

# QUÁN ĐÁNH VAJRAKILAYA



Như với tất cả những thực hành Kim cương thừa, không nên thực hành Vajrakilaya (Phổ Ba Kim Cương) khi không nhận được quán đảnh hay khẩu truyền trực tiếp từ một Đạo sư đầy đủ phẩm tính của dòng truyền thừa. Nếu không nhận được sự cho phép đúng đắn và gia hộ của dòng truyền thừa, xin đừng cố thực hành những giáo huấn Vajrakilaya này.

*(Khenchen Palden Sherab Rinpoche và Khenpo Tsewang Dongyal Rinpoche)*

Để nhận quán đảnh Vajrakilaya, trước tiên một hành giả cần phải có động lực đúng đắn, động lực đó được đặt nền trên *bodhicitta* (Bồ đề tâm). *Bodhicitta* là một từ Phạn ngữ có nghĩa là “tâm giác ngộ” hay “tư tưởng giác ngộ” bao gồm động lực bao la của lòng đại bi, từ ái, và trí tuệ. Nhờ Bồ đề tâm, tâm ta trở nên rộng mở đối với từng chúng sinh.

Thái độ này được áp dụng bằng cách nghĩ rằng bạn đang nhận quán đảnh vì lợi lạc của tất cả chúng sinh. “Tôi quyết tâm theo đuổi con đường dẫn tới giác ngộ nhờ phương tiện của thực hành Vajrakilaya. Thực hành của tôi được hồi hướng cho sự lợi lạc của tất cả chúng sinh khiến họ có thể có bất kỳ những gì họ cần, nỗi khổ của

họ được giải trừ, và sự giác ngộ của họ được khơi dậy.” Đây là động lực cần phải phát triển.

Ngoài Bồ đề tâm, sự chú tâm và sùng mộ trong sáng đối với Đức Vajrakilaya và toàn thể mạn đà la của ngài là điều cần thiết. Thiện ý của đệ tử cũng là yếu tố quan trọng khi nhận quán đảnh này.

Quán đảnh trong văn cảnh này có hai ý nghĩa: tẩy trừ hay trực xuất và thọ nhận hay trút vào. Bạn đang tẩy trừ bốn cấp độ che chướng: ngoài, trong, bí mật và hết sức vi tế; điều này được thực hiện bằng cách nhận lãnh bốn cấp gia trì của quán đảnh. Bốn trạng thái *vajra* (kim cương) – thân kim cương, ngữ kim cương, tâm kim cương, và toàn bộ kim cương – có thể được thể nhập nhờ quán đảnh Vajrakilaya.

Quán đảnh này kết hợp hai Bản tôn Vajrakilaya và Yangdag (hay Samyag) Heruka. Những thực hành của các Bản tôn này được Guru Padmasambhava kết hợp. Quán đảnh Vajrakilaya và Yangdag Heruka là một trong những quán đảnh sâu xa và bí mật nhất bởi nó kết hợp ba tantra nội.

Đức Phật Thích Ca Mâu Ni đã ban nhiều cấp độ giáo lý để tất cả chúng sinh có thể đạt được giác ngộ. Trong số những giáo lý của ngài có ba tantra nội: Mahayoga, Anuyoga, và Atiyoga. Mahayoga tập trung vào việc thiết lập toàn thể vũ trụ như mạn đà la của các Bản tôn. Anuyoga tập trung vào việc thể nhập thân kim cương; trạng thái thân thể của ta được coi như cung thành kim cương của các Bản tôn hòa bình và phần nội. Atiyoga tập trung vào việc khám phá trí tuệ giác tánh-nguyên sơ của riêng ta. Thực hành Vajrakilaya này kết hợp tất cả ba tantra nội trong một thực hành duy nhất.

Giáo lý đặc biệt này được Đức Phật Thích Ca Mâu Ni ban truyền – trong thân tướng của chính Đức Phật Vajrakilaya phần nội - trong cõi tịnh độ tên là “Mộ Địa Bí mật Rực Lửa” hay “Mạn đà la Chói ngời.” Đức Phật Thích Ca Mâu Ni là Vajrakilaya ban giáo lý này cho nhiều *vidyadhara* (vị Hộ trì Giác tánh Siêu việt, Trì minh vương),

kể cả những *daka* và *dakini* phần nô (những hiện thể trí tuệ nam và nữ). Sau đó giáo lý này được ban cho các Đạo sư vĩ đại như Garab Dorje, Manjushrimitra (Jampal Shenyen), Shri Singha, Vimalamitra, và Đức Phật thứ hai Guru Padmasambhava.

