TẠP CHÍ NGHIÊN CỨU
PHẬT HỌC
CƠ QUAN NGÔN LUẬN CỦA TRUNG ƯƠNG GIÁO HỘI PHẬT GIÁO VIỆT NAM
ISSN: 2734-9195

Mật Tập Kim Cương và một số phẩm chất cần thiết khi tu trì Mật thừa

ISSN: 2734-9195 16:11 02/12/2024

Giáo pháp Mật Tập Kim Cương bao gồm những luận giải đặc biệt về bằng cách nào có thể hợp nhất ba trạng thái: Chết, Trung gian và Tái sinh trên cùng một đạo lộ.

"*Ngày nay, thế giới đang tăng trưởng mạnh mẽ về vật chất và mặc dù phải đối mặt nhiều thử thách nhưng các hệ Phật giáo Tạng truyền vẫn duy trì được truyền thống của mình. Truyền thống này bao gồm văn hóa và trí tuệ của các đạo sư Nalanda, có thể được minh xác thông qua Lô-gic và lý trí. Ba trung tâm tu học: Sera, Drepung, Ganden - Gyumey và Học viện Gyutö, Tashi Lhunpo là những nơi đã trì giữ truyền thống này.*" Dù thế giới trải qua nhiều biến cố nhưng vẫn có những bậc thầy và hành giả được truyền cảm hứng của truyền thống Phật giáo Nalanda, các ngài đã nuôi dạy, truyền trao giáo pháp cho thế hệ sau. Trong quá khứ, khi bậc đạo sư Je Tsongkhapa đặt câu hỏi các môn đệ, ai sẽ là người trì giữ giáo pháp của ngài, đặc biệt là Tantra Mật Tập Kim Cương, ngài Jetsun Sherab Sengey đã phát nguyện trì giữ giáo pháp này.

Mật Tập Kim Cương (Guhyasamaja) là vua của các Phụ tục Mật pháp. Bản chất của việc tu trì Mật pháp là năng lực hợp nhất và thành tựu tam thân của một vị Phật. Hợp nhất ở đây có nghĩa hợp nhất thân, khẩu và ý bản thân với thân, khẩu và ý của một vị Phật.

Giáo pháp Mật Tập Kim Cương bao gồm những luận giải đặc biệt về bằng cách nào có thể hợp nhất ba trạng thái: Chết, Trung gian và Tái sinh trên cùng một đạo lộ. Ngài Long Thọ, Thánh Thiên (Aryadeva) và Nguyệt Xứng (Chandrakirti) đều có những luận giảng kỹ về giáo pháp Mật Tập Kim Cương và trong số 18 bộ luận của đạo sư Je Tsongkhapa thì có tới 5 bộ luận giảng về giáo pháp này. Nếu không có Học viện Mật thừa, giáo pháp Mật Tập Kim Cương sẽ không thể được tri giữ tới tận ngày nay.

Các Mật pháp Du già Tối thượng như Mật Tập Kim Cương không dành cho tất cả đại chúng. Đây là những Mật pháp tối thượng và chỉ giới hạn cho những ai đủ

phẩm chất và phát nguyện tu trì một cách rốt ráo. Thậm chí chỉ những ai phát nguyện nhập thất trì tụng, thiền quán trong khoảng thời gian đủ dài mới được nhìn vào những bản kinh văn nghi quỹ Mật Tập Kim Cương và Đại Uy Đức Kim Cương.

Bởi vậy chỉ những ai phát nguyện tu trì mới được phát một bản sao của những bộ kinh văn này. Những ai đã thụ nhận giáo pháp và phát nguyện thực hành là điều rất đáng khích lệ, nhưng thông thường chỉ có một số ít các hành giả thọ pháp có thể đủ khả năng để tu trì. Ngay tại các Mật viện như Gyutö, giáo pháp "Bảy chương về Đại Uy Đức Kim Cương cũng giới hạn cho một số ít hành giả đủ phẩm chất.

