

ĐỨC GYALWA DOKHAMPA, KHAMTRUL RINPOCHE ĐỜI THỨ IX: CON ĐƯỜNG VÀ HƯƠNG VỊ GIẢI THOÁT

Đức Gyalwa Dokhampa, Khamtrul Rinpoche đời thứ IX

Con đường và hương vị giải thoát



Chư Phật tuyên thuyết giáo pháp thâm diệu, phù hợp với mọi loại căn cơ của chúng sinh, hay khả năng trí tuệ của mỗi cá nhân. Phật tử cần phải chắt lọc được tinh túy của giáo pháp, tích hợp hết thảy thành một pháp vị duy nhất, để từ đó thực hành hàng ngày. Nói chung, dù thực hành Phật giáo Đại thừa, Phật giáo Nguyên thủy hay Phật giáo Kim Cương thừa thì cốt yếu có thể đúc kết ở ba điểm: (1) không làm điều ác, (2) làm hết thảy việc lành và (3) rèn luyện tâm ý mình.

Phật, Pháp và Tăng là gì? Phật là một trạng thái tâm tỉnh giác, hoàn toàn vắng bóng sân giận, ganh ghét, vô minh, tham dục, kiêu mạn... Khi giải thoát khỏi những điều đó, sẽ giải thoát khỏi luân hồi vì luân hồi.

Tiếp đến người thực hành Phật pháp cần phải thấu hiểu luật nhân quả. Bất cứ điều gì ta làm đều chắc chắn tuân theo quy luật này. Khi bạn đã hiểu rõ về nhân quả, bạn sẽ tới chùa gặp một bậc thầy và thưa rằng: con muốn thụ giới và phát nguyện “Kể từ nay về sau, con xin quy y Phật, trạng thái tâm hoàn toàn thoát khỏi những xúc tình tiêu cực, nghiệp và luân hồi, con xin quy y Pháp, giáo pháp của Ngài, và quy y Tăng, tập hội những vị hành giả vĩ đại”. Bạn sẽ nói ba lần như vậy.

Đức Gyalwa Dokhampa, Khamtrul Rinpoche đời thứ IX

Con đường và hương vị giải thoát



Sau khi đã tin tưởng vào quy luật nhân quả, giới nguyện đầu tiên của người thực hành Phật pháp là **“không bao giờ làm tổn hại bất kỳ chúng sinh nào”**. Đó là lý do tại sao sau khi Quy y, ít nhất bạn cần phải phát nguyện giữ giới không sát sinh. Rồi khi thụ giới không trộm cắp, giới không tà dâm, và giới không nói dối, không phải chỉ là tiểu vọng ngữ, mà cả đại vọng ngữ với mong muốn kiếm lợi hoặc làm hại người khác, hoặc để lừa người khác. Sau đó, bạn thụ giới không uống rượu, và nếu bạn muốn thì cũng có thể thụ giới không lập gia đình. Như vậy sau khi đã hiểu biết về Phật Pháp Tăng, bạn tin và hiểu rằng mọi thứ đều là nhân quả. Nhờ thế, bạn kiểm soát được các xúc tình tiêu cực, hành động tiêu cực, thực hiện nhiều thiện hạnh hơn, suy nghĩ tích cực hơn. Như thế bạn được xem là phật tử ở cấp độ đầu tiên, là người có

quan kiến đúng đắn rằng nghiệp và nhân quả là có thật. Nếu tôi muốn sức khỏe, giàu có, tái sinh vào đường lành..., tôi phải có tâm thiện, phải hành thiện, tôi không được làm những điều xấu xa, v.v...

Tiếp theo khi đã thấu hiểu và tin sâu sắc vào luật nhân quả, bạn sẽ khát khao được thực hành Phật pháp để mang lại lợi ích cho mình và cho người. Đức Dudjom Rinpoche nói rằng: “Dù bạn nằm mơ hàng trăm năm hay chỉ năm phút thì khi bạn tỉnh dậy cũng đều như nhau.” Như nhau ở chỗ nó không thực sự tồn tại, và không có gì có thể nắm bắt được. Khi bạn đã thấu hiểu, khi bạn đã đi xa hơn trên đạo lộ tâm linh, khi bạn nhận ra rằng “Sự giàu có, thuận lợi trong cuộc sống hiện tại là chưa đủ, tôi muốn giải thoát khỏi cuộc sống phàm trần này”. Đây là những cấp độ đầu tiên trên đạo lộ thực hành giáo pháp giải thoát.

