

HÀNH TRÌ MẬT TÔNG TÂY TẠNG TẠI VIỆT NAM



Mật tông Tây Tạng đặc biệt chú trọng về nghi thức Quán đảnh (wang) và hành giả phải được khải truyền nghi quỹ (lung), được giảng dạy nghi quỹ (trid) từ một vị thầy giác ngộ để nhận được ân sủng của dòng truyền thừa. Lễ Quán đảnh được dịch từ chữ “wang” trong tiếng Tây Tạng, nói đến giai đoạn đầu tiên, không thể thiếu sót để bắt đầu hành trì Mật tông.

Mặc dầu hầu hết các dòng truyền thừa của Phật giáo Việt Nam từ xưa đến nay đều bắt nguồn từ Thiền tông, song pháp tu hàng ngày của Tăng Ni, Phật tử lại thường bao gồm cả Thiền - Tịnh - Mật.

Trong truyền thống tu tập tại các chùa, Mật tông chủ yếu được thể hiện trong hai thời khóa tụng và nghi thức cúng cô hồn - đặc biệt là trai đàn chẩn tế, cũng như sự trì niệm của mỗi cá nhân. Những nghi thức này chịu ảnh hưởng chủ yếu từ Đông Mật (Trung Quốc, Nhật Bản), được xem là hệ Tantra cấp đầu tiên của Tây Tạng (Kriya-Tantra), sự hành trì chủ yếu liên hệ với các nghi thức ngoại giới, chưa phải cốt tủy của Mật tông Tây Tạng.



Ngài Gyalwang Dukpa thăm chùa Hương, năm 2007

Mật tông, hay Kim Cang thừa, là giai đoạn phát triển thứ ba của tư tưởng Đại thừa Phật giáo, sau Bát nhã và Duy thức; và Tây Tạng được xem là nơi cất giữ một cách trọn vẹn tinh túy Mật tông Ấn Độ. Mặc dù được truyền vào từ cuối thế kỷ thứ VIII bởi ngài Padmasambhava (Liên Hoa Sanh) và phát triển mạnh vào thế kỷ XI do đóng góp của ngài Atisa, song mãi đến khi Trung Quốc chiếm giữ Tây Tạng vào năm 1959, Mật tông Tây Tạng mới bắt đầu được truyền bá ra khắp thế giới.

Bài viết này là phác thảo bước đầu về Mật tông Tây Tạng (Tây Mật) tại Việt Nam - một phác thảo cho thấy sự thịnh hành của pháp tu này vào thời hiện đại bên cạnh những lối hành trì mang tính truyền thống của Phật giáo nước ta.



Những hành giả Việt Nam bên ngài Sangsa Rinpoche tại Nepal

Về Mật tông tại Việt Nam

Mật tông vốn truyền vào Việt Nam từ khá sớm. Theo Thiền uyển tập anh, vào thế kỷ thứ VI, ngài Tỳ Ni Đa Lưu Chi, người Ấn Độ, đã đến Việt Nam và dịch kinh Đại thừa phương quảng tổng trì tại chùa Pháp Vân. Đây là một bộ kinh của Mật giáo, và liên hệ rất nhiều đến Thiền.

Vào thời Đinh và Tiền Lê, Mật tông đã khá thịnh hành tại Việt Nam. Những trụ đá được phát hiện tại Hoa Lư, Ninh Bình vào các năm 1963, 1964, 1978 - dựng vào năm 973, thời Đinh; có trụ dựng năm 995, thời Lê Đại Hành - đều khắc bản kinh Phật đỉnh Tôn thắng Đà La Ni (Usnisavijaya dharani), một bản kinh rất phổ biến của Mật giáo, đã chứng minh cho điều đó.

Dĩ nhiên Mật tông thịnh hành tại nước ta không chỉ do mỗi ngài Tỳ Ni Đa Lưu Chi, mà còn từ Phật giáo Chiêm Thành, những Tăng sĩ ngoại quốc và những vị sư Việt Nam thọ học từ Ấn Độ. Trong đó, ngài Mahamaya, gốc Chiêm Thành, thuộc đời thứ 10 của thiền phái Tỳ Ni Đa Lưu Chi, từng theo học với ngài Pháp Thuận - Pháp hành sám và trì tụng chú Đại bi - cũng rất nổi tiếng về pháp thuật. Thiền uyển tập anh cho rằng ông đặc pháp Tổng trì Tam muội, thi triển nhiều pháp thuật khiến cho vua Lê Đại Hành và dân chúng đều nể phục. Một thiền sư Việt,