Phần cuối bộ Mật Tập Kim Cương, đoạn kinh văn cuối lời cầu nguyện lên đức Mật Tập Kim Cương, đạo sư Je Tsongkhapa đã viết rằng: *"Đây là một phương tiện giúp hành giả có thể giác ngộ ngay trong một đời."* Các Mật pháp Du già Vô thượng này luận giải hầu hết các phương pháp tu trì ở giai đoạn Viên mãn (*) trong tất cả các truyền thống Phật giáo Kim cương thừa tại tự viện Mật thừa Gyumey. Ngài dạy rằng Thời Luân Kim Cương có hệ thống riêng, và truyền thống Ka-gye hay Nyingma cũng có hệ thống riêng. Giáo pháp Đại Toàn thiện cũng phân biệt rõ ràng giữa phàm tâm và sự tỉnh giác nguyên sơ.

"Trong Phật giáo hệ Tạng truyền, tự viện Gyumey có truyền thống 32 vị tăng cùng nhập thất nghiêm mật giáo pháp Mật Tập Kim Cương tại Chumiglung. Thậm chí nếu một ai đó qua đời thì họ không được mở cửa mật thất, các cánh cửa phòng thất đều phải luôn đóng kín. Khi Jamyang Shyepa Ngawang Tsöndrü nhập thất tại Chumiglung, ngài đã thành tựu việc thiền quán 173 phương diện của ba loại tri thức.

"*Không chỉ các tự viện lớn trong hệ Tạng truyền như Sera, Drepung và Gaden mà các chùa, tự viện nhỏ đều có những trung tâm nhập thất và những thiền thất riêng để chư tăng và hành giả tu trì. Tổ Sagara đã dạy: "Thiền quán làm hiển lộ bản chất chân thực của đời sống này. Đừng chỉ hài lòng với việc đắp y tăng sĩ bên ngoài. Hãy thiền quán về Pháp. Hãy thể nhập bản chất của thế giới bằng văn-tư-tu." Je Rinpoche đã sống một đời sống tràn đầy ý nghĩa mà không tham dự vào các hoạt động bên ngoài bị chi phối bởi tám bận tâm thế tục. Ngài đã từ chối lời thỉnh mời tới hoằng pháp của nhiều Hoàng đế Trung Hoa."* Các chùa và tự viện cần phải có các trung tâm nhập thất với những phương tiện thích hợp cho hành giả. Hãy nỗ lực giống như Jamyang Shyepa, chúng ta cũng nên nỗ lực thiền quán về 173 phương diện của ba loại tri thức. Sẽ là không đủ nếu chỉ dành thời gian tụng kinh và trì tụng mật chú. Các Mật pháp này đều luận giảng việc tu trì Mật thừa ở giai đoạn Viên mãn, và vẫn được các tổ và các

hành giả tu trì nghiêm mật và được truyền thừa không gián đoạn qua nhiều thế hệ.



Chư tăng thọ pháp Mật Tập Kim Cương

Truyền thừa giáo pháp Mật Tập Kim Cương

Mật tập Kim Cương là một trong những bản tôn Phụ tục quan trọng thuộc về bộ Vô thượng Du già. Mật Tập Kim Cương cùng với Hỷ Kim Cương, Thời Luân Kim Cương, Thắng Lạc Kim Cương, Đại Uy Đức Kim Cương kết hợp thành năm bộ đại Mật pháp Kim Cương.