Để phá vỡ vòng quay của luân hồi, bạn phải nhìn sâu vào bên trong và nỗ lực thấu hiểu được tính vô thường và tính không của “ngã”, tính không của cái “tôi”, cái “ngã” không thực sự tồn tại, hiện hữu. Tiếp đó, bạn có thể giữ các giới xuất gia như giới Tỳ kheo, giới Sa di, giới cư sĩ... hay bất kỳ giới nào bạn muốn. Thông thường, những giới luật gốc rất quan trọng bởi đức Phật Thích Ca Mâu Ni từng nói: Nếu bạn là người hào phóng trong đời này thì bạn sẽ trở nên giàu có trong đời sau, nhưng nếu bạn không trì giữ bất kỳ giới luật nào trong đời này, thì đời kế tiếp rất khó để có thể được tái sinh làm người.

Đối với một hành giả thực hành thường nhật cũng như vậy, việc giữ giới rất quan trọng bởi vì nó tạo ra một ranh giới theo nghĩa “Tôi là một phật tử, tôi là người thực hành theo Phật Pháp, tất nhiên tôi còn rất nhiều lỗi lầm, tôi không hoàn hảo. Nhưng đây là ranh giới mà tôi sẽ không vượt qua, tôi sẽ không vượt qua ranh giới này để tước đoạt đi mạng sống của ai đó, tôi sẽ không vượt qua ranh giới này để làm hại ai đó.” Vì thế đặt ra ranh giới là rất quan trọng. Nếu bạn không làm thế, từ vô thủy, chúng ta đã huân tập biết bao sân giận, tật đố, những điều bất thiện, vì thế chúng ta rất khó kiểm soát bản thân. Trì giới là cách để ngăn bạn sát hại, ngăn bạn tước đoạt mạng sống, ngăn bạn trộm cắp tài sản của người khác, ngăn bạn nói dối. Cuối cùng là giới uống rượu. Rượu là một giới bởi khi uống rượu, bạn mất khả năng phân biệt tốt xấu. Khi không còn khả năng phân biệt thì bạn cũng sẽ phạm tất cả những giới nguyện khác. Đó là lý do vì sao là phật tử chúng ta không nên uống rượu. Tôi cho rằng chúng ta phải giữ tối thiểu năm giới. Điều này rất quan trọng.



Nếu bạn muốn trở thành một hành giả Đại thừa, bạn sẽ phải có một số giới nguyện. Trong Đại thừa Phật giáo có hàng Bồ Tát tại gia và Bồ Tát xuất gia. Bồ Tát xuất gia là chư Tăng Ni, nhưng cũng có Bồ Tát là những cư sĩ bình thường. Nếu bạn nhìn lại lịch sử cuộc đời đức Phật, có rất nhiều đời Ngài làm vua, Ngài sinh làm ông chủ, v.v... Chư Bồ Tát có thể tái sinh làm cư sĩ. Nhưng như tôi đã nói, giới nguyện ở cấp độ đầu tiên là không sát sinh, không trộm cắp, không nói dối, không làm hại người khác..., chủ yếu để bảo vệ bản thân bạn, bảo vệ giới nguyện không làm tổn hại tha nhân. Nếu bạn không giữ giới không làm hại chúng sinh, bạn không thể thực hành lợi tha. Đó là lý do cho dù bạn là một Bồ Tát thì những giới đầu tiên vẫn cần phải được trì giữ. Trên nền tảng đó, bạn phát nguyện trì giữ giới Bồ Tát. Giới nguyện Bồ tát thường là “tôi muốn được giải thoát không chỉ riêng bản thân khỏi luân hồi, mà tôi muốn giải thoát cho tất cả chúng hữu tình, tôi muốn tất cả chúng sinh đều đạt được giác ngộ. Còn ngay trong đời này, bất kỳ điều gì họ mong nguyện, dù đó là sự giàu có hay hạnh phúc, tôi mong muốn có thể đem lại cho họ. Để có thể làm được như vậy, tôi nguyện tinh chuyên thực hành Phật Pháp.”

Giới Bồ tát có thể được luận giải ở ba phương diện:

Thứ nhất là Nhiếp luật nghi giới, nghĩa là Bồ tát sẽ không làm những điều bất thiện gây hại cho mình, cho người.