ngài Sùng Phạm (mất năm 1087), đời thứ 11 của thiền phái Tỳ Ni Đa Lưu Chi, đã đến Ấn Độ chín năm, sau mở trường dạy tại chùa Pháp Vân. Đệ tử của ngài có sư Từ Đạo Hạnh nổi tiếng về phù chú và sư Trì Bát cũng thấm nhuần Mật giáo. Đại Việt sử ký toàn thư cũng ghi chép về một vị Tăng sĩ Ấn Độ, vào năm 1311, đến nước ta, xưng là 300 tuổi, theo Mật giáo, có thể ngồi xếp bằng nổi trên mặt nước. Năm 1318, vua Anh Tông mời một Tăng sĩ Ấn Độ, tên Ban Đế Đa Ô Sa Thất Lợi đến dịch một bộ kinh Mật giáo tên là Bạch Tán Thần chú kinh.

Thiền uyển tập anh còn cho thấy, trong thiền phái Tỳ Ni Đa Lưu Chi còn có những vị thiền sư khác giỏi về Mật tông, như: Vạn Hạnh (- 1068), Thiền Nham (- 1163), v.v...



Thủ ấn và đồ hình quán tưởng trong pháp tu cúng dường Mật đà la tích tụ công đức

Bên cạnh đó, thiền phái Vô Ngôn Thông, dù không nghiêng về Mật tông, song dấu ấn của Mật tông cũng được thể hiện khá rõ, điển hình qua các vị thiền sư Không Lộ, Giác Hải và Nguyễn Học. Thiền sư Không Lộ từng cùng với các sư Giác Hải và Từ Đạo Hạnh qua Thiên Trúc học Mật giáo, chứng đắc “lục trí thần thông”. Không Lộ nổi tiếng với câu chuyện hóa duyên (xin đồng) xứ Tống và chữa bệnh lạ cho vua Lý Thần Tông. Thiền sư Giác Hải được biết đến qua câu chuyện thi triển thần thông với đạo sĩ Thông Huyền. Còn sư Nguyễn Học chuyên trì tụng chú Hương Hải Đại bi trị bệnh và cầu mưa không khi nào là không linh nghiệm.

Như vậy, ngay thời kỳ hoàng kim của Phật giáo Thiền tông, dấu ấn Mật tông vẫn thể hiện rất đậm nét. Ngài Pháp Loa (Nhị tổ thiền phái Trúc Lâm) cũng dành nhiều thì giờ cho việc trì chú. Ngài cũng phân tích và chú thích một kinh văn có khuynh hướng Mật tông là Kim Cương trường Đà la ni khoa chú.

Quy y cảnh dòng truyền thừa Đức Quan Âm Bồ tát
(trong tu tập Guru Yoga)



Tuy thế, Mật tông Việt Nam từ thời kỳ đầu cho đến những thập niên cuối thế kỷ XX, dù có những ảnh hưởng rất lớn đối với đời sống tu tập của Tăng Ni, Phật tử song vẫn chưa thành lập tông phái một cách rõ ràng cũng như chưa có các dòng truyền thừa chính thức. Trong nhiều thời điểm, Mật tông tại Việt Nam được vận dụng như một phép thuật “quái lạ” khiến cho nhiều người cảm thấy nghi ngại. Đó là đặc điểm cũng như những hạn chế của Mật tông “truyền thống” tại Việt Nam.

Một vài nhân vật tiêu biểu hành trì Mật tông Tây Tạng tại Việt Nam

Mật tông Tây Tạng đặc biệt chú trọng về nghi thức Quán đảnh (wang) và hành giả phải được khẩu truyền nghi quỹ (lung), được giảng dạy nghi quỹ (trid) từ một vị thầy giác ngộ để nhận được ân sủng của dòng truyền thừa. Lễ Quán đảnh được dịch từ chữ “wang” trong tiếng Tây Tạng, nói đến giai đoạn đầu tiên, không thể thiếu sót để bắt đầu hành trì Mật tông. “Wang” có nghĩa đen là “quyền năng”, nhưng trong ý nghĩa là “ban truyền quyền

năng”, hàm ý là sự ban truyền quyền năng của trí tuệ từ vị thầy sang đệ tử, cho phép vị đệ tử đó đi vào hành trì tu tập và gặt hái thành quả tu tập, sẽ được điểm nhập vào trong tinh túy của chư Phật. Mật tông Tây Tạng cho rằng hành giả có thể tu chứng quả Phật ngay trong hiện đời, không phải trải qua quãng thời gian lâu xa được tính bằng A tăng kỳ kiếp.