Khi Vimalamitra và Guru Padmasambhava đến Tây Tạng, các ngài truyền dạy giáo lý này cho nhiều đệ tử. Một trong những đệ tử lỗi lạc thọ nhận giáo lý này là *dakini* trí tuệ Yeshe Tsogyal, bậc đã đạt được giác ngộ trong đời mình. Guru Padmasambhava cũng ban nó cho Vua Trisong Deutsen, các hoàng hậu và thượng thư của vua, khiến nó được truyền bá khắp mọi nơi. Nhiều dòng truyền thừa Vajrakilaya phát triển, kể cả dòng của Yeshe Tsogyal, Vua Trisong Deutsen, và những Đạo sư khác như Nanam. Các giáo lý phurba trở thành giáo lý mạnh mẽ và lừng danh nhất trong lịch sử Phật giáo Tây Tạng.

Trong dòng Nyingma, có ba hay sáu dòng truyền dạy, được dựa trên những phương pháp khác nhau trong việc ban truyền giáo lý cho các đệ tử. Dòng thứ nhất là phương pháp *dharmakaya* (Pháp Thân) tâm-truyền-tâm của các Đấng Chiến Thắng, là sự chuyển di giáo lý từ một tâm chứng ngộ tới tâm chứng ngộ khác. Thứ hai là phương pháp *sambhogakaya* (Báo Thân) của dòng truyền dạy tượng trưng của các *vidyadhara*, và thứ ba là phương pháp *nirmanakaya* (Hóa Thân) của dòng khẩu truyền của những cá nhân. Khi giáo lý của dòng Nyingma tới Tây Tạng, chúng được ban truyền bằng ba cách phụ: nhờ dòng truyền của các *dakini*, nhờ dòng khát nguyện và nhập môn, và nhờ dòng truyền được kế tục hay tiên tri. Giáo lý Vajrakilaya này bao gồm tất cả sáu cách của những dòng truyền dạy này.

Guru Padmasambhava và *dakini* trí tuệ Yeshe Tsogyal đã tiên tri rằng vào khoảng thế kỷ mười bảy một *tertön* (người khám phá kho báu) nổi tiếng tên là Tsasum Lingpa sẽ khám phá những giáo lý Vajrakilaya được cất dấu này. Sau khi khám phá *terma* này, Tsasum Lingpa truyền giáo lý này cho các đệ tử của ngài. Từ lúc đó cho tới nay, giáo lý này đã được truyền dạy trong một dòng không đứt đoạn.

Cả hai dòng Kama và Terma bao gồm nhiều giáo lý Vajrakilaya. Sự kết hợp của Yangdag Heruka và Vajrakilaya rất hiếm hoi trong truyền thống Terma. Đó là một trong những giáo lý quý báu nhất của Guru Padmasambhava và một trong những giáo lý phi thường nhất của dòng Nyingma.

## **THIỀN ĐỊNH RANH GIỚI-BẢO VỆ**

Trước khi bắt đầu thực hành thực sự Vajrakilaya, có một vài điều cần phải làm. Trước tiên, ta phải có động lực đúng đắn, nó được đặt nền trên lòng từ, bi, và Bồ đề tâm, cùng với lòng sùng mộ và tri giác thuần tịnh. Với động lực đúng đắn đó, chúng ta quy y và phát triển tư tưởng giác ngộ, và sau đó thiền định về sung khor, bánh xe bảo vệ (Hộ luân) hay ranh giới bảo vệ.

Nhìn từ quan điểm của thực tại, mọi sự đã hoàn toàn giác ngộ. Bất kỳ những gì chúng ta nhìn thấy và tri giác đều là sự phô diễn của trí tuệ tinh giác bởi mọi sự đã ở trong trạng thái hoàn toàn giác ngộ. Bốn hành động được thành tựu trọn vẹn; chúng siêu vượt các ý niệm, vì thế không có ai bảo vệ và không có gì cần được bảo vệ. Tuy nhiên, trong thế giới các ý niệm phàm tục của chúng ta, ta có những tư tưởng nhị nguyên về chủ thể và đối tượng, về “tôi” và “anh.” Chừng nào mà ta còn những khái niệm này thì điều quan trọng là phải thiền định về ranh giới bảo vệ.

