trở ngại nào.

Chúng ta đã thực hành xong khóa lễ Hỏa tịnh vì lợi ích của hết thảy chúng sinh và đặc biệt là để cúng dường Bách thần, Hộ pháp quanh vùng. Các ngài là những Hộ pháp vô cùng quan trọng. Chúng ta cần biết trân trọng và tôn kính các ngài vì chúng ta sẽ cùng sinh tồn với các ngài mãi mãi, từ thời ông bà tổ tiên chúng ta cho tới ngày nay, và cả thế hệ con cháu của chúng ta sau này cũng vậy. Chúng ta phải nương nhờ vào các ngài, vì vậy biết tôn trọng các ngài sẽ rất lợi lạc cho chúng ta, không chỉ trên phương diện Phật Pháp cho mà còn cho cuộc sống thường nhật. Vì vậy, vừa rồi chúng ta thực hành lễ cúng vì tất cả mọi người ở đây cũng như cho toàn thể nhân dân Việt Nam và vì lợi ích của tất cả Phật tử.

Sau đây chúng ta sẽ thực hành lễ cúng dường Tara, và chúng ta sẽ thực hành lễ quán đỉnh Tara một cách ngắn gọn.



Hóa thân Phật mẫu Tara

Thông thường khóa lễ cúng dường này sẽ được nối tiếp bằng một lễ quán đảnh, cho phép thực hành, gần giống như lễ quán đảnh mà chúng ta đã thực hành ngày hôm qua. Nhưng lần này là buổi lễ đặc biệt quán đảnh pháp tu Lục Độ Mẫu. Sau đây chúng ta sẽ thực hành khóa lễ, song trước hết cần phải hiểu rằng từ Tara theo tiếng Phạn có nghĩa là Giải thoát. Sự giải thoát hiển thị trong hình tướng của một vị Phật hiện thân tướng nữ, mà chúng ta gọi là Bản tôn Lục độ Phật mẫu Tara. Deivi có nghĩa là Phật hiện thân tướng nữ, Phật hiện thân tướng nam được gọi là Deiva còn Phật hiện thân tướng nữ là Deivi, Tara Deivi. Tara chính là Pháp tướng nữ của Đức Phật. Trong Kim Cương Thừa chúng ta có cả Phật thân nam và Phật thân nữ. Giải thoát có nghĩa là giải thoát khỏi sự đau khổ và nhân của đau khổ.

Bằng cách thực hành trì niệm chân ngôn Tara, chúng ta có thể tự giải thoát cho mình khỏi bất cứ chướng ngại nào.

Để khai triển được năng lực của Đức Tara, các bạn cần phải thực hành. Các bạn cần phải thực hành Tara để có thể ân hưởng sự gia trì từ Đức Tara hướng tới hạnh phúc giác ngộ. Khi thực hành các bạn cần thực hiện ba điều: thứ nhất là phải quán tưởng. Quán tưởng là một kỹ thuật vô cùng quan trọng. Thứ hai, các bạn cần có tâm chí thành, và thứ ba là các bạn phải có động cơ thanh tịnh vì lợi ích giác ngộ của hết thảy chúng sinh.

Quán tưởng là vô cùng quan trọng. Các bạn có thể dùng một tấm ảnh của Lục Độ Mẫu. Các bạn cần quán tưởng Lục Độ Mẫu hiện thân trước mặt mình, cho dù quán ảnh đó có rõ ràng hay không cũng được, miễn là các bạn có quán tưởng. Sau đó các bạn phải thiền định về hình ảnh đó. Đúng ra các bạn sẽ phải quán tưởng hình ảnh đó thật sắc nét, rõ ràng và sinh động, song lúc đầu có thể điều đó sẽ khó khăn. Vì vậy, các bạn cần phải thực tập thật nhiều lần và dần dần các bạn sẽ có thể quán tưởng hình ảnh Bản tôn một cách rõ nét và sinh động.

