

Chỉ Dẫn Cốt Tuỷ

Dzongsar Khyentse Rinpoche

Các bạn đã bao giờ mua một món đồ mới lạ - ví dụ như nồi cơm điện - và dành hàng giờ ngồi đọc hướng dẫn sử dụng, thứ chỉ dẫn bạn tất cả những gì mà chiếc nồi cơm điện có thể làm, nhưng lại không đề cập đến những tính năng bạn thực sự thích thú cho đến khi bạn giờ đến trang thứ 300? Ai có đủ thời gian và hứng thú để giải mã được tất cả điều đó? Cách nhanh hơn và dễ dàng hơn là ngồi với một người đã sử dụng nồi cơm điện - thông thái trong việc sử dụng nó, người có thể giới thiệu cho bạn những tính năng thiết yếu chỉ trong vài giây. Hơn nữa, cuốn hướng dẫn sử dụng nồi cơm điện được viết ra cho đông đảo người dùng, do đó nó chỉ có thể hữu ích một cách rất chung chung. Nó không xem xét những trường hợp đặc biệt trong số những người ăn cơm, có thể là những người có 15 ngón tay hay có con mắt thứ ba hoặc là những đầu bếp tài ba.

Tương tự như vậy, có thể khá hữu ích đối với những người học pháp và các hành giả khi đọc kinh văn, sách vở, và Mật điển nếu họ có thời gian. Nhưng mỗi người lại có những nhu cầu khác nhau, vì vậy họ có thể phải đọc qua quá nhiều những thứ này trước khi họ tìm thấy những gì hữu ích với họ. Hoặc, thay vì vậy, họ có thể tìm ra một người rất hiểu biết giáo pháp, một bậc thầy của một dòng truyền thừa đích thực, người có thể dạy cho họ điều họ thực sự cần thông qua những lời chỉ dẫn cốt tuỷ được soạn riêng cho mỗi học trò, được truyền từ bậc thầy đến học trò trong một dòng truyền thừa không gián đoạn bắt nguồn từ những vị đại thành tựu giả như Đức Liên Hoa Sinh, Naropa, Atisha (A-đề-sa) và Virupa cho đến những bậc thầy của thời hiện đại hôm nay.

Khi trao chỉ dẫn cốt tuỷ, một bậc thầy khéo léo sẽ lựa chọn những phương pháp đã được soạn ra cho một nền văn hóa với những tập quán cụ thể và cũng sáng tạo một chút hoặc có chỉnh sửa nhẹ những lời hướng dẫn để phù hợp với nhu cầu cụ thể của từng cá nhân đệ tử. Phương pháp này rất được các bậc thầy và đệ tử Mật thừa ưa chuộng, những người chân thành trân trọng lợi lạc của việc học tập giáo lý Phật pháp bao la nhưng lại nhận thức chính xác được khoảng thời gian ít ỏi mà họ có được trong cuộc đời này. Đã phát triển được sự tự tin và niềm tin tuyệt đối vào con đường, họ muốn cắt ngắn sự theo đuổi và đầu tư thời gian vào những lời chỉ dẫn cốt tuỷ quý báu liên quan trực tiếp tới thực hành.

Có được sự cân bằng giữa học lý thuyết và nhận chỉ dẫn cốt tủy thì thật tốt. Nó giống như bạn học lái xe hơi vậy. Mỗi chiếc xe đều được kèm theo một cuốn hướng dẫn sử dụng, và một người sở hữu một chiếc xe mới thường dành một giờ hoặc tương đương để nghiên cứu cơ chế hoạt động của chiếc xe - tất cả những nút số trên bảng điều khiển chỉ gì, cách thiết lập cần điều khiển v.v. Cuốn sách hướng dẫn sẽ cho bạn biết mọi điều bạn cần biết về cách mà chiếc xe hoạt động, nhưng nó không cho bạn những thông tin làm thế nào để điều khiển chiếc xe. Để biết điều đó bạn cần một người hướng dẫn lái xe.

Một người hướng dẫn lái xe đã có nhiều năm lái xe cùng kinh nghiệm hướng dẫn và có thể dựa vào phương pháp hướng dẫn tiêu chuẩn để dạy riêng cho mỗi cá nhân có nhu cầu riêng. Có thể, sẽ có người rất háo hức muốn học thật nhanh và lập kế hoạch một tuần học chuyên sâu, trong khi có những người khác lại hài lòng với mỗi tuần một bài học và không vội vàng để thi lấy bằng ngay. Cả hai người đó đều học cùng một kỹ năng để thi đỗ kỳ thi của họ, nhưng theo những cách hơi khác nhau. Hoặc có thể, người học trò học lúc 8 giờ sáng luôn luôn ngáp ngủ và mắc lỗi khi mở đầu bài học nhưng lại lái xe rất tốt vào cuối bài học. Sau một hai bài học, giáo viên hướng dẫn lái xe có thể đề nghị bạn này uống một ly cà phê lúc 7:45 sáng ngay trước khi bắt đầu bài học lái xe. Đây không phải là kiểu lời khuyên mà học trò sẽ tìm thấy trong một cuốn sách hướng dẫn sử dụng xe hơi. Với những người đã vốn sẵn căng thẳng và dễ thay đổi tâm trạng, cà phê có thể là thứ cuối cùng họ cần đến - có thể một ngụm nhỏ margarita (cocktail) sẽ giúp họ.