Thiền định này được đặt nền trên sự hiểu biết thuần tịnh về các hiện tượng được gọi là tri giác thanh tịnh, là thị kiến Kim cương thừa (cũng được gọi là thị kiến mạn đà la và thị kiến trạng thái thuần tịnh toàn vẹn). Thiền định về bánh xe hay ranh giới bảo vệ có thể được tóm tắt theo hai chân lý: chân lý tương đối và chân lý tuyệt đối.

Theo chân lý tương đối, thiền định Bồ đề tâm chú trọng vào lòng từ, bi, và Bồ đề tâm. Trước tiên là có lòng từ và sau đó lòng bi, và sự hợp nhất của lòng từ và bi là Bồ đề

tâm. Khi bạn mở rộng thiền định về lòng từ, bi, và Bồ đề tâm này thì nó bao gồm mọi chúng sinh. Theo cách này, tất cả chúng sinh trở nên bình đẳng với bản thân bạn, và bạn không thấy thực sự có sự khác biệt nào giữa bạn và họ. Khi bạn hiểu rằng họ quan trọng như bạn thì bạn đang ước muốn chia sẻ niềm vui và sự an bình với họ. Bạn có thể hoán đổi hạnh phúc của riêng bạn để nhận nỗi khổ, những tình cảnh xấu tệ, và điều phiền muộn của họ. Đây là tonglen, thực hành hoán đổi.

Nhờ thực hành phương pháp này, cuối cùng bạn sẽ cảm thấy tất cả chúng sinh không chỉ bình đẳng với bạn mà còn thực sự quý báu hơn bản thân bạn. Việc thực hành Bồ đề tâm khiến ta có đủ năng lực để bình đẳng và hoán đổi, và sau đó cảm thấy những người khác còn quan trọng hơn bản thân ta. Đây là lý do tại sao thiền định ranh giới bảo vệ thì đặc biệt và mạnh mẽ.

Lòng từ, bi, và Bồ đề tâm bao gồm giáo lý cốt tủy của Đức Phật Thích Ca Mâu Ni trong Đại thừa và sáu cấp tantra. Vì lý do đó, Guru Padmasambhava đã dạy rằng ba tâm này là tâm chứng ngộ của Đức Phật. Khi bạn đang thiền định về lòng từ, bi, và Bồ đề tâm thuần tịnh, bạn đang thể nhập tâm giác ngộ của Đức Phật.

Thực hành thiền định ranh giới-bảo vệ theo chân lý tuyệt đối thì không khác biệt lắm với thực hành theo chân lý tương đối. Trong triết học Phật giáo, bản tánh tối hậu cũng được gọi là Bồ đề tâm. Trong Kinh điển Đại thừa, có hai phương diện Bồ đề tâm: tương đối và tuyệt đối. Hai phương diện Bồ đề tâm này hoàn toàn có liên quan với nhau. Nhờ thực hành thiền định Bồ đề tâm tương đối, bạn sẽ gần gũi với chân lý tuyệt đối. Bạn không thể tìm được Bồ đề tâm tuyệt đối mà không có Bồ đề tâm tương đối, cho dù bạn tìm kiếm hàng trăm kiếp.

Đối với thiền định Dzogchen, “Đại Viên mãn” (Dzogpa Chenpo), quan điểm (cái thấy) là Bồ đề tâm. Chẳng hạn như trong tantra Atiyoga nổi tiếng *Bồ đề tâm*, Vua của *Mọi Tạo vật* thì “Bồ đề tâm” cũng là một từ đồng nghĩa đối với quan điểm Dzogchen. Ví dụ khác của điều này có thể được tìm thấy trong các giáo lý của Garab Dorje, Đạo sư đầu tiên của dòng Dzogchen. Sau khi Garab Dorje biến thành thân cầu

vòng trí tuệ, ngài đã truyền giáo lý di sản của ngài cho đệ tử lỗi lạc nhất là Manjushrimitra. Sau đó khi Manjushrimitra chép lại giáo lý này, ngài đặt tựa đề cho nó là “Thiền định về Bồ đề tâm,” mặc dù thực ra nó là một giáo lý về Dzogchen. Ngài đã mô tả nó như một giáo lý về cách thiền định về Bồ đề tâm.