Lịch sử truyền thừa của Mật Tập Kim Cương bắt đầu từ đức Phật Thích Ca Mâu Ni. Khi đức Thích Ca khổ tu thiền định 6 năm dưới gốc Bồ đề. Khi xuất định, ngài thành tựu Chính đẳng Chính giác, Phật quả viên mãn, vô số Bồ Tát và chư Thiên đã vây quanh tán thán, thỉnh cầu đức Phật. Ngài đã hóa hiện hiện đàn thành tự tính Mật Tập Kim Cương, khai mở 25.000 câu tụng Mật Tập Kim Cương, truyền quán đỉnh, luận giảng, khẩu quyết. Tiếp tới, đức Phật vì lợi lạc cho chúng sinh, nên đã truyền pháp Mật Tập Kim Cương tương đối ngắn với 118 câu tụng và phân 17 thứ lớp. Bồ Tát Long Thọ đã tu trì và truyền thừa giáo pháp này qua nhiều thế hệ tới hệ Tạng truyền, tới nay có năm hệ truyền thừa vẫn đang tu trì giáo pháp này.

Bốn thứ lớp Mật Pháp

Mật Pháp có thể được phân loại thành nhiều thứ lớp. Theo cách phân loại của các dòng truyền thừa Tân phái, có bốn thứ lớp: Mật Pháp Bộ sự, Bộ hành, Mật

Pháp Du già và Mật Pháp Du già Vô thượng. Mật Pháp Bộ sự lấy việc tu trì ngoại cảnh làm chủ. Tất cả những biểu tượng, tư thế, động tác thể hiện ra bên ngoài khi cử hành nghi thức Mật thừa đều thuộc về hệ giáo pháp này, tức là nghi thức của Mật Pháp như trì tụng mật chú, kế ấn khế pháp, Tôn tượng, pháp khi, quán tưởng, cúng dường Bản tôn v.v...Mật Pháp Bộ sự chú trọng tới tịnh hóa thân tâm, diệt trừ nghiệp ác...

Mật Pháp Bộ hành chú trọng việc tu trì cả nội cảnh và ngoại cảnh, nhấn mạnh sự dung thông và tương ứng giữa hành vi bên ngoài và Du già bên trong nội tâm. Hệ Mật Pháp này coi tâm Bồ đề là nhân, Đại Bi là căn bản, phương tiện là cứu cánh, đồng thời lấy phương tiện tùy thời để phổ độ tất cả chúng sinh. Mật Pháp bộ Du già lấy nội Du già làm chủ, gồm Du già phương tiện và Du già trí tuệ. Mật Pháp Du già giai đoạn này coi trọng quán tưởng nội tâm, giành tâm trí để thiền quán.

Mật tục bộ Vô thượng Du già là những Mật pháp cao cấp trong Mật thừa, chuyển hóa mọi phiền não thành trí tuệ, sử dụng phương pháp quán tưởng ở mức độ vi tế hơn so với các bộ Mật pháp khác. Hệ thống này có thể được chia thành: Phụ tục, Mẫu tục và Bất nhị tục Du già Vô thượng.

Du già có nghĩa là tương ứng, vô thượng có nghĩa là không có pháp thiền quán nào vi diệu hơn. Các bộ Mật pháp Du già Vô thượng đòi hỏi các hành giả phải trải qua nhiều giai đoạn tu trì với những sự thành tựu nhiều phẩm chất khác nhau.

Phụ tục Du già còn gọi là Phương tiện, đại diện cho Từ bi, lấy Mật Tập Kim Cương và Đại Uy Đức Kim Cương Mật tục làm nghi quỹ tu trì chính. Bộ Mật pháp này chú trọng tới rèn luyện khí mạch trên thân người và tính Không. Bản tôn chính là Mật Tập Kim Cương và Đại Uy Đức Kim Cương, chú trọng thiền quán Du già huyễn thân. Mẫu tục Du già còn gọi là Thắng Tuệ tục, đại diện cho Bát Nhã tuệ, lấy Thắng Lạc Kim Cương Mật tục, Cát tường Hỷ Kim Cương làm nghi quỹ chính, chú trọng rèn luyện thiền quán các minh điểm trên thân người và phẩm chất Đại Lạc, tu tập thiền quán Du già Quang Minh. Bất Nhị tục Du già lấy Kim Cương Thời Luân làm nghi quỹ chính, rèn luyện phương tiện trí tuệ, song tu Đại lạc, chú trọng Chuyết hỏa Du già. Hành giả tu trì Mật pháp Vô thượng Du già thông qua các phương pháp Tam tục, dùng từ bi và trí tuệ đạt thành tựu rốt ráo. Hành giả thiền quán có thể thành tựu hai phương diện Sắc thân và Pháp thân Phật.