Có nhiều người trong số các bạn chắc đã có mặt trong buổi lễ ngày hôm qua, khi tôi nói rằng sau công phu thực hành quán tưởng, sau nhiều năm thực hành, dần dần các bạn có thể chuyển hóa những hình ảnh đó thành hình tướng của chính mình, các bạn có thể chuyển hóa một phần tự thân mình là Bản tôn. Chính vì thế mà quán tưởng rất quan trọng. Qua đó bạn có thể chuyển hóa cuộc sống của mình thành cuộc sống của Đức Phật. Đây là trải nghiệm của rất nhiều hành giả, không chỉ ở Tây Tạng mà còn trên khắp thế giới. Chính vì thế mà Phật Pháp đã có thể được thực hành phổ biến ở rất nhiều nơi trên thế giới. Rất nhiều người đã chứng nghiệm việc có thể chuyển hóa phàm thân của mình thành thân Phật. Do đó đối với những ai muốn trở thành hành giả tu tập theo pháp môn Truyền thừa, các bạn nhất thiết phải thực hành trì tụng nghi quỹ Lục Độ Mẫu, song song với việc thực hành nghi quỹ Đức Quan Thế Âm Bồ Tát mà chúng ta đã thực hiện ngày hôm qua.

Trong việc thực hành Giáo Pháp của Đức Phật, điều quan trọng là phải có tâm chí thành. Hành giả cần có tâm chí thành giống như xe cần có động cơ vậy. Cho dù là xe có nhãn hiệu gì, xe tốt hay xe xấu, song động cơ của xe vẫn là thứ quan trọng nhất. Năng lực gia trì đến từ việc trì tụng Lục Độ Mẫu cũng vậy, hoàn toàn phụ thuộc vào tâm chí thành.

Bàn về tâm chí thành, đây không phải là một điều gì đó Đức Phật bắt buộc bạn phải tin theo. Đó nhất định không phải là một sự bắt buộc; mà dựa vào sự hiểu biết của từng người. Đức Phật đã nhiều lần dạy rằng bạn cần phải tự phát triển trí tuệ hiểu biết của chính mình. Điều này không thể là một thứ gì đó bạn phải tin theo vì

tôi bảo bạn như vậy, như thế không thể được, bạn cần phải tự mình tìm hiểu về điều đó. Đây là một điểm rất quan trọng.

Người ta vẫn nói “Lòng tin ở Thượng đế”, song chúng ta không nói như vậy. Chúng ta cũng không nói “Lòng tin vào Phật” mà chúng ta nhắc tới “Tâm chí thành”. Đó là một sự hiểu biết tự nguyện. Đó không phải là một điều bị bắt buộc, không do ai đó bảo bạn phải tin, thực sự tâm chí thành không phải như vậy. Tâm chí thành phải xuất phát từ trải nghiệm tự thân của bạn.

Với sự tu tập thực hành nghiêm túc thì những phẩm hạnh của Lục Độ Mẫu sẽ được chứng nghiệm toàn vẹn trong chính bạn, chính bạn sẽ phải tự thân chứng nghiệm điều này. Chúng ta không thể chỉ nói “Phải, điều đó đã được chứng nghiệm và chúng ta phải tin theo”. Không phải như vậy! Chúng ta phải biết chắc chắn một trăm phần trăm và điều quan trọng là chính bạn phải chứng nghiệm điều đó. Bạn sẽ không dựa vào sự chứng nghiệm của mười n người, mười ngàn người hay một triệu người. Như thế vẫn chưa đủ mà bạn phải tự mình chứng nghiệm những lợi ích của pháp tu Lục Độ Mẫu, và tới khi đó bạn mới có thể có được tâm chí thành bền vững đối với Đức Lục Độ Mẫu.

Nhân đây tôi xin chia sẻ một câu chuyện. Một đệ tử của tôi trước kia không may mắc phải một căn bệnh nan y. Anh ta là người có lòng tín tâm rất sâu sắc và cũng là hành giả có kinh nghiệm thực hành pháp tu Lục Độ Mẫu. Chúng tôi đã hướng đạo cho anh ta thực hành pháp Lục Độ Mẫu, pháp mà chúng ta vừa cử hành cách đây mười lăm phút, và thực hành khóa lễ trì tụng đó một triệu lần. Anh ta đã nhất tâm làm theo và cùng với sự thực hành, căn bệnh nan y cũng biến mất. Các bác sĩ không thể nào tin được vào điều đã xảy ra, song cũng không thể tìm ra được một lời giải thích nào cho điều đó. Họ chẳng thể giải thích và cũng chẳng thể tin theo, vì vậy họ chẳng phát biểu gì về điều này. Đây chỉ là một trong rất nhiều thí dụ về sự chứng nghiệm mà tôi có thể kể với các bạn.