Chỉ xét riêng trên yếu tố này, chúng ta đã thấy có sự khác biệt với pháp tu Mật tông trong các tự viện Việt Nam từ trước đến nay (vốn ảnh hưởng từ Đông Mật) so với pháp tu Mật tông Tây Tạng (Tây Mật). Theo đó, từ thời kỳ đầu khi Mật tông vào Việt Nam cho đến nửa đầu thế kỷ XX, có lẽ chưa có bất kỳ một người Việt nào tu tập theo đúng khuôn mẫu Mật tông Tây Tạng.

Mãi đến năm 1936, một Tăng sĩ Việt Nam đã du hành lên Tây Tạng và được thọ pháp với Lama Quốc Vương danh tiếng. Vị Tăng sĩ được xem là người Việt Nam đầu tiên thọ pháp với Lama Tây Tạng đó chính là Thiền sư Nhẫn Tế. (Cần chú thêm rằng, không ít người hiện vẫn nghi ngờ, không rõ Thiền sư có được truyền dạy Mật tông hay không, và được truyền thụ bởi ai? Hơn nữa, vào thời bấy giờ Tây Tạng còn thực hiện chính sách cấm cửa đối với người ngoại quốc, rất khó có người du nhập, chưa nói là được thọ pháp? Những cứ liệu sơ lược sau đây, chúng tôi y cứ vào Nhật ký Tây du Phật quốc cùng với một số hình ảnh, kỷ vật của ngài hiện vẫn còn lưu giữ tại chùa Tây Tạng, Bình Dương, nơi ngài trụ trì, sẽ ngầm trả lời cho câu hỏi đó).

Vào tháng 4-1935, Thiền sư Nhẫn Tế từ Sài Gòn đáp tàu đi Ấn Độ. Đến Ấn, ngài tham gia vào Hội Đại Bồ Đề (Maha Bodhi Society) ở Sarnath. Nhờ sự giới thiệu của Hội này, tháng 2-1936, ngài rời Ấn Độ lên Tây Tạng cùng với 4 vị sư Tây Tạng khác. Tháng 6, ngài tới thủ đô Lhasa, ra mắt Thừa tướng và yết kiến Quốc vương Tây Tạng - ngài Boda Lama (?), 27 tuổi, thế ngôi đức DaLai Lama thứ XIII vừa viên tịch cách đó 4 năm. (Trong Nhật ký đề ngày 6-9-1936, ngài có nói rõ rằng: “Từ bốn năm về trước thì quốc gia cấm ngoại quốc vào nước, cấm hút thuốc, ăn trầu...”, đến khi “tân Lama Quốc Vương kế vị đã bốn năm nay, thì ngài mở cửa cho rước các nước...”). Ngày 4-10-1936, ngài cầu pháp nơi đức Lama Quốc Vương và được ban pháp danh là Thubten Osall Lama (nghĩa là vòng kim cang huệ nhật).

Mặc dù Nhật ký không ghi cụ thể việc ngài thọ lễ Quán đảnh như thế nào, song có nhiều chi tiết huyền bí rất đáng lưu ý là từ ngày 16-7, ngài đã được “tiếp kiến” nhiều lần với một vị La hán (không rõ danh tánh, theo Nhật ký thì ngài vốn có duyên với vị Tổ sư này từ trước), được ngài “chuyển tư tưởng mở cả trí não của bản đạo, làm cho bản đạo đoạt lý tâm kinh, mới biết đó là đại thần chú của Tam thể chư Phật”. Theo đó, ngài đã nhận được ân sủng truyền thừa từ chính vị Tổ sư này và chính thức tu tập Mật tông Tây Tạng trước khi thọ pháp từ Lama Quốc Vương. Việc ngài về nước sớm, theo Nhật ký, là do sự căn dặn của vị Tổ sư kia về “nhân duyên tiếp độ” tại quê nhà, cho dù “nhiều bạn Lama trí thức muốn cho người ở lại Lhasa, nhưng ngày giờ hoảng hóa hầu đã đến”, hơn nữa “Lhasa có nạn”!