Rèn luyện các phẩm chất của Hiển giáo mới có thể tu trì Mật giáo

“Cử hành nhiều nghi thức nhưng nếu không thực sự tu trì thì cũng sẽ không mang lại nhiều kết quả. Khi người em gái của thánh tăng Milarepa phàn nàn rằng trong khi nhiều bậc thầy khác sở hữu chùa to với đông đệ tử sùng kinh và sống đời sống rất sung túc thì ngài Milarepa lại chẳng mang cho cô thứ gì đáng giá cả. Ngài đáp lại rằng, bởi vì ngài đã thực sự xả bỏ tám món bận tâm thế tục. Đôi khi những điều này lại xảy ra phổ biến, nhiều vị khởi đầu là một vị tăng giản dị, rồi dần trở nên ngã mạn khi có đông đệ tử, đặc biệt là ở phương Tây. Hãy luôn cẩn trọng với dòng tâm mình để đối trị tám món bận tâm thế tục."



Mandala Mật Tập Kim Cương khi giáo pháp được truyền trao

“Có nhiều cách phân chia thứ lớp tu trì các Mật pháp như Mật tập Kim cương. Ngoài việc phải rèn tâm xả ly, tâm Bồ đề và trí tuệ Tính Không như Hiển giáo, người hành giả bước vào giai đoạn đầu tiên gọi là giai đoạn phát sinh, thiền quán thân, tâm, cảnh đều là cảnh giới tịnh độ của Mật Tập Kim Cương. Điều quan trọng là phải hợp nhất tam thân trên một đạo lộ, đây là bản chất của sự thực hành giai đoạn phát sinh, chứ không phải việc trì tụng các mật chú. Ngay khi hành giả có thể hợp nhất tam thân Mật Tập Kim Cương trong sự thực hành, họ có thể bắt đầu bước vào giai đoạn Viên mãn." Đối với các hành giả nhập thất. điểm quan trọng nữa là phải luôn ghi nhớ những điểm cốt yếu của các giáo pháp căn bản, thực hành Du già hòa nhập thân-khẩu-ý với các Bậc thày Tổ (Guruyoga) và thiền quán về Ba Điểm Tinh Yếu trên đạo lộ giải thoát. Mặc dù các phương pháp thiền quán và luận giải trong Mật pháp Du già Tối thượng rất sâu sắc nhưng không dễ dàng cho bất kỳ hành giả nào có thể thành tựu Pháp trong một khoảng thời gian ngắn, mà cần phải có sự tích lũy, huân tập trong

thời gian dài tu trì.

Thông thường sau khi thụ nhận quán đỉnh Mật Tập Kim Cương từ các Rinpoche, các hành giả phải nghiêm cẩn tu trì và hoàn thành pháp thực hành giai đoạn phát triển hàng ngày. Bởi Je Rinpoche đòi hỏi giáo pháp này một cách rất nghiêm ngặt, nên điều quan trọng là phải nỗ lực đào sâu năm giai đoạn của đạo lộ trong mình. Bởi vậy những người thụ nhận những Mật pháp Du già Tối thượng nên thực hành nghi quỹ này hàng ngày và nếu có thể cần phải nhập thất.