Vì thế mà hôm nay chúng tôi cử hành nghi thức quán đảnh Lục Độ Phật Mẫu. Quán đảnh là một nghi thức ban gia trì, cho phép hành giả thực hành một nghi quỹ nào đó. Các bạn sẽ nhận được sự gia trì từ Thượng sư để được phép thực hành. Thông thường, tôi không cử hành khóa lễ quán đảnh này cho cộng đồng vì đôi khi tôi không tin rằng mọi người sẽ thực hành một cách nghiêm cẩn và tinh tấn. Nếu những người tới dự không có tâm chí thành, tức là không có tín tâm đối với Phật Pháp, thì chẳng cần thiết phải tham dự lễ quán đảnh này làm gì. Chính vì thế mà tôi thường không cử hành nghi thức quán đảnh này. Nhưng tới Việt Nam lần này, tôi thấy mọi người có tín tâm rất sâu sắc, với những người đã cất công tới đây để hạnh

ngộ tôi thì chắc chắn họ đã sẵn sàng để thực hành chính Pháp, chính vì thế mà tôi sẵn sàng và hoan hỉ ban truyền quán đĩnh này.

Có một suy nghĩ khác nữa thôi thúc tôi làm điều này. Sau một vài thế hệ hoặc có khi chỉ một thế hệ nữa, biết đâu lớp hậu sinh của chúng ta sẽ không có được tâm chí thành như bây giờ. Nếu thế thì tại sao chúng ta lại phải chờ đợi? Chúng ta đã có đủ phúc duyên cùng vân tập tại đây ngày hôm nay để đón nhận quán đĩnh, như vậy là nhân duyên đã hội đủ và không quá muộn. Có thể là hơi muộn song như thế cũng tốt hơn là quá muộn.

Vì chúng ta là Phật tử theo Phật, Pháp, Tăng, chúng ta có được một giải pháp tối ưu để loại bỏ mọi chướng ngại, rất nhiều loại chướng ngại. Nhưng nếu chúng ta không thực hành và chúng ta cứ ngồi chờ cho chướng ngại tới thì khi chúng xảy ra, nhất định chúng ta sẽ phải đối mặt và hứng chịu vô số khổ đau. Bởi vậy chúng ta phải tìm cách loại bỏ chúng. Nếu đã có tâm chí thành thì tại sao chúng ta không bắt đầu thực hành luôn.

Khi giảng về đạo Phật, Đức Phật đã nhiều lần dạy rằng Phật Pháp không nên được coi là một tôn giáo. Trong số các bạn có thể có những người không thích tôn giáo lắm. Ví dụ như bản thân tôi, tôi không tán thành lắm những người thiếu nền tảng tâm linh nhưng lại quá sùng đạo và chỉ theo khuynh hướng cuồng nhiệt tôn giáo thuần túy. Điều đó vô cùng cứng nhắc, bảo thủ và cuồng tín. Như vậy không tốt vì lẽ ra tín ngưỡng phải giúp cho bạn sống cởi mở hơn với mọi người và chung sống hòa hợp với cộng đồng; song bạn lại trở thành người quá bảo thủ và tạo ra rất nhiều rắc rối không cần thiết. Bản thân tôi cũng phản đối khuynh hướng tôn giáo kiểu như vậy. Ngược lại, với những người có tín ngưỡng và niềm tin tâm linh mãnh liệt thì tôn giáo lại là biểu trưng của tâm linh và điều đó lại không tệ. Tuy nhiên đối với đạo Phật, tôn giáo chỉ là thứ yếu mà thôi! Những lời dạy của Phật, như Đức Phật đã giảng, đều là những điều có liên hệ mật thiết tới cuộc sống và việc bạn nên định hướng cho cuộc sống của mình như thế nào.

Đúng là chúng ta có chùa chiền, có chuông tượng và có cộng đồng Tăng già. Chúng ta có những hình ảnh để quán tưởng như Lục Độ Phật Mẫu hay Quan Thế Âm Bồ Tát, song những điều đó không có nghĩa rằng chúng ta là một tôn giáo. Học thuyết tôn giáo là điều hoàn toàn khác! Những người theo tôn giáo tin rằng thế giới được tạo ra bởi một một Đấng Sáng tạo, trong khi những Phật tử chúng ta lại không tin vào điều đó. Đây chính là điều mà tôi muốn nói đến!

