

HÃY TỪ BỎ ĐỜI NÀY

Lama Thubten Zopa Rinpoche

Lạt ma Atisha trả lời: “Hãy từ bỏ đời này trong tâm con!”

LẠT MA ATISHA

LẠT MA ATISHA, người soạn bản văn lam-rim đầu tiên, *Ngọn Đèn trên Con Đường dẫn tới Giác ngộ*, là một học giả vĩ đại với sự thấu suốt và những chứng ngộ vô biên đã giúp truyền bá Pháp một cách rộng rãi. Thành tựu năm khoa tri thức (ngũ minh), ngài đã thể nhập thiền định nhất tâm và sự thấu thị và được nhiều Bổn Tôn dẫn dắt. Ngài đã xây dựng nhiều đền chùa và tu viện tại Ấn Độ, Tây Tạng và Nepal. Ngài đã sống tổng cộng bảy mươi hai năm, từ năm 982 tới 1054, trong đó có mười bảy năm sống ở Tây Tạng.

Nhờ thiện tâm của Lạt ma Atisha trong việc biên soạn *Ngọn Đèn trên Con Đường dẫn tới Giác ngộ* mà giờ đây những người chúng ta gặp pháp lam-rim mà không bị sai lầm về chỗ bắt đầu trên con đường tiệm thứ dẫn tới Giác ngộ. Những người không gặp lam-rim không hiểu được phải bắt đầu ở đâu. Mặc dù một người có thể từng nghiên cứu nhiều Kinh điển và những bản văn khác, nhưng nếu bạn hỏi họ: “Bạn bắt đầu con đường ra sao?” họ không biết cách trả lời; và nếu họ trả lời thì câu trả lời sau trở thành trước, với những thực hành về sau được nói tới trước những giai đoạn ban đầu của con đường.

Chúng ta cực kỳ may mắn bởi trong *Ngọn Đèn trên Con Đường dẫn tới Giác ngộ*, Lạt ma Atisha đã kết hợp toàn bộ con đường Kinh điển và tantra của Đức Phật – Tiểu thừa, Ba La Mật thừa, và Kim Cương thừa – thiết lập toàn thể con đường như một thực hành tiệm thứ nhờ đó ta có thể thành tựu sự Giác ngộ. Từ khía cạnh của các giáo lý, mọi sự đều hết sức sáng tỏ; vấn đề duy nhất là bởi chúng ta không chịu thực hành.

Lạt ma Atisha có nhiều đệ tử: những đệ tử chính yếu ở Ấn Độ là học giả Bhumisara và Vua Mahapali; và ở Tây Tạng, ngoài đệ tử tâm yếu là Dromtonpa còn có ba geshe Kadampa: Gonpawa, Naljor Chaktri Chok, và Jangchub Rinchen. Cũng có nhiều đệ tử khác như Jangchub Od, cháu trai của Vua Yeshe Od; Rinchen Zangpo; và Lotsawa Nagtso. Ngay cả những đệ tử của Lạt ma Atisha cũng có những phẩm tính vô hạn, những điều đó được trình bày trong tiểu sử của các ngài.

Khi Lạt ma Atisha sắp mất, Geshe Naljor Chaktri Chok nói với ngài: “Sau khi ngài mất, con sẽ hiến mình cho việc thiền định.” Lạt ma Atisha trả lời: “Từ bỏ mọi sự là một hành động xấu!” Lạt ma Atisha không nói rằng thiền định là tốt; ngài không nói: “Ồ phải, điều đó rất tốt!” Thay vào đó ngài nói: “Từ bỏ mọi sự là một hành động xấu!”

Sau đó Naljor Chaktri Chok nói với Lạt ma Atisha: “Nếu thế thì đôi khi con sẽ giảng Pháp và đôi khi thiền định.” Một lần nữa Lạt ma Atisha trả lời giống như trước. Naljor Chaktri Chok suy nghĩ thêm nữa, sau đó đưa ra đề nghị khác. Nhưng dù ông ta nói điều gì thì Lạt ma Atisha vẫn tiếp tục trả lời như thế. Cuối cùng, Najor Chaktri Chok hỏi: “Vậy thì con nên làm gì?” Lạt ma Atisha trả lời: “Hãy từ bỏ cuộc đời này trong tâm con!”