Cách thức thực hành phổ biến là trì tụng nhưng như Khedrup Rinpoche đã dạy nếu có thể nên thực hành nghi quỹ này trong thiền quán tĩnh lặng sẽ tốt hơn. Ngài chia sẻ rằng bản thân mình đã thực hành như vậy bất cứ khi nào có thời gian. Ling Rinpoche đã thực hành rất nhiều lần một cách rất kỹ càng, đặc biệt khi có những ảnh hưởng từ môi trường bên ngoài. Để thực hành nghi quỹ này đòi hỏi phải được rèn luyện những pháp tu phổ thông như thức tỉnh Bồ đề tâm và thấu hiểu tính không.

Thông thường trong hệ Gelugpa, các bậc thầy khi truyền pháp sẽ luận giải thêm các bộ luận như: Xưng Tán Duyên Khởi và Viên Mãn Định Mệnh. Bởi vì đây là những luận giảng nền tảng để có thể bước vào thực hành chính thức. Nếu người thực hành Phật Pháp bị chi phối bởi tám món bận tâm thế tục thì điều đó có nghĩa là họ đang không thực hành Pháp đúng nghĩa và nếu không nuôi dưỡng Bồ đề tâm thì pháp thực hành không thể thành tựu rốt ráo. *“Nguyện hết thảy chúng sinh đều được an lạc và nhân an lạc”*. Luận sư Tịch Thiên dạy rằng: *“Những ai không ban trải niềm an lạc của chính mình xoa dịu nỗi khổ đau của chúng sinh, thì chắc chắn không thể đạt tới quả vị Phật. Bởi bằng cách nào họ có thể tìm được niêm an lạc trong biển khổ luân hồi? Trong khi đó, trên thế giới ngày nay, nhiều xung đột, tranh đấu, tàn sát lẫn nhau chỉ vì sự khác biệt tôn giáo. Tất cả chúng ta đều là con người, nên chúng ta giống như nhau, đều mong cầu hạnh phúc và muốn tránh khổ đau. Vậy thì tại sao chúng ta lại mang khổ đau cho người khác? Bằng cách nào chúng ta có thể mang lại niềm an lạc cho người? Trước khi thực hành các Mật pháp, việc rèn luyện từ bi tâm, Bồ đề tâm, luôn mong nguyện: “Hết thảy chúng sinh mẹ đều được ân hưởng hạnh phúc”*, rất cần thiết.

"*Người Phật tử cần làm những điều lợi lạc cho tha nhân. Lòng nhân ái là căn bản của hạnh phúc. Bản chất của các pháp tu trì là nuôi dưỡng từ tâm. Các truyền thống Phật giáo Tạng truyền đều bắt nguồn từ Ấn Độ. Phật tử Tạng truyền thực hành theo cùng một đức Phật và trì giữ truyền thống Phật giáo Nalanda.”*

Luận sư Tịch Thiên (Shantideva) đã dạy sau khi đã rèn luyện sự thức tỉnh trong vô số kiếp, chư Phật ba đời đều thấy và xác quyết rằng tâm thức mang lại lợi lạc

nhất chính là Bồ đề tâm giác tỉnh. Thậm chí theo quan điểm thế tục thông thường thôi cũng thấy những ai biết quan tâm, chia sẻ cho tha nhân sẽ sống một đời sống hạnh phúc. Tuy nhiên ngày nay nền giáo dục hiện đại lại mang tới cho con người rất nhiều sân hận, nghi ngờ và tham ái. Rất thiếu vắng một trái tim nồng ấm và tâm thức vị tha bởi vậy người thực hành Phật pháp phải luôn tư duy về lợi ích của tâm tỉnh thức dựa trên nền tảng của trí tuệ Tính không. Không ai có thể thực hành Mật thừa nếu không có hiểu biết về Tính không. Thực sự để đối trị những phiền não và những che chướng nhiễm ô, đòi hỏi phải có trí tuệ Tính không và Bồ đề tâm giác tỉnh. Ngài Thánh Thiên (Aryadeva) có trước tác bộ luận "400 câu kệ" và ngài Chandrakirti có trước tác bộ luận " Nhập Trung quán luận" và "Những ngôn từ thanh tịnh". Đây là những bộ kinh văn quý vị cần tìm đọc hiểu.