Trong ví dụ này, cuốn sách hướng dẫn sử dụng xe giống như kinh văn, là lý thuyết. Giáo viên hướng dẫn lái xe chính là guru, bậc thầy. Uống cà phê trước mỗi bài học chính là chỉ dẫn cốt tủy. Chỉ dẫn cốt tủy thì riêng biệt với từng học trò, linh hoạt, đầy sắc màu, không chính thống, và không phải hoàn toàn logic. Chúng cũng rất linh hoạt và đôi khi đầy kịch tính, thái quá. Chúng không phổ quát.

Vào khoảng thời gian mà nhóm nhạc The Beatles để kiểu tóc đuôi ngựa và việc mặc quần ống loe, hút cần sa, rửa tay với xà phòng thực vật, để móng tay dài trở thành một trào lưu thời trang, có một tinh thần tự do nổi loạn trong bầu khí quyền, một xu hướng hơi chống lại hệ thống. Cũng có lúc có xu hướng tìm kiếm con đường tâm linh. Bậc thầy Chogyam Trungpa Rinpoche đã xuất hiện và yêu cầu rằng tất cả những học trò học pháp của ngài phản đối chiến tranh Việt Nam đều mặc đồng phục kaki, đeo cà vạt, và mặc vest với ghim cài áo. Ngài còn khiến họ diễu hành giống như những người lính Anh trên đất Mỹ. Ngài kết hợp sự đơn giản theo phong cách Nhật Bản và trang nhã của đế chế Anh rồi áp đặt những điều này lên những người

hippie tham dự lễ hội âm nhạc Woodstock. Nghe thật điên rồ, nhưng mỗi mệnh lệnh đều là tài khéo. Đây chính là chỉ dẫn cốt tuỷ của Trungpa Rinpoche. Chúng có tác dụng bởi vì chúng được bén rễ từ quan kiến vô nhiễm và được thiết kế với trí tuệ, phương tiện khéo léo cùng lòng từ bi. Và có những công đức thuần tịnh, lòng sùng mộ và lòng từ bi giữa ngài và học trò của ngài. Ai mà có thể nghĩ được rằng, trong tất cả mọi người trên thế giới này, những người nổi loạn chống lại hệ thống chính trị lại sẽ làm những điều như vậy.

Bây giờ các điều kiện đã thay đổi. Cũng những kỹ thuật tương tự - bộ vest, đoàn diễu hành, những chiếc ghim cài áo được dạy bởi một bậc thầy khác, ở một thời gian khác, trong một bối cảnh khác mà không có nền tảng chắc chắn về quan kiến, không có một ước nguyện thuần tịnh vì sự giải thoát của mọi chúng hữu tình, thì sẽ thật là lố bịch, giống như một thứ trò chơi trẻ con. Kể từ thời Chogyam Trungpa, đã có rất nhiều vị muốn giống như Chogyam Trungpa, bắt chước theo những hành động của ngài. Nhưng thời gian lại một lần nữa chứng tỏ rằng để thị hiện được trí huệ điên rồ, một người phải tuyệt đối tinh thức. Khi con sư tử nhảy, thì cáo đừng có nhảy theo – vì bước nhảy bắt chước đó chỉ khiến cáo gãy xương sườn mà thôi.

Nếu một vị thiền sư hỏi: “Âm thanh tiếng vỗ tay của một bàn tay là gì?” vào đúng thời điểm, với đúng người, một câu hỏi kỳ quặc như vậy có thể là sâu sắc và là một chỉ dẫn cốt tuỷ. Giống như vậy, những phương pháp như Ngondro - pháp thực hành sơ khởi truyền thống Kim Cương thừa, quán tưởng bản thân bạn là một vị bồ tát, kiểm soát hơi thở, quán tưởng mạn-đà-la tí mĩ và vô tận, đốt thực phẩm, đeo những chiếc linh phù, sử dụng cảm xúc làm con đường thực hành, và không xử lý cảm xúc như một kẻ thù thì đều có thể là cốt tuỷ và sâu sắc. Trì tụng những câu chú trong Kim Cương thừa nghe cũng kì quặc như âm thanh tiếng vỗ tay của một bàn tay vậy, nghe vô vị như khi phải tập trung vào nhân trung ngay dưới mũi. Nhưng những câu chú có thể là những dụng cụ kẹp hạt dẻ mạnh mẽ có khả năng làm vỡ lớp vỏ của tư duy phổ quát.