Đại đức Trí Không (Trái) và một bạn đồng tu người Nepal



Ngày 30-10-1936, ngài rời Tây Tạng về lại Ấn, sang Sri Lanka, tháng 6-1937 thì về đến Việt Nam.

Sau khi trở về từ Tây Tạng, ngài đã nhận lời mời trụ trì chùa Bửu Hương và đổi tên chùa thành “Tây Tạng tự”. Không rõ vì lý do nào mà hầu như ngài không truyền dạy Mật tông Tây Tạng cho ai, hoặc giả nếu có truyền dạy thì cũng chỉ hạn chế cho một số ít đệ tử của ngài (?). Theo Nhật ký thì trước, ngay và sau khi gặp vị Tổ sư huyền bí nọ, ngài vẫn luôn ngồi thiền, niệm Phật một cách hết sức chăm chỉ...

Sau Thiền sư Nhẫn Tế đến vài chục năm, một Tăng sĩ Việt Nam khác cũng đã có nhân duyên đi cầu pháp Mật tông Tây Tạng, đó là cố TT.Thích Viên Thành.

Theo lời mời của ngài Đại sứ nước Anh tại Bhutan lúc bấy giờ, Thượng tọa Thích Viên Thành - Viện chủ chùa Hương và chùa Thầy, đã đến Bhutan và thọ pháp với Đức Pháp chủ của quốc gia này, thuộc dòng truyền thừa Drukpa. Được sự gia trì và ban phước của Pháp chủ Bhutan, nên dù chưa trải qua thời kỳ nhập thất và hành trì dài lâu, Thượng tọa vẫn được phép truyền thụ lễ Quán đảnh cho đệ tử nhằm “đem sự thực hành này để phát triển tâm linh cho Tăng Ni Phật tử trong nước”. Vì vậy, năm 1992 được xem là thời điểm đầu tiên Mật tông Tây Tạng có sự truyền thừa chính thức đến Việt Nam do sự truyền dạy của TT.Thích Viên Thành.

Dù vậy, sự truyền bá Mật tông Tây Tạng của cố Thượng tọa vẫn có ít nhiều điểm khác biệt so với sự thực hành theo đúng với khuôn mẫu, điển hình như việc trì tụng chú Đại Bi, Chuẩn Đề - hai câu chú này vốn không được truyền thừa trong các dòng phái Tây Tạng; tại Tây Tạng, người ta chỉ thực hành thần chú của Quan Thế Âm Thập Nhất Diện và các pháp Quan Âm khác, vì vậy cho đến nay, vẫn chưa có sự truyền thừa cũng như khảo cứu rõ ràng về hai câu chú ấy. Hơn nữa, việc Thượng tọa viên tịch quá sớm cũng là một mất mát lớn lao cho hàng đệ tử của ngài - họ không thể có đủ thời gian để thực hiện hoàn tất các pháp tu mà ngài đã được truyền thụ. Dù vậy, hơn 16 năm qua, Mật tông Tây Tạng do cố Thượng tọa hướng dẫn vẫn âm thầm bắt rễ trong đời sống của nhiều Tăng Ni, Phật tử, nhất là phía Bắc.

Một Tăng sĩ khác, còn khá trẻ, ĐĐ.Thích Trí Không, sinh năm 1975, hiện là một hành giả Mật tông Tây Tạng hành trì một cách đều đặn và miên mật với những đợt nhập thất hàng năm.

Năm 2000, lần đầu tiên ĐĐ.Trí Không thọ Quán đảnh với ngài Kyabje Kusum Lingpa - nhân chuyển viếng thăm (du lịch) Việt Nam và truyền Quán đảnh cho khoảng 100 Tăng Ni, Phật tử tại TP.HCM. Năm 2003, thầy một mình lặn lội sang Ấn Độ rồi đến Nepal thọ pháp với ngài Kyabje Trulshik Rinpoche và tu tập với ngài 3 tháng. Cuối năm 2003, thầy lại cùng một vị Tăng trẻ khác đến đó tu tập tiếp 6 tháng. Từ đó đến nay, năm nào thầy cũng hướng dẫn một nhóm Tăng Ni, Phật tử đến thọ pháp và tu tập với các Lama Tây Tạng tại Nepal và Ấn Độ, mỗi đợt từ 3-4 tháng.

Hiện ĐĐ.Trí Không tu học theo phái Nyingmapa (Cổ Mật) dưới sự hướng dẫn của ngài Kyabje Trulshik Rinpoche, dù thầy đã thọ pháp với khoảng 20 vị Rinpoche của cả 4 dòng phái Tây Tạng với các bậc thầy nổi tiếng như: Kyabje Kathuk Moktsa, Tulku Pema Wangyel, Rabjam

Rinpoche v.v...

