

# MỤC LỤC

<i>Lời tựa</i> .....	11
<i>Lời cảm niệm tri ân</i> .....	13
<i>Dẫn nhập</i> .....	15
<i>Toát yếu nội dung Bardo - Bí mật Nghệ thuật sinh tử</i> .....	18
<i>Truyền kỳ lịch sử về Đức Pháp Vương Gyalwang Drukpa</i> .....	26
<b>CHƯƠNG I: KHOA HỌC SINH TỬ THEO PHẬT GIÁO KIM CƯƠNG THỪA</b> .....	<b>35</b>
I. Định nghĩa sống chết.....	35
II. Nghiệp.....	38
III. Luân hồi Lục đạo.....	49
IV. Tổ hợp Thân - Tâm.....	52
V. Duy tâm.....	54
1. Tám thức.....	54
2. Vạn pháp duy tâm tạo.....	55
VI. Tam thân Phật.....	57
VII. Ngũ Phật, ngũ đại, các uẩn, các phiền não, màu sắc và trí tuệ tương ứng.....	60
XIII. Sự hợp nhất của Từ bi và Trí tuệ.....	66
<b>CHƯƠNG II: BARDO</b> .....	<b>73</b>
I. Khái niệm và phân loại Bardo.....	73
1. Khái niệm Bardo.....	73
2. Giới thiệu khái quát các loại Bardo.....	76
II. Bardo cận tử.....	80
1. Tiến trình tan rã bên ngoài và bên trong.....	84
2. Trong tiến trình này, một người có thể sống lại.....	98
3. Tiến trình tan rã bí mật.....	99
III. Bardo Pháp tính.....	117
1. Không đại hòa tan vào Pháp tính diệu minh thường trụ.....	117
2. Sự hợp nhất của Ánh sáng con và Ánh sáng mẹ.....	119
3. Sự xuất hiện của một trăm Bản tôn An bình và Uy mãnh, âm thanh, ánh sáng và màu sắc Pháp tính.....	122
4. An trụ giải thoát trong Bardo Pháp tính (hoặc chủ động tái sinh theo Bồ đề tâm nguyện).....	125
IV. Bardo tái sinh.....	126

1. Thần thức thoát khỏi thân xác qua cửu khouru.....	127
2. Thân thần thức trong cảnh trung âm.....	131
3. Thần thức chưa nhận ra mình đã chết.....	132
4. Những khả năng, đặc điểm và chú ý của Thân trung âm.....	136
5. Thần thức đau khổ tột cùng vì nhận ra mình đã chết.....	142
6. Cơ hội thực chứng Bardo Báo thân.....	150
7. Bốn loại âm thanh ghê rợn gây ra bởi tâm vọng tưởng, tứ đại và ác nghiệp.....	158
8. Sự xuất hiện của một trăm Bản tôn An bình và Uy mãnh.....	160
9. Sự phóng chiếu của tam độc thành những vực thẳm.....	164
10. Đóng cửa tái sinh vào các cảnh giới đọa lạc và cầu nguyện tái sinh vào các cõi Tịnh độ.....	165
11. Chọn cửa tái sinh vào cảnh giới loài người.....	177
12. Tầm quan trọng của việc chọn đúng bố mẹ và hoàn cảnh tái sinh..	179
V. Bardo đời sống .....	182
1. Bardo đời sống .....	183
2. Bardo mộng .....	187
3. Bardo thiền định.....	200
<b>CHƯƠNG III: NGHỆ THUẬT SINH TỬ.....</b>	<b>203</b>
<b>Phần I - Nguyên thủy Phật giáo</b>	
I. Khái quát về Tứ Diệu đế.....	204
II. Khổ đế.....	205
III. Tập đế.....	211
IV. Diệt đế.....	218
V. Đạo đế.....	220
VI. Tứ Diệu đế hợp pháp với Bardo.....	229
<b>Phần II - Đại thừa Phật giáo</b>	
I. Trung đạo.....	235
II. Bồ đề tâm.....	237
III. Bồ tát đạo - Lục độ Ba la mật.....	241
IV. Thứ lớp quả vị tu tập.....	246
<b>Phần III - Kim Cương thừa</b>	
I. Mối liên hệ giữa Thượng sư và Đệ tử.....	248
1. Mối liên hệ Thượng sư và Đệ tử.....	248
2. Quán đỉnh.....	263
3. Giới luật.....	275
4. Pháp tu mở đầu Ngondro.....	288
5. Guru Yoga - Thượng sư Tương ứng Pháp.....	290
II. Hợp nhất giai đoạn Phát triển và Thành tựu.....	326
1. Ý nghĩa thực hành các giai đoạn Phát triển và Thành tựu.....	326

2. Giai đoạn Phát triển.....	327
3. Giai đoạn Thành tựu.....	352
III. Đại Thủ Ấn:.....	367
1. Đại Thủ Ấn - Căn Đạo Quả.....	367
2. Căn Đại Thủ Ấn.....	370
3. Đạo Đại Thủ Ấn:.....	371
4. Quả Đại Thủ Ấn.....	407

**CHƯƠNG IV: GIỚI THIỆU VỀ PHOWA - CHUYỂN DI TÂM THỨC, HỘ NIỆM NGƯỜI LÂM CHUNG VÀ NGHI LỄ CẦU SIÊU QUÁN ĐỈNH CHANGWA..... 417**