Mục đích của sự tu trì là điều phục vô minh, nhưng một số người tu Phật lại đi sai đường, ban đầu khát ngưỡng giáo pháp giải thoát nhưng sau một thời gian lại mong muốn có nhiều của cải vật chất. Sự tiến bộ về mặt đạo tâm mới là điều cần thiết bởi vậy rèn luyện tri kiến về lý duyên khởi giúp đối trị lại hai quan điểm cực đoan.

Nương lý nhân duyên sinh khởi

Không sa vào biên kiến;

Pháp thù thăng này, Ngài diệu thuyết,

Hỡi đấng Hộ trì, nhà hùng biện siêu việt.

Tiếp theo, người thực hành có thể rèn luyện tâm chính niệm và tỉnh thức trong các bộ luận như: "Bài ca bốn Chính Niệm" và "Ba điểm tinh yếu trên con đường đạo".

Bị cuốn trôi bởi mãnh lực của bốn dòng nước lũ,

Bị buộc ràng bởi định nghiệp

Bị xiềng xích trong lưới sắt của ngã chấp

Bị bao phủ hoàn toàn bởi bóng tối vô minh,

Chúng sinh trôi lăn trong luân hồi bất tận,

Thống khổ không ngừng do ba độc tham sân.

Tất thảy chúng sinh mẹ, đều giống như ta lúc này,

Hãy nhớ nghĩ như thế và phát khởi Bồ đề tâm.



Nghi thức thỉnh cầu truyền pháp Mật Tập Kim Cương

Những câu kệ tiếp theo luận giảng sự thức tỉnh về thân người chính là thân linh thiêng và sự thức tỉnh quan kiến về tính không. Đây là những phẩm chất nền tảng cần nuôi dưỡng cho bất kỳ hành giả nào muốn thụ nhận các Mật pháp.

"*Các tự viện đã trì giữ truyền thống Nalanda, truyền thống tu học thông qua ghi nhớ các kinh văn, kinh luận gốc, sau đó sau đó suy tư lý nghĩa và tranh biện. Trên nên tảng này, thế hệ các hành giả Phật pháp đã trì giữ tinh nghiêm giáo pháp Đại thừa và Mật thừa. Sự thực hành một cách toàn diện giáo pháp rất có lợi lạc cho thế giới, đặc biệt nguồn tri thức về tâm, sự vận hành của các phiên não rất hữu ích cho con người ngày nay.*"

Trong bộ kinh văn "Viên mãn Định mệnh" có nhắc tới hai thừa Phật giáo là Kinh thừa Hiển giáo và Tantra thừa Mật giáo. Kinh thừa là nhân thừa, chú trọng tới việc thực hành sáu Ba-la-mật, trong khi Mật thừa là Quả thừa bởi vì lấy ngay kết quả tu trì làm chất liệu trên con đường tu tập. Trong lịch sử có nhiều người phản đối quan điểm Mật thừa được truyền dạy bởi chính đức Phật, nhưng ngài Long Thọ đã viết nhiều luận giải sâu rộng lập luận rằng chính đức Phật đã truyền dạy Mật thừa. Tương tự như vậy, ngài Di Lặc trong bộ luận "Đại thừa Trang Nghiêm Luận" lập luận rằng chính đức Phật Thích Ca đã truyền trao giáo pháp Đại thừa. Tantra được gọi là bí mật bởi vì, ngoại trừ Thời Luân Kim Cương được truyền trao rộng rãi, giáo pháp Mật thừa không được truyền trao rộng rãi và công khai trước đại chúng. Có thể phân loại giáo pháp của đức Phật thành Hiển giáo giành

cho đại chúng nói chung, như Tứ Diệu Đế, và giáo pháp chỉ giành cho những chúng sinh có căn cơ, hay có cơ duyên riêng với từng loại Pháp cụ thể.