Nhìn chung, cho đến nay, sau một số chuyến viếng thăm chính thức và trao lễ Quán đảnh của các Lạt Ma Tây Tạng tại Việt Nam cùng với việc nhiều người thọ pháp với các Lama nước ngoài, Mật tông Tây Tạng đang bắt đầu hưng thịnh tại Việt Nam. Ước tính số người Việt (trong nước) thọ pháp Quán đảnh từ các dòng truyền thừa Tây Tạng hiện nay là vào khoảng 15.000 người, trong đó có khoảng 300 người chính thức sang Nepal, Ấn Độ, Tây Tạng cầu pháp và thọ lễ Quán đảnh, chủ yếu với các dòng Nyingmapa (Cổ Mật - Mũ Đỏ), Drukpa Kagyud (Thiên Long - Mũ Đen), Gelugpa (Mũ Vàng). Và con số này đang ngày càng tăng thêm. Những hành giả Mật tông Tây Tạng tại Việt Nam hiện tập trung chủ yếu ở các vùng như: Hà Nội, Hà Tây, Bắc Ninh, Vĩnh Phúc, Phú Thọ, Việt Trì, TP.HCM, Lâm Đồng, Vũng Tàu, Đồng Nai, Cà Mau v.v...

Sơ nét về phương pháp hành trì Mật tông Tây Tạng

Đường vào Mật tông gồm có nhiều bậc. Hành giả trước tiên phải trải qua nền tảng tu tập giáo lý của Tiểu thừa lẫn Đại thừa, rồi mới tiến vào giai đoạn của Kim Cương thừa. Theo lời dạy của Đại sư Tulku Nyima Rinpoche thì: “Ai cũng muốn đi cho nhanh, nhưng phương pháp mau chóng nhất để thành tựu là đừng đốt giai đoạn, cũng đừng nhen nhúm ý tưởng muốn đốt giai đoạn. Vì đốt giai đoạn xong thì sẽ vấp ngã; vấp ngã xong thì uống phí biết bao thời giờ, cuối cùng sẽ còn đi chậm hơn nhiều kiếp nữa!”

*** *Giai đoạn cơ bản***

Còn gọi là giai đoạn Ngondro, tức Pháp tu nền tảng hay Pháp tu dự bị.

Trước tiên, hành giả phải tu tập, chiêm nghiệm, thiền quán Bốn bước khởi đầu bình thường và Năm bước khởi đầu phi thường.

Để thực hiện Bốn bước này, hành giả phải dựa trên bốn phép quán niệm, trong Mật tông gọi là bốn phép chuyển tâm, bao gồm:

1. Thân người là quý: ý thức sự hy hữu được thân người để tu thành Phật quả.
2. Thân, tâm và hoàn cảnh đều vô thường: ý thức mình có thể chết bất cứ lúc nào nên cần phải cấp cấp nỗ lực tu trì.
3. Nhân nào quả nấy: ý thức khi mình hành động thiện thì sẽ mang lại kết quả tốt đẹp, còn hành động ác thì kết quả sẽ tai hại - chúng ta có thể tự do xoay chuyển nghiệp của mình.
4. Luân hồi là khổ: ý thức toàn bộ tiến trình sinh tử luân hồi, cho dù chúng ta có tái sinh ở cõi trời hay địa ngục đi nữa, thì chu trình này đều đau khổ.

Tiếp theo, để thực hiện Năm bước, hành giả phải thực hành:

1. Quy y và lễ lạy: Nhằm tạo chỗ dựa vững chắc và thể nghiệm Phật, Pháp, Tăng ngay chính bản thân để tiến tới giải thoát, hành giả phải xưng tụng: Namo Buddhaya, Namo Dharmaya, Namo Sanghaya và lễ lạy năm vóc sát đất.
2. Phát Bồ đề tâm: Hành giả khởi Đại bi tâm, thương xót tất cả chúng sanh đang lặn hụp trong

vững lấy sinh tử, muốn đạt đến trạng thái giải thoát và chứng ngộ Phật quả một cách nhanh nhất để cứu độ họ. Hành giả trì tụng câu kinh Phát Bồ đề tâm để làm mạnh mẽ thêm ý nguyện thiêng liêng, cao cả đó.