Thứ hai là Nhiếp thiện pháp giới, nghĩa là tôi sẽ không keo kiệt, tôi sẽ nhẫn nại, tôi sẽ thiên định để giải thoát bản thân, để làm những việc lợi lạc chúng sinh.

Thứ ba là Nhiếp ích hữu tình giới, nghĩa là hành lợi tha theo mong nguyện của chúng sinh.

Trong luân hồi luôn có những nỗi khổ, như nỗi khổ phải cách xa những người, những môi trường mà mình quý mến, hay gặp phải những sự việc, những người, những hoàn cảnh trái ngã, bất như ý. Đây là những khổ đau mà bất kỳ ai, dù giàu hay nghèo, đều phải trải qua. Chúng ta mong muốn giải thoát chúng sinh khỏi luân hồi, đó là lý do vì sao chúng ta thực hành Phật Pháp. Thực hành Phật Pháp với động cơ thanh tịnh, nghĩa là không phải vì mục đích tự lợi, không phải để trở nên giàu có hay vì những phù hoa giả tạm thế tục, mà mục đích hoàn toàn để giúp đỡ tha nhân. Đó là cách tiếp cận của Đại thừa trong thực hành giáo Pháp.

Trước đây Kim Cương thừa hầu hết được hộ trì và gìn giữ trong vòng bí mật. Nếu bạn nhìn lại lịch sử đạo Phật thì truyền thống Nguyên thủy được giảng dạy rất công khai và phổ biến nhờ đóng góp không nhỏ của Tôn giả Xá Lợi Phất. Đặc biệt khi Đức Phật còn tại thế, giáo pháp được thuyết giảng và thực hành chủ yếu là Phật giáo Nguyên thủy. Dù cùng do Đức Phật tuyên thuyết nhưng Đại thừa chỉ thực sự hưng long và nở rộ trong thời kỳ của Tu viện Nalanda, khoảng 400 năm sau khi Đức Phật nhập Niết bàn. Tu viện Nalanda đã trở thành một trường Đại học Phật giáo ở Ấn Độ với đa số những giảng sư, những bậc thầy đã hoằng truyền giáo lý Đại thừa rộng khắp muôn nơi như Ngài Long Thọ, Ngài Vô Trước,... Đó là thời kỳ lịch sử huy hoàng của Phật giáo Đại thừa, của những đạo sư và đệ tử Đại thừa mà chúng ta có thể truy tầm lại được.

Kim Cương thừa luôn được coi là truyền thừa bí mật bởi vì việc thực hành đòi hỏi phải có những tri kiến căn bản về vô thường, xả ly, khổ đau của luân hồi, nghiệp và kể đó là khai phát Bồ đề tâm mạnh mẽ và hoàn thiện các Ba la mật, nếu trực tiếp đi thẳng vào chân lý tuyệt đối của vạn pháp thì ngay lập tức họ không thể hiểu được hoặc có thể rơi vào tà kiến của cách hiểu sai lệch do thiếu trí tuệ thực chứng.

Khi bắt đầu tu tập Kim Cương thừa, điều tối quan trọng là người thực hành cần thọ nhận quán đỉnh. Đây chính là ngưỡng cửa và là đặc trưng của Kim Cương thừa để hành giả có thể thực hành nghi quỹ tu trì theo một Bản tôn (ví dụ đức Quan Âm, đức Dược sư hay Trí tuệ Văn thù...) nhất định. Nói cách khác, quán đỉnh là nghi thức nhập môn mà người thầy truyền trao cho đệ tử, bao gồm mô tả, giảng nghĩa, quán tưởng, thứ lớp tu tập cùng với các nghi thức cúng dường và trì tụng chân ngôn tương ứng. Quán đỉnh trong Mật tạng có nghĩa là truyền trao kinh nghiệm, năng lực, trí tuệ tích lũy qua nhiều thế hệ các bậc thầy tới người đệ tử. Quán đỉnh về thân giúp người thọ nhận được gieo hạt giống tri kiến về tính không của vạn pháp và của bản thân. Quán đỉnh khẩu giúp người thọ nhận có tri kiến về tính không của âm thanh để cởi bỏ thái độ bám chấp và định kiến với âm thanh, chẳng hạn như phản ứng trước những lời khen

chê v.v... quán đỉnh về tâm giúp người thụ nhận hiểu rằng mọi phiền não, mọi tư tưởng, suy nghĩ cũng như mọi hành vi thiện, bất thiện đều không tồn tại như chúng đang hiển diện. bản chất chân thật của tâm vốn thanh tịnh, trong sáng, bất nhị và hoàn hảo, song chúng ta không nhận ra bản chất đó vì những tập khí cố hữu và những quan niệm của chúng ta phản ánh thành sự ghen tỵ, sân giận hoặc xúc tình bên ngoài..