Ghi khắc lời dạy này tận đáy lòng, Naljor Chaktri Chok sống trong một khu rừng bách xù gần Tu viện Reting, chẳng khác gì lối sống của các thú vật trong rừng. Điều này không nói về tâm ngài – chỉ nói về thân. Sống một mình, không nhìn thấy ngay cả khuôn mặt một người nào khác, ngài trải qua đời mình ở đó.

DROMTONPA

Dromtonpa, người thông dịch của Lạt ma Atisha, sinh ở miền bắc Lhasa, rất gần Tolung, nơi sinh trưởng của Lạt ma Yeshe. Đây là thánh địa nơi Lạt ma Tsong Khapa đã nhìn thấy Guhyasamaja và Mahakala. Tôi đã ban một nhập môn Chenrezig (Quán Thế Âm) ở đó trong một chuyến hành hương tới Tây Tạng năm 1987. Đây cũng là nơi các tu sĩ Học viện Mật thừa Thấp dự các kỳ thi, nhận các bình giảng về các bản văn gốc Mật thừa từ tu viện trưởng của họ, và thực hành hát tụng. Dường như nơi sinh của Dromtonpa rất gần ở đây.

Đức Tara đã tiên đoán việc sinh ra của Dromtonpa, một hiện thân của Đức Chenrezig. Đức Tara đã tiên tri rằng Dromtonpa sẽ là một người trì giữ Phật Pháp, tâm ngài sẽ phong phú thêm nhờ những phẩm tính vô hạn của sự thấu suốt Kinh điển và những chứng ngộ và ngài sẽ nhìn thấy vô số không thể nghĩ bàn các Bồ Tôn.

Trước khi tới miền Trung Tây Tạng và trở thành người thông dịch cho Lạt ma Atisha, Dromtonpa sống ở Kham và là đệ tử-người phục vụ của Lạt ma Setsuen. Sau khi gặp Lạt ma Atisha, Dromtonpa hỏi ngài rằng trong tất cả những điều Dromtonpa đã làm, cái gì là thực hành Pháp tốt nhất. Ngài thuật lại cho Lạt ma Atisha về những thực hành khác nhau của ngài. Ngài cũng trình bày ngài đã cực nhọc ra sao khi làm việc cho Lạt ma Setsuen. Ban đêm, được trang bị vũ khí, ngài canh gác tất cả những thú vật của Lạt ma. Vào ban ngày, ngài làm nhiều việc khác. Ngài đốt mọi đồng lửa. Vợ của Lạt ma dùng Dromtonpa như một cái ghế để ngồi trong khi bà vắt sữa bò. Trong khi Dromtonpa sử dụng đôi bàn tay để quay chỉ, chân ngài phết bơ vào da thú để làm nó trở nên mềm mại. Cùng lúc đó ngài cũng mang vác cái gì đó trên lưng. Trong nhiều năm, ngài đã làm việc như thế – làm nhiều việc cùng một lúc. Dromtonpa trình bày tất cả những điều này cho Lạt ma Atisha, vị Thầy này nói: “Trong tất cả những điều ông đã làm, công việc nặng nhọc làm cho Lạt ma Setsuen là Pháp đích thực.”

Dromtonpa hiến mình thật nghiêm cẩn cho Atisha trong mười bảy năm. Sau khi Dromtonpa gặp Lạt ma Atisha, ngài không bao giờ để Lạt ma Atisha ở trong bóng đêm: mỗi đêm ngài dâng một ngọn đèn bơ trong phòng của Lạt ma Atisha.