Trong khi những hướng dẫn này thật quan trọng, điều quan trọng hơn là chúng ta học được cách hiểu những lý thuyết mà Đức Phật giảng dạy. Quay trở lại với ví dụ học lái xe: Hãy nghĩ bao nhiêu người sẽ nói câu: “Hãy lái xe cẩn thận”. Đó là một lời khuyên tốt và một điều mà những bác tài xế nghe thấy thì đều muốn đưa vào thực hành, nhưng làm thế nào để lái xe cẩn thận thì không hiển hiện rõ ràng. Trên thực tế, “hãy lái xe cẩn thận” là một tuyên ngôn lý thuyết mở để tùy hiểu. Mỗi tài xế khác nhau sẽ lái xe cẩn thận vì những lý do khác nhau và theo những cách khác nhau.

Trong Ngondro, chúng ta có một bài thực hành là tích lũy một trăm ngàn lễ lạy. Nhiều người đạt được lợi lạc từ việc hoàn thành bài thực hành sơ khởi này, nhưng với những người khác, điều đó lại không cần thiết. Ví dụ, Milarepa có thể đã không thực hành một trăm ngàn lễ lạy. Thay vào đó, vị thầy của ngài, Marpa, đã từ chối dạy cho ngài thậm chí chỉ một từ về pháp cho đến khi ngài tự mình xây được một cái tháp bằng đá. Và ngay khi ngọn tháp được hoàn thành, Marpa đã hướng dẫn Milarepa kéo đổ ngọn tháp và lại bắt đầu lại từ đầu, không chỉ một lần mà nhiều lần. Sự đối xử vô lý này, việc xây dựng một cách vô nghĩa, sự trừng phạt áp đặt, chưa kể đến những sự bạo hành tinh thần, cảm xúc, vật lý và lời nói mà Milarepa phải chịu đựng, là tất cả những phương pháp mà Marpa đã sử dụng đặc biệt cho người học trò này. Câu chuyện về những yêu cầu của Marpa và sự tự nguyện vâng lời của Milarepa đã tạo cảm hứng cho vô số học trò kể từ thời đó. Bản thân câu chuyện là một chỉ dẫn cốt tuỷ ở góc độ “không một câu hỏi nào được đặt ra”, nhưng điều này không có nghĩa là một vị thầy chưa chín chắn, chưa thành tựu cũng bắt đầu yêu cầu học trò của mình đi xây tháp.

Ước muốn giúp học trò cắt bỏ những mê mờ một lần và mãi mãi, một vị thầy thành tựu có thể chỉ dẫn một đệ tử người Hồng Kông thành đạt từ bỏ công việc mơ ước của anh ở hãng Morgan Stanley và quay ra đi bán những tấm thiệp vẽ tay ở Goa để kiếm sống. Hoặc ước mong rằng một học trò có thể thực sự nhận ra được sự thật trong kiếp sống này, một vị thầy có thể chỉ dẫn một kẻ hippie cánh tả, lý tưởng, lười biếng từ vịnh Byron nhận một công việc ở nhà đấu giá Sothebys tại thành phố New York. Từ việc thực hành lễ lạy cho tới buông bỏ sự thoải mái, và làm ngược lại những nguyên tắc, tất cả đều nhằm hướng đến một kết quả: tháo dỡ cỗ máy ảo tưởng đã được thiết lập một cách hoàn hảo.

Tất cả những phương pháp này đều hiệu quả. Đừng trói chặt suy nghĩ vào ý tưởng rằng tất cả những đệ tử Kim Cương thừa, những người ước muốn san bằng bức tường nhị nguyên thì đều phải đi theo truyền thống Tây Tạng là thực hành một trăm ngàn lễ lạy. Điều đó giống như suy nghĩ rằng mỗi người lái xe đều phải uống một ly cà phê trước khi họ ngồi lên xe. Và ngược lại, nếu bạn tránh thực hành lễ lạy bởi vì bạn nghĩ rằng pháp ấy chỉ dành cho người Tây Tạng hoặc bởi vì ý tưởng nằm xuống và đứng lên một trăm ngàn lần khiến bạn kiệt sức, thì bạn đang tự lừa dối bản thân. Trong trường hợp đó, bạn không nên thực hành một trăm ngàn lễ lạy - bạn nên thực hành hai trăm ngàn lễ lạy. Đừng bao giờ lựa chọn cách dễ dàng. Hãy khắc nghiệt với những ham muốn của tâm.

Trích “Đạo Sư Uống Rượu”