Điểm ưu việt của Kim Cương thừa là không đàm luận nhiều về những vấn đề như “bất nhị” mà là những phương tiện, những khai thị chỉ thẳng, trực tiếp giúp người thực hành trực kiến tự tính tâm, chứng ngộ Phật tính vốn sẵn nơi bản tâm. Thay vì thuyết giảng vạn pháp đều có bản chất tính không, Kim Cương thừa chỉ ra rằng mọi hiện tượng tự bản lai vốn toàn thiện, nhưng tri kiến của những người phàm phu lại nhìn nhận mọi thứ thành bất tịnh. Thông qua các phương pháp quán tưởng chư Phật, cõi Tịnh độ xuất hiện một cách toàn hảo, viên mãn, người thực hành dần chuyển hóa những tri kiến bất tịnh, nhiễm ô trở thành thanh tịnh. Như thế thay vì phải rời tới những nơi hẻo lánh để an định tâm, trốn tránh những sân giận, tật đố, người thực hành ngay lập tức chuyển hóa những cảm xúc bất thiện như ganh ghét thành trí tuệ để làm lợi ích tối đa chúng sinh. Thay vì nói suông: “điều này xấu, điều kia tốt”, hoặc “người này thế này, kẻ kia thế nọ”, người thực hành chuyển hóa tất cả chúng sinh trở thành những chúng sinh thanh tịnh nơi cõi Tịnh độ.



Như vậy trong Phật giáo Kim Cương thừa, nhờ vào quán tưởng người thực hành có thể có được sự định tâm, định ở đây có nghĩa là khả năng tập trung vào một chủ điểm. Đó là điểm thứ nhất.

Điểm thứ hai, cho dù còn có vô số nguyên nhân sâu xa liên quan tới sự quán tưởng, song lúc này vì phàm phu còn đang có nhiều quan niệm về đẹp, xấu, thiện-bất thiện..., vô số khái niệm nhị nguyên như vậy, nên thông qua quán tưởng, bằng cách quán rằng môi trường xung quanh đều thanh tịnh, rằng cõi này là cảnh giới tịnh độ, mọi bậc thầy đều là Phật, hết thầy Tăng Già là chư Bồ tát, đất nước này cũng là cõi tịnh độ, mọi quán tưởng của người thực hành đều hướng tới sự thanh tịnh vô nhiễm. Sở dĩ hướng tới sự thanh tịnh vô nhiễm là vì nếu như không có những khái niệm nhị nguyên, người thực hành sẽ không phân biệt xấu đẹp, khen chê. Tất cả mọi thứ vốn hoàn hảo tự nhiên. Xấu hay tốt là do khái niệm ngụy tạo! Việc quán tưởng giúp người thực hành hiểu ra rằng nếu như không phải do sự tạo tác của tâm phàm phu thì vạn pháp vốn tự nó đã hoàn hảo và toàn thiện.

Như vậy có những tri kiến, tâm nguyện và công hạnh ở mức độ khác nhau nhất định khi thực hành Phật giáo Nguyên thủy, Đại thừa và Kim cương thừa nhưng tựu chung lại pháp vị giải thoát thì không khác. Sự vĩ đại của đức Thế tôn chính là ngài đã truyền trao vô số giáo pháp tùy hợp từng căn cơ mỗi chúng sinh. Mỗi người thực hành có thể tùy cơ lựa chọn, chắt lọc tinh túy của giáo để thực hành sao cho lợi ích bản thân và cộng đồng nhiều nhất.

Kiến Thường Văn tổng hợp.

Tạp chí Nghiên cứu Phật học - Số tháng 11/2019

Nguồn:

1. *Bài giảng: Tam thừa Phật giáo, Đức Gyalwa Dokhampa, Khamtrul Rinpoche đời thứ IX, Quan Âm tu viện, Tp Hồ Chí Minh, 2018.*
2. *Three vehicles of Buddhism, Gyalwa Dokhampa, Khamtrul Rinpoche, www.Khamtrul.org*
3. *Tam thừa Phật giáo và truyền thừa tinh túy, Gyalwa Dokhampa, Khamtrul Rinpoche 2011, Nxb Tôn giáo.*