Là những Phật tử, chúng ta đều biết Đức Phật đã dạy trong Giáo Pháp rằng Thế giới được tạo ra nhờ Nghiệp, và không phải vì bất cứ điều gì khác ngoài Nghiệp. Chúng ta cần phải hiểu ra điều này: Thế giới hoàn toàn không phải do Đức Phật



sáng tạo ra. Đức Phật được tôn kính tuyệt đối, song Ngài không phải là “Đấng Sáng tạo ra thế giới.” Chính Nghiệp tạo ra mọi thứ; không chỉ thế giới bên ngoài như núi sông, thung lũng... mà còn bao gồm cả những gì chúng ta đang trải nghiệm hay đang phải trải qua: nỗi khổ, niềm vui và tất cả mọi trải nghiệm khác.

Chúng ta đang hạnh phúc, vậy ai mang lại cho chúng ta hạnh phúc? Hạnh phúc xuất phát từ Tâm chúng ta chứ không phải từ bất kỳ đối tượng nào khác bên ngoài. Cho dù chúng ta có cảm giác rằng niềm hạnh phúc do một người khác mang lại, thì nói cho cùng chính chúng ta mới là người đang trải nghiệm Hạnh phúc. Điều đó cũng đúng với những sầu khổ mà chúng ta đang trải qua! Chúng ta trải nghiệm sự khổ đau; đây không phải là cảm giác do người khác hay do thứ gì khác bên ngoài mang lại. Cảm giác đó xuất phát từ chính Bạn. Vì thế nên đó là Nghiệp của bản thân bạn. Đó là điều mà Đức Phật đã giảng dạy!

Chẳng hạn như tất cả các bạn ở đây, ngồi trên sàn đất và chờ đợi hàng giờ đồng hồ để được đón nhận quán đỉnh, suốt từ sáng cho tới tận bây giờ, các bạn đã chờ đợi tôi, song các bạn đã chuẩn bị sẵn sàng để chờ đợi, các bạn cảm thấy vui vẻ, các bạn có thể vượt qua những vất vả mệt nhọc và tất cả loại khó khăn khác, bao gồm cả việc ngồi trên sàn đất cứng cũng không hề quản ngại. Chính vì các bạn đã chuẩn bị vững vàng về tinh thần nên mọi thứ đều ổn thỏa cả. Song nếu các bạn không cảm thấy hoan hỉ hay tâm bạn chưa được chuẩn bị sẵn sàng thì mọi chuyện không thể nào bình an được. Điều đó có nghĩa là Tâm của các bạn mới chính là thứ sẽ quyết định mọi thứ. Tất cả mọi điều đều do tâm tạo, đều phụ thuộc vào nghiệp. Vì vậy nếu suy xét một cách tường tận thì việc các bạn có thấy hoan hỉ hay không hoàn toàn không phải do người khác mang lại.

Tương tự như thế, tôi cũng có thể chuẩn bị sẵn giường thật êm và cho phép các bạn ngủ trên chiếc giường rất tiện nghi và êm ái đó, hoặc ăn những món ăn tuyệt ngon trong lúc các bạn chờ đợi tôi, song nếu tâm các bạn không được chuẩn bị sẵn sàng, thì sẽ chẳng bao giờ các bạn cảm thấy hoan hỉ hay thấy cảm kích vì điều đó. Chính vì vậy mà tâm các bạn cần phải được chuẩn bị sẵn sàng. Cho dù là Đức Chúa hay Đức Phật có ban cho các bạn bất cứ những gì khiến cho các bạn hạnh phúc thì các bạn cũng sẽ không hạnh phúc. Hạnh phúc nhất định phải xuất phát từ trong Tâm, ngay cả Đức Phật cũng không thể mang đến bất cứ hạnh phúc nào cho các bạn.