"*Giáo pháp Kinh thừa không là nhân để thành tựu sắc thân một vị Phật mặc dù giáo pháp trí tuệ là nhân đạt tới Pháp thân Phật. Sắc thân là thân phụng sự lợi ích chúng sinh, thành tựu được thông qua phương pháp thực hành Du già Bản tôn.*"

Thức có các mức độ khác nhau và những ấn tượng giác quan hiện diện khi con người đang thức. Mặc dù các ấn tượng giác quan sẽ ngừng tác động khi con người đang ngủ, nhưng thức vi tế vẫn hiện diện trong giấc mơ và thậm chí còn vi tế hơn khi con người trong giấc ngủ sâu. Khi chúng ta bị ngất hay bất tỉnh, dòng tâm thức vi tế vẫn vận hành, còn dòng tâm vô cùng vi tế thì vẫn vận hành ở thời điểm chết. Đây là lý do giải thích hiện tượng có nhiều người, thân của họ không bị phân hủy sau khi họ đã chết lâm sàng. Phật giáo Tạng truyền luận giải đó là do thức vi tế vẫn còn và do đó thân vẫn có thể duy trì. Nhiều các bậc thầy, hành giả Phật giáo vẫn trong trạng thái đại định nhiều ngày sau khi viên tịch, ví như: Ling Rinpoche, ngài vẫn trong trạng thái nhập định 13 ngày và Ganden Tripa đời thứ 100 trong 18 ngày.

Nhiều nhà khoa học hiện đại rất quan tâm nghiên cứu hiện tượng này và đã cung cấp thiết bị, dụng cụ để quan sát những hiện tượng vật lý đang diễn ra trong những trường hợp này. Mặc dù có một số kết quả nghiên cứu nhưng vẫn chưa có những luận giải thuyết phục. Tuy nhiên nếu tu trì và thấu hiểu các luận giải về các giọt, khí và năng lượng trong thực hành Mật pháp, đặc biệt các luận giải rất rõ ràng trong giáo pháp Mật Tập Kim Cương, thì hiện tượng trên sẽ được sáng tỏ. Je Rinpoche từng giải thích về ba vai trò của ba bộ Mật pháp Tối thượng Du già như sau: Đại Uy Đức Kim cương là pháp thực hành nền tảng, Mật Tập Kim Cương là pháp thực hành chính yếu và Thắng Lạc Kim Cương là pháp thực hành tăng trưởng.

Một câu kệ trong Tổng quan về Mật pháp có đoạn: "*Những ai nguyện cất bước trên con đường Mật thừa trước hết phải là người thấu hiểu mục đích của tu trì Phật Pháp. Người đó phải là một thành viên của Tăng đoàn. Có nhiều cách phân loại khác nhau, tuy nhiên Abhayakara đã phân loại như sau: Tăng đoàn bao gồm chư Tăng, Ni và những Ưu bà tắc, Ưu bà di có giới nguyện. Cộng đồng tự viện có giới nguyện riêng và cũng phù hợp khi những hành giả cư sĩ đã thọ giới nguyện. Những hành giả cư sĩ có thể trì giữ một, một số hay năm giới. "Ở đây chúng ta đang bàn về giới nguyện không sát sinh, không trộm cắp, không nói dối, không tà dâm. Những giới ngày sẽ không thể trì giữ được nếu người đó trong tình trạng say rượu, bởi vậy điều cần thiết là phải tránh uống rượu."* Ngài

Gyalwa Dromtonpa đã phát thêm nguyện tu trì trong đơn độc, và sẽ rất tuyệt với nếu quý vị có thể phát nguyện này. Trong ngôn ngữ Tạng, người trì giữ giới, trước hết có nghĩa là nuôi dưỡng đức hạnh giúp chấm dứt khổ đau. Nói cách khác, tránh làm điều ác là con đường dẫn tới giải thoát. Sẽ rất tốt nếu có thể phát nguyện trì giữ giới này nhưng không bắt buộc.