Bồ đề tâm rất quan trọng trong mọi phương diện của nó – những thực hành này cần thiết cho tất cả những ai ước muốn đạt được giác ngộ. Bồ đề tâm tương đối và Bồ đề tâm tuyệt đối hoàn toàn có liên quan với nhau. Một trong hai Bồ đề tâm đó không thể bị vứt bỏ trong khi Bồ đề tâm kia được chấp nhận bởi không thể thiếu cả hai trong việc đạt được giác ngộ.

Khi nào mọi phương diện của việc thực hành Pháp của bạn được hòa trộn với Bồ đề tâm thì khi ấy việc thực hành của bạn đang đi đúng hướng. Tất cả giáo lý của Đức Phật Thích Ca Mâu Ni được đặt nền trên Bồ đề tâm; trên thực tế, tám mươi bốn ngàn giáo lý khác nhau đều là cành nhánh của một gốc rễ này. Nếu bạn có Bồ đề tâm thì không nghi ngờ gì nữa, bạn sẽ đạt được giác ngộ. Nếu bạn không có Bồ đề tâm, cho dù bạn có thể sử dụng những kỹ thuật tinh vi tới đâu chăng nữa, sự chứng ngộ của bạn sẽ bị chậm trễ, và các kỹ thuật sẽ chỉ che dấu bản tánh giác ngộ của bạn.

Từ quan điểm tuyệt đối, để thiền định về ranh giới bảo vệ, trước hết cần phải hỏi: “Ai cần được bảo vệ?” Có lẽ bạn sẽ nghĩ: “Tôi là người cần sự bảo vệ.” Nhưng “tôi” là ai? Đây là điều cần được khảo sát.

Ý niệm “tôi” chỉ là sự tưởng tượng của chúng ta. Chúng ta dán nhãn và đặt tên một cái “tôi” bởi chúng ta có sự kết hợp và tiếp tục của năm uẩn. Dĩ nhiên là khi ta không khảo sát điều này, có vẻ như có sự hiện diện của một bản ngã. Nếu chúng ta nhìn kỹ (không chỉ ở bên ngoài), tập trung ở bên trong và tìm kiếm qua mọi phương diện của năm uẩn, ta sẽ không thể tìm ra cái “tôi” nào. Nhìn từ bình diện thô tới bình diện vi tế, và từ bình diện vi tế tới vi trần nhỏ bé nhất, không có cái “tôi” nào như thế để tìm kiếm.

Không chỉ bản ngã riêng tư, mọi sự chúng ta bám chấp vào, cả bên ngoài lẫn bên trong, đều được đặt nền trên tánh Không. Từ vô thủy, toàn thể thế giới và mọi hiện tượng hiện hữu đều được đặt nền tảng trên tánh Không vĩ đại. Chúng ta đến từ tánh Không, chúng ta ở trong tánh Không, và chúng ta sẽ tan hòa trở lại vào tánh Không. Toàn bộ đường đi, tình huống, và sự hiện hữu của chúng ta đều nằm trong bản tánh vĩ đại này.

Trong khi toàn thể thế giới đang sinh khởi, nó cũng đang biến mất. Sự sinh khởi, hiện hữu, và biến mất thì giống như những sự phô diễn thần diệu. Không có điều gì hiện hữu một cách kiên cố hay thường hằng; mọi sự đang chuyển dịch và biến hóa trong tánh Không vĩ đại, giống như phim ảnh hay một cuộc biểu diễn thần diệu mà ta có thể bắt gặp. Tánh Không vĩ đại cũng được gọi là sự rộng mở vĩ đại, trong đó mọi sự có lý do để hành động và không thể tách rời (bất khả phân) với toàn thể tánh Không.

Để nhìn tình huống này một cách trong sáng, điều cần thiết trước hết là phải suy niệm về tánh Không vĩ đại này. Sau khi nhận ra thực tại của tánh Không vĩ đại, chúng ta cần duy trì sự nhận thức này bằng cách thiền định về chân lý tuyệt đối. Theo quan điểm Phật giáo, điều mà thiền định thực sự nhắm tới chỉ là duy trì trạng thái tự nhiên này. Ngoài trạng thái tự nhiên, không có gì để thiền định. Liên tục duy trì chân tánh là thiền định bảo vệ vĩ đại nhất. Không có ranh giới bảo vệ nào cao hơn điều này.