I. Giới thiệu về Phowa - Pháp chuyển di tâm thức siêu sinh Tịnh độ.....	417
1. Phowa - một pháp tu thù thắng siêu việt.....	417
2. Động cơ và lợi ích thực hành Phowa.....	418
3. Phân loại Phowa.....	420
4. Thời điểm thực hành Phowa.....	422
5. Một số yêu cầu của pháp tu Phowa.....	425
II. Hộ niệm người lâm chung .....	426
1. Hộ niệm cho người sắp lâm chung.....	427
2. Hộ niệm cho người đang trong tiến trình chết cho đến khi cái chết bên trong hoàn tất.....	432
3. Hộ niệm trong giai đoạn Trung âm bốn mươi chín ngày.....	434
III. Giới thiệu Nghi lễ cầu siêu quán đỉnh Changwa .....	437
1. Ý nghĩa và lợi ích của nghi lễ cầu siêu quán đỉnh Changwa.....	437
2. Nội dung và trình tự thực hành nghi lễ cầu siêu quán đỉnh Changwa.....	438
IV. Một số suy ngẫm về cái chết .....	441

**CHƯƠNG V: NGHI QUỸ TU TRÌ GIẢN LƯỢC PHẬT A DI ĐÀ, PHẬT VÔ LƯỢNG THỌ, BẢN TÔN QUAN ÂM TỨ THỦ VÀ CÁC KỆ TỤNG BARDO THƯỜNG NHẬT..... 443**

Kệ cầu nguyện Bardo.....	443
Cầu nguyện vãng sinh Tịnh độ.....	452
Pháp thực hành chuyển di tâm thức.....	454
Mật pháp tu trì Bản tôn Phật A Di Đà.....	458
Mật pháp tu trì Bản tôn Quán Âm.....	461
Mật pháp tu trì Bản tôn Phật Vô Lượng Thọ.....	474
Một số bài cầu nguyện dành cho người đang hấp hối và người chết.....	477
Trì tụng chân ngôn, danh hiệu Phật cho người đang hấp hối và người chết.....	477
Một số phương pháp hỗ trợ cho người chết.....	478

# *Dẫn nhập*

Ý nghĩa và mục đích cuộc sống cần phải được hiểu biết một cách thấu đáo, tường tận. Cho tới lúc này, chúng ta không hề được giảng giải, thông tin một cách rõ ràng, xác thực về bản chất của cuộc sống. Nhìn ở góc độ nhân quả, trong đời sống hàng ngày, chúng ta không hiểu được mình thực sự là ai, mình từ đâu đến với thế giới này, điều gì đang thực sự diễn ra và điều gì sẽ thực sự xảy ra khi chúng ta chết đi. Chúng ta đã luôn để cuộc sống dẫn dắt từ đầu cho đến điểm dừng cuối cùng của chặng hành trình ngắn ngủi một đời người. Nói cách khác, chúng ta bị vô minh khiến cho mê mờ và chúng ta không muốn tiếp tục mãi như vậy.

Cuộc đời có thể được chia làm bốn giai đoạn: giai đoạn sống, giai đoạn thực tại, giai đoạn chết và giai đoạn tái sinh. Giai đoạn sống được hiểu là trạng thái trung gian giữa lúc sinh ra và chết đi. Giai đoạn thực tại là trạng thái trung gian ở giữa hai ý niệm hiện khởi nhị nguyên. Giai đoạn chết là trạng thái trung gian từ lúc bắt đầu tiến trình chết cho đến khi chết thật sự. Và giai đoạn tái sinh là trạng thái trung gian từ lúc chết thật sự cho đến khi sang một kiếp sống mới. Trong Phật giáo Kim Cương thừa, những trạng thái trung gian này được gọi là Bardo. Do nghiệp lực, chúng sinh bị xoay vần trôi lăn không ngừng trong những trạng thái Bardo này từ vô thủy kiếp không lối thoát.

Mục đích Đức Phật ứng hiện thế gian vì một đại nhân duyên: “Khai thị chúng sinh ngộ nhập Phật tri kiến”. Bởi vậy, Ngài đã tuyên thuyết tám vạn bốn ngàn pháp môn nhằm giải thoát chúng sinh khỏi biển khổ luân hồi sinh tử. Tinh túy của tám vạn bốn ngàn pháp môn này được tóm gọn trong Tứ Diệu đế. Tứ Diệu đế là sự thật về khổ (Khổ đế), nguyên nhân của khổ (Tập đế), quả vị giải thoát khỏi khổ đau (Diệt đế) và con đường tu tập thoát khổ (Đạo đế).

Nói một cách ngắn gọn, sự thật về khổ dùng để chỉ sự phổ biến, lan tỏa rộng khắp những bất mãn, bất ổn của thân và tâm. Tất cả đều do hiểu lầm về cái tôi bản ngã. Khi tâm chưa giác ngộ, chúng ta sẽ rơi vào cạm bẫy của bản ngã và hành động theo bản ngã nên tâm bị nhiễm ô chi phối. Do tâm bị nhiễm ô bởi tham, sân, si, chúng sinh tạo nghiệp và buộc phải tái sinh vào cõi luân hồi. Tóm lại, Khổ đế và Tập đế mô tả đến cả sự thật về khổ đau mà chúng sinh tạo ra và trải nghiệm, cũng như nguyên nhân của sự bất hạnh bắt nguồn từ niềm tin sai lệch vào một cái tôi bản ngã trong khi thực tế không có như vậy.

Sau đó, Đức Phật giảng về con đường tu tập dẫn tới giải thoát, bao gồm việc rèn

luyện thân, khẩu, ý, thực hành lành mạnh đưa đến giải thoát đích thực không chỉ khỏi khổ đau mà cả những nguyên nhân của khổ đau. Con đường này là Niết Bàn hay chân lý về diệt khổ.

Những giáo pháp Bardo trong Phật