"Tổng quan về Mật pháp có dạy rằng, Quy y là nền tảng của tất cả các Pháp. Sự chuyển hóa là kết quả của thực hành Pháp sẽ không diễn ra tức thời mà phải trải qua tiến trình thực hành với sự nhẫn nại, tinh tiến, biết nhìn bậc Thầy là Phật và Tăng đoàn chính là những đồng tu nâng đỡ ta trên con đường đạo. Dù quý vị có quyết định phát nguyện giữ bao nhiêu giới đi nữa thì cần phải đảm bảo rằng mình có thể trì giữ tinh nghiêm được những giới đó và phải trở thành thành viên của Tăng đoàn."

(*) Hai giai đoạn thiền quán trong Mật thừa

Thiền tu Mật thừa có thể chia thành hai giai đoạn: giai đoạn phát sinh và giai đoạn viên mãn. Giai đoạn phát sinh là những giai đoạn thiền quán phát triển mở đầu và giai đoạn viên mãn là giai đoạn hoàn thành. Nếu phân chia các Mật pháp thành bốn thứ lớp thì các giai đoạn phát sinh, viên mãn ở từng thứ lớp cũng có những đặc điểm khác nhau. Trong Mật pháp Du già Vô thượng như Mật Tập Kim Cương thì hai giai đoạn phát sinh và viên mãn về cơ bản được phân chia như sau:

Thứ nhất, giai đoạn Phát sinh: Hành giả thiền quán thân tướng và hòa nhập thân, khẩu và ý Bản tôn. Giai đoạn này chú trọng năng lực quán tưởng, định tâm, ý thức được bản chất thanh tịnh nơi Bản tôn và thân mình.

Thứ hai, giai đoạn Viên mãn: Hành giả tu trì Mật pháp Du già Vô thượng có được niềm hỷ lạc, trải nghiệm cảnh giới bất nhị thông qua thể ngộ về khí mạch bên trong cùng sự chuyển hóa năng lượng vi tế nơi thân tâm. Trong điểm của giai đoạn này là năng lực vận dụng tâm vi tế, đạt tới sự chuyển hóa chân thực của thể ngộ thông qua việc rèn luyện khí, kinh mạch, minh điểm. Trong giai đoạn này, ngoài việc quán tưởng về năng lực của tâm thì còn cần rèn luyện sự chuyển hóa về thân vi tế. Người hành giả phải rèn luyện những khí mạch bị bế tắc, giúp chặn đứng sự vận hành của ý thức và khí thô, để khai thông dòng thức vi tế. Tịnh quang (ánh sáng) căn bản có thể khởi sinh, Phật tính khi đó cũng hiển lộ. Nếu như giai đoạn phát sinh chú trọng tới tịnh hóa thân, khẩu, ý, chuyển hóa dòng ý thức thô thì giai đoạn viên mãn chú trọng tu trì về kinh mạch, khí, minh điểm, trải nghiệm tâm vi tế và tâm cực vi tế. Sự tiếp nối giữa hai giai đoạn tu trì này là sự chuyển hóa giữa những thứ lớp khác nhau của tâm vi tế tới tâm cực vi tế.

La Sơn Phúc Cường dịch và tổng hợp

***

Nguồn: 1. Dalai Lama, Preliminary Teachings at Gyumey Tantric College, Hunsur, Karnataka, 10.12.2015
2. Teaching the Eight great Tantric Commentaries of Gyumey Tantric College, Hunsur, Karnataka, 12.12.2015
3. Long-life Offering at Gyumey and Departure for Sera Lachi, Hunsur, Karnataka, 12.12.2015
4. Vũ Thỏa, Nguyên Ninh Cống Bố, 1000 Vấn đề về Mật Tông, Sen Thu dịch tiếng Việt, Nxb Thời Đại, 2011.