3. Thanh tịnh nghiệp chướng: Hành giả sám hối tất cả lỗi lầm từ xưa đến nay theo pháp tu Đệ nhất thanh tịnh tội lỗi với Kim Cương Tát Đỏa - quán tưởng và trì tụng thần chú Bách tự Kim Cang, hoặc lạy sám với 35 vị Phật.

4. Tích lũy công đức: Hành giả muốn chứng quả vị Phật thì phải thành tựu viên mãn Công đức và Trí tuệ, bằng cách cúng dường Mạn đà la - dâng cúng những gì quý giá nhất lên chư Phật, chứng tỏ lòng thành của hành giả hướng dâng trọn vẹn cuộc đời cho sự giải thoát giác ngộ như chư Phật, nhờ vậy mà phát sinh được nhiều công đức.

5. Ân sủng của dòng truyền thừa: Pháp này vô cùng quan trọng. Hành giả hòa nhập tâm mình với tâm của bậc thầy qua pháp Đạo sư Du già (Guru Yoga) thông qua các nghi quỹ và thần chú. Vị đạo sư chính là sự thể hiện hữu hình cụ thể của Phật, Pháp và Tăng nên hành giả phải luôn lễ kính.

Theo pháp tu Tây Tạng, hành giả phải thực hiện các pháp này mỗi pháp là 111.111 lần với tất cả sự chí thành, chí tâm và toàn lực. (Thực ra, con số này đã trừ bớt 10% lơ đễnh, còn lại 100.000 lần). Riêng pháp cuối cùng, hành giả phải trì tụng câu chú của dòng truyền thừa từ 1.300.000 đến 2.000.000 lần, bởi pháp này vốn quan trọng nhất. Tuy thế, người ta vẫn thường gọi pháp này là pháp tu 500.000, dù túc số có nhiều hơn. Pháp tu này chung cho cả ba dòng, riêng dòng Gelugpa (Mũ vàng) có đôi chút khác biệt.

Để hoàn tất pháp tu Ngondro, đối với hành giả nhập thất, phải mất từ 6 tháng đến 1 năm mới xong; những hành giả không nhập thất song vẫn hành trì đều đặn mỗi ngày thì trung bình phải mất đến 3 năm mới xong.

Hành giả tu tập pháp nền tảng, trước tiên cần phải có tâm xuất ly, muốn vượt thoát ra khỏi vòng luân hồi sinh tử (cốt yếu của Tiểu thừa) và phải dũng mãnh phát Bồ đề tâm (tinh túy của Đại thừa). Vì lòng bi mẫn, hành giả phát Bồ đề tâm là vì thương xót chúng sanh, không phải chỉ giải thoát cho riêng mình, mà cần phải đạt quả vị giải thoát một cách nhanh nhất để cứu độ chúng sanh. Phải hội đủ những yếu tố đó hành giả mới xứng đáng là một hành giả Mật tông và mới có đủ điều kiện để tu tập Kim Cương thừa.

Đại sư Tulku Nyima Rinpoche dạy rằng, pháp tu nền tảng hay dự bị này là để: “thanh lọc hóa cái bình chứa, biến bình chứa thành bình tịnh thủy trước đã. Thầy có thể đoán chắc là các con sẽ mau chóng thành tựu nếu chịu khó miên mật, kiên trì hoàn thiện các pháp tu dự bị! Trên con đường tu tập các pháp tu dự bị, thầy bảo đảm là các con sẽ đạt được nhiều kinh nghiệm sâu sắc, có khả năng chuyển hoá mãnh liệt. Đến lúc đó rồi thì các con sẽ trở thành những chiếc bình chứa hoàn hảo để đón nhận những giáo huấn Dzogchen!”

* **Giai đoạn phát triển (Kye-rim)**

Sau khi được chín chắn qua lễ điểm đạo, chín chắn qua sự hiểu biết và thực hành giai đoạn

Ngondro, hành giả tiếp tục được rèn luyện với vị thầy qua một thời gian để làm chín chắn thêm dòng tâm thức để bước vào những giai đoạn mới.

Trong giai đoạn này, hành giả luyện tập thiền quán về một vị Bồ tôn mà mình có duyên hay do thầy chọn. Có hành giả thích những vị Phật hiền, có hành giả thích những vị Phật trong hình tướng hung dữ, tùy theo nghiệp kết nối của họ. Giai đoạn này cũng gọi là thiền quán Bồ tôn.

Cụ thể, hành giả sẽ quán cõi đất này chính là cõi Tịnh độ. Chỗ hành giả tu là cung điện của Bồ tôn. Nơi hành giả ngồi là đài sen, là tòa kim cương của Bồ tôn. Thân, khẩu của hành giả là thân, khẩu của Bồ tôn. Tâm hành giả an trụ trong định không lay động, nhất tâm, an trụ trong tâm của Bồ tôn. Nhờ đó, hành giả chuyển thức thành trí, nhận biết bởi do nghiệp của chúng sanh mà cõi này trở nên bất tịnh, còn đối với nhãn quan của chư Phật thì đây chính là Tịnh độ.

Như thế, hành giả Mật tông lấy kết quả làm con đường. Nghĩa là, sau khi nhận được Quán đảnh, nhận được ân phước của vị Phật, hành giả thiền quán mình chính là vị Bồ tôn đó, thấy mình và Bồ tôn không khác. Không có sự cách biệt giữa một vị Phật xa xôi với hành giả trong cõi này.

Mật tông lợi dụng tất cả những mong cầu, tham vọng nhất của bản ngã để tu tập. Khi bản ngã đó đã là một vị Phật thì hành giả không còn mong cầu gì nữa ngoài việc thiền quán về vị Phật đó. Nhờ được chín chắn và được gia trì bởi một vị đạo sư chứng đạo, việc quán tưởng của hành giả sẽ hoàn toàn không phải vọng tưởng. Bởi vị thầy của họ đã tu như vậy, chứng như vậy, trong hình thức như vậy và truyền trao tri kiến như vậy, nên đệ tử sẽ vâng theo lời dạy của thầy mà được thành tựu y như vậy, linh ảnh vị Bồ tôn giữa thầy và trò hoàn toàn không khác. Dĩ nhiên người học trò phải trải qua thời gian tích lũy công đức, tu hành đúng cách, hành trì miên mật và phải hoàn thiện hết tất cả các pháp môn mà bậc thầy đã chỉ dạy, như thế mới có cơ may tiến tới thành tựu viên mãn.

Khi cung thỉnh Bồ tôn từ cõi trí tuệ của ngài đến để cúng dường và tán thán, hành giả phải tu tập theo Thất nguyện Phổ Hiền (trong Thập nguyện Phổ Hiền), gồm: 1. Đảnh lễ chư Phật; 2. Cúng dường Tam bảo; 3. Sám hối nghiệp chướng; 4. Tùy hỷ công đức; 5. Cầu Phật chuyển bánh xe chánh pháp; 6. Xin Phật ở đời; 7. Hồi hướng công đức.

Hoàn thiện giai đoạn này, hành giả cần thực hiện pháp này theo đủ túc số Bồ tôn, tùy theo điều kiện mà chọn nghi quỹ ngắn hay nghi quỹ dài, và tùy theo pháp tu mà túc số có thể từ 6 triệu, 10 triệu, 32 triệu cho đến 100 triệu lần cho mỗi một câu thần chú của Bồ tôn. Theo đó, ở mức thấp nhất, nếu nhập thất, hành giả phải mất từ 1 cho đến 3 năm. Nếu không nhập thất, có thể cả đời hành giả vẫn không thực hiện đủ túc số. Ở những mức độ cao hơn, nhiều vị thầy đã trải qua gần hết cuộc đời trong chốn núi rừng u tịch mới có thể thành tựu được.

* **Giai đoạn Hoàn thiện (Dzog-rim)**

Thực hiện xong những pháp tu Bồ tôn của giai đoạn phát triển, hành giả sẽ thực hành các pháp tu về kinh mạch và những bài tập thân thể (Tsa-lung - tiếng Tây Tạng; Hatha-yoga -

tiếng Ấn) với những thủ ấn của Bốn tôn (thực hành Tsa-lung, Skr: Prana, Nada, Bindu) qua 6 pháp Du-già bí truyền đặc biệt, gồm: 1. Nội hỏa (Tumo) - pháp gốc rễ; 2. Huyền thân (Gyulu); 3. Quang minh (Odsel); 4. Chuyển mộng (Milam); 5. Vượt trung ấm (Bardo); 6. Chuyển thân thức (Phowa) - nếu hành giả trong đời chưa thành Phật thì có thể thực hiện pháp này để chuyển thân thức về cõi Tịnh độ.