Dòng truyền thừa của các geshe Kadampa thực sự bắt đầu với Dromtonpa. Trong số nhiều đệ tử của ngài, Dromtonpa có ba trưởng tử vĩ đại, hay ba đệ tử chính – Geshe Potowa, Geshe Chen-ngawa, và Geshe Puchungwa – là những vị trì giữ Phật Pháp, với những sự chứng ngộ bao la vô hạn. Sau khi thành lập Tu viện Reting vào năm 1057, Dromtonpa sống bảy năm nữa, tổng cộng là năm mươi mốt năm.

Dromtonpa không phải là một tu sĩ mà là một cư sĩ trì giữ năm giới. Khi quán tưởng các Lạt ma dòng truyền thừa lam-rim, bạn quán tưởng Dromtonpa như một người du cư Tây Tạng mặc một chiếc *chuba* lót da thú màu xanh dương thật ấm áp.

Dromtonpa luôn luôn mặc quần áo rất cũ và rách rưới. Khoác những tay áo của chiếc *chuba* lên vai, đôi khi ngài biến vào rừng bách xù. Ráp hai hay ba chiếc cốc lại với nhau và phủ lên chúng một tấm vải lông thú như những người du mục Tây Tạng thường làm, Dromtonpa dựng một túp lều nhỏ và thiền định trong đó.

Trong khi đi bách bộ xuyên qua rừng, thỉnh thoảng Dromtonpa tụng bài kệ này trong *Lá thư gửi một Người Bạn* của Nagarjuna:

Được; mất; sướng, khổ; khen, chê; vinh, nhục: tám pháp thế gian này
không phải là các đối tượng của tâm ta. Đối với ta tất cả chúng đều như
nhau.

Ngài cũng tụng từ quyển *Bồ Tát Hạnh* “Tôi là một kẻ đi tìm giải thoát. Tôi không cần phải bị ràng buộc bởi việc thọ nhận vật chất và sự tôn kính.” Đôi khi ngài tụng toàn bộ đoạn trích dẫn; những lúc khác ngài chỉ bắt đầu đoạn trích. Trong khi tụng câu này ngài lắc đầu, ngụ ý ngài không cần phải bị trói buộc bởi việc thọ nhận vật chất và sự tôn kính.

Những geshe Kadampa khác nói: “Đối với bản thân ngài, Dromtonpa không cần phải sống một cuộc đời khổ hạnh; ngài làm điều này là vì những đệ tử, những người đi theo ngài.”

Dromtonpa, người đã từ bỏ mọi hoạt động thế tục, một lần kia được mời tới một nơi được gọi là Rong để biếu tiền cho các tu sĩ đang thực hiện lễ puja. Ngài gọi một đệ tử tên là Pelgye Wangchuk và nói với anh ta: “Lần này con đi – ta thì không thể. Ta ở đây cố gắng từ bỏ đời này.”

Một hôm khi nhìn thấy một tu sĩ đang đi nhiễu quanh một tu viện, Dromtonpa gọi ông ta: “Đi nhiễu thì rất tốt, nhưng tốt hơn ông nên thực hành Pháp.” Vị tu sĩ nghĩ: “Có lẽ lễ lạy thì tốt hơn.”

Khi thấy vị tu sĩ lễ lạy, Dromtonpa nói với ông ta: “Ông lễ lạy thì thật tốt, nhưng thực hành Pháp thì tốt hơn.” Khi vị tu sĩ cố gắng tụng các lời nguyện và thiền định, Dromtonpa lại nói tương tự như thế.

Cuối cùng vị tu sĩ hỏi Dromtonpa: “Như vậy, con *nên* làm gì?” Dromtonpa trả lời: “Hãy từ bỏ đời này trong tâm ông!” Dromtonpa nói câu này ba lần với vị tu sĩ: “Hãy từ bỏ đời này trong tâm ông! Hãy từ bỏ đời này trong tâm ông!”

Trích trong nguyên tác:

“The Door to Satisfaction - The Heart Advice of a Tibetan Buddhist Master”
by Lama Thubten Zopa Rinpoche

Bản dịch Việt ngữ của Thanh Liên