Nói chung, bởi chúng ta có những tập khí mạnh mẽ như thế về sự bám chấp vào các hiện tượng và một cái “tôi,” cho nên điều cần thiết là cũng phải thực hiện thiền định ranh giới–bảo vệ trên bình diện tương đối. Thiền định này được đặt nền trên lòng từ, bi, và Bồ đề tâm, trong khi thiền định trên bình diện tuyệt đối được đặt nền tảng trên trạng thái tự nhiên.

Để thực hành từng bước thiền định này, hãy bắt đầu với hàng rào bảo vệ chân lý tương đối như sau. Giữ tư thế tốt đẹp và quán tưởng ánh sáng trắng phát ra từ trung tâm tim của bạn. Ánh sáng trắng này là sự kết hợp của lòng từ thuần tịnh, lòng bi

thuần tịnh, và Bồ đề tâm. Hãy quán tưởng nó chiếu sáng muôn phương và chạm vào tất cả chúng sinh. Nó tịnh hóa những che chướng của họ và làm cho những tư tưởng từ và bi của họ đối với nhau trở thành hiện thực. Sau đó, hãy quán tưởng ánh sáng trắng trở lại bạn. Ngay lúc nó trở lại, bạn được chuyển hóa thành Đức Avalokiteshvara (Quán Thế Âm), hiện thân lòng bi mẫn của tất cả chư Phật khắp mười phương và ba thời. Kế đó hát tụng hai mươi một lần thần chú của Đức Avalokiteshvara.

Kế đó, hãy thiền định về Bồ đề tâm tuyệt đối – tánh Không vĩ đại, chân tánh – bằng cách sử dụng một kỹ thuật Kim cương thừa. Hãy coi bản thân bạn như người bình thường và giữ tư thế tốt đẹp. Từ trung tâm tim của bạn, xuất hiện từ bản tánh nguyên sơ, ánh sáng vàng phát ra ở mọi hướng và chạm vào tất cả chúng sinh trong sáu cõi. Ánh sáng vàng này tẩy trừ mọi che chướng và vô minh của họ, giống như vàng thái dương xua tan bóng tối. Hãy duy trì sự quang minh đó, cái thấy đó, và sự rộng mở đó khoảng năm phút.

Sau khi tịnh hóa mọi che chướng và vô minh, ánh sáng vàng quay trở về bạn và lập tức bạn được chuyển hóa thành Đức Manjushri (Văn Thù), hiện thân trí tuệ của tất cả chư Phật mười phương và ba thời. Với tư tưởng đó, hãy tụng thần chú Manjushri hai mươi một lần.

Kế đó, sự kết hợp Bồ đề tâm tương đối và Bồ đề tâm tuyệt đối trong hình thức ánh sáng xanh dương phóng ra từ trung tâm tim của bạn khắp muôn phương tới tất cả chúng sinh trong sáu cõi. Nó tịnh hóa và hoàn toàn xua tan những chướng ngại, tiêu cực, và những vấn đề cảm xúc của họ. Hãy thiền định theo cách này khoảng năm phút.

Ánh sáng quay trở lại như trước, và lập tức bạn được chuyển hóa thành Đức Vajrapani (Kim Cương Thủ), hiện thân năng lực của tất cả chư Phật mười phương và ba thời. Vajrapani không khác với Vajrakilaya; trong thực tế, đôi khi Vajrakilaya



được cho là phương diện phần nộ hơn của Vajrapani. Hãy thiền định theo cách đó, tụng thần chú của Vajrapani hai mươi một lần.

Nếu bạn không quen thuộc với Đức Avalokiteshvara, Manjushri, hay Vajrapani, hãy chỉ quán tưởng rằng ánh sáng quay trở lại sau khi hoàn thành các Phật sự.

Đây là cách thức tổng quát để thiền định về bánh xe bảo vệ (Hộ luân) hay hàng rào bảo vệ. Không nhất thiết phải bao gồm thiền định này mỗi khi thực hành sadhana Vajrakilaya, nhưng nói chung nó là thực hành rất hay để làm.

*Trích “Linh Phù Màu Đỏ Sậm”, Những Giáo huấn Khẩu truyền về Thực hành Vajrakilaya, Khenchen Palden Sherab Rinpoche và Khenpo Tsewang Dongyal Rinpoche. (The Dark Red Amulet, Snow Lion Publications).*