Tiếp theo, hành giả thực hiện những Đại Ấn (Maha mudra), hoặc Đại Toàn thiện (Dzogchen) bởi những pháp tu Du-già bí truyền cao cấp nhất (thông thường là Trekchod và Togal) để nhận biết Tâm Kim cương (Dorje-sem), đạt được Tam thân Phật (Ku-sum). Thành tựu pháp này, hành giả đạt được giác ngộ, tu vô tu tu, chứng vô chứng chứng, tự tại ra vào sanh tử, tự tại tái sanh, tự tại thị hiện và tự tại hóa độ chúng sanh, chứng đắc tập pháp bao la của một vị Phật.

Thay lời kết

Hầu như bất kỳ Tăng Ni, Phật tử Việt Nam nào trong đời cũng đã từng đọc qua hay từng trì tụng minh chú. Có thể nói, như thế, họ đã bước đầu đến với Mật tông, có duyên với Mật tông, dù người Tây Tạng vẫn cho rằng trì chú không hẳn đã tu Mật tông, mà tu Mật tông nhất thiết phải đúng pháp như người viết đã trình bày ở trên. Pháp Mật tông Tây Tạng, cho dù khó hành trì theo đúng khuôn mẫu, song ngày nay đã có rất nhiều người Việt trong cũng như ngoài nước đang tha thiết hành trì.

Cơ duyên đã đến với những người mong muốn thực hành Tây Mật khi ngày càng có nhiều vị Lama đến hoằng pháp tại Việt Nam, và cũng không khó để tìm đọc những tác phẩm Mật tông Tây Tạng do đã có rất nhiều bản kinh, sách này đã được dịch sang tiếng Việt. Ở giai đoạn cơ bản, riêng tại Việt Nam, hiện cũng đã có khá nhiều hành giả có khả năng hướng dẫn người khác tu tập. Người tu Mật, nếu có duyên hoàn thành giai đoạn này thôi cũng đã đạt được những lợi ích lớn lao, mà theo lời dạy của ngài Tulku Nyima Rinpoche thì: “Nhìn lại toàn bộ pháp tu dự bị (Ngondro), thấy không thấy có cái gì hơn là như vậy được nữa! Không có cái gì có thể... nhanh chóng hơn là như vậy được nữa! Vậy bây giờ muốn tu các pháp tu dự bị để có cơ may tiếp tục tiến tới thành tựu viên mãn hay là muốn mất thêm mấy đại kiếp nữa?”.

Nếu không đủ cơ duyên thọ lễ Quán đảnh và tu trì theo khuôn mẫu Mật tông Tây Tạng, quý vị vẫn có thể trì niệm một số câu chú để đạt được những lợi ích nhất định. Những câu chú này đã được Đức Dalai Lama khuyến khích (cùng với một vài công năng sơ lược), gồm:

1. Minh chú Phật: Om muni muni maha muni ye svaha (Thọ nhận năng lực gia trì của Phật Tổ).
2. Minh chú ngài Quan Âm Tứ Thủ: Om mani padme hum (Phát triển tâm từ bi).
3. Minh chú ngài Văn Thù Sư Lợi: Om wagi shvari mum (Tăng trưởng trí tuệ).
4. Minh chú ngài Kim Cang Thủ: Om vajra pani hum (ôm vai-za pa-ni hum)(...)
5. Minh chú ngài Quan Âm Độ Mẫu Tara: Om tare tuttare ture svaha (Vượt qua các khổ nạn, tăng cường sức khỏe và tuổi thọ).
6. Minh chú ngài Liên Hoa Sanh: Om ah hum vajra guru padma siddhi hum (Tăng phước, tịnh

hóa nghiệp chương và nhận được sự gia trì).

Kính chúc quý vị Bồ đề tâm kiên cố!

Thực hiện bài viết này, người viết đã sử dụng 2 nguồn tư liệu chính (và một số nguồn tư liệu phụ khác):

1. Việt Nam Phật giáo sử luận - Nguyễn Lang (cho phần “Mật tông tại Việt Nam”).
2. Buổi phỏng vấn với thầy Trí Không tại Finôm - Lâm Đồng (chủ yếu cho những phần về TT.Viên Thành và phương pháp hành trì Mật tông Tây Tạng).

Xin chân thành cảm ơn các tác giả và ĐĐ.Trí Không (hiện cùng một số Tăng Ni, Phật tử đang tu tập tại Dehradun, Ấn Độ).

Tác giả: **Quảng Kiến**

Nguồn: **Báo Giác Ngộ**