Những gì tôi được chứng kiến ở đây cho tôi thấy tâm các bạn đã được chuẩn bị sẵn sàng, các bạn đã sẵn sàng thọ nhận quán đỉnh này cho dù có phải ngồi trên nền đất cứng đến bao nhiêu, bất kể có khó khăn đến mức nào, các bạn cũng đã chuẩn bị sẵn sàng để vượt qua và đón nhận Pháp cũng như vô cùng nhiệt thành muốn thực

hành pháp tu Lục Độ Mẫu. Chính vì thế mà với tư cách là một bậc Thầy, tôi cảm thấy vô cùng hoan hỉ, hạnh phúc và được khích lệ khi chúng kiến những điều này.

Thực hành Tara không phải là một việc dễ dàng, nhất là khi các bạn lại sử dụng một thứ ngôn ngữ khác. Việc thực hành rất khó khăn, thế nhưng vừa rồi khi cùng trì tụng các bạn đã làm rất tốt. Chính điều đó cũng khiến cho tôi biết được các bạn rất nhiệt thành đối với việc thực hành. Đây quả là một sự khích lệ lớn lao!

Tôi nghĩ giờ đây cũng là thời điểm viên mãn tâm nguyện của cố Thượng tọa Thích Viên Thành. Tuy giờ này Ngài đã thị tịch nhưng tâm nguyện của Ngài mong nguyện phát triển Truyền thừa ở xứ sở này vì lợi ích của hết thầy chúng hữu tình, đặc biệt là chúng hữu tình tại Việt Nam.

Các bạn có thể thấy có rất nhiều khóa lễ thực hành trong dòng Truyền thừa của chúng ta hay trong Kim Cương Thừa, song các bạn không nhất thiết phải thực hành đủ mọi khóa lễ. Các bạn chỉ cần nhất tâm thực hành Lục Độ Mẫu và thực hành Quan Thế Âm cũng đã có thể thành tựu việc phát triển tâm từ bi. Chỉ hai pháp thực hành này cũng đã rất đủ rồi! Những pháp thực hành khác đều đã bao gồm trong pháp thực hành Lục Độ Mẫu và Quan Thế Âm.

Pháp quán định này cho phép các bạn được quán tưởng tự thân chính là Đức Lục Độ Phật Mẫu. Bây giờ chúng ta một lần nữa được gia trì để được trì tụng thần chú “Om Tare Tutare Ture Soaha”. Tất cả các bạn phải quán tưởng Bậc thượng sư chính là Lục Độ Mẫu và mười chữ chủng tử trong thần chú “Om Tare Tuttare Ture Soha” phóng chiếu từ tim và kim khẩu của Ngài, dung nhập vào thân thể của bạn qua miệng và ban gia trì cho toàn thân bạn. Cùng với việc quán tưởng, bạn cần phải trì tụng theo tôi. Đồng thời với việc quán tưởng rất rõ ràng, sắc nét các hình ảnh đó, tất cả chúng ta sẽ cùng trì tụng câu thần chú này hai mươi một lần.

Rồi sau đó tôi cho phép các bạn thiền định Mahamudra hay trí tuệ tính không của đức Lục Độ Mẫu. Tâm các bạn cần phải an trụ trong cảnh giới tĩnh lặng, vắng bặt mọi vọng tưởng, hãy để tâm thật tĩnh lặng mà không nghĩ ngợi về bất cứ điều gì. Hãy xả bỏ mọi thứ!

Giờ đã muộn rồi, chúng tôi sẽ cử Chư tăng ni xuống nơi các bạn để ban gia trì quán định. Các nghi thức chính của khóa lễ đã kết thúc, xong các bạn vẫn cần phải nhận nước cam lồ gia trì. Nước cam lồ trong bình mà các bạn thấy ở đây chính là quán định Thân của Đức Lục Độ Mẫu. Nước cam lồ tiếp theo mà chúng tôi sẽ mang tới bằng sữa hoặc nước quả là để tịnh hóa Khẩu nghiệp, rồi kế tới là bức hình hoa sen sẽ được đặt vào tay các bạn và để lên trái tim, chính là sự gia trì Trí tuệ. Sau đây sự gia trì về Thân sẽ được Đức Nhiếp Chính Vương Khamtrul Rinpoche và Kunga



Rinpoche đích thân ban tới các bạn. Toàn bộ các nghi thức này là để bảo hộ sự gia trì mà các bạn vừa ân hưởng, các bạn cần phải hiểu những điều này khi đón nhận ân phúc đó.

---o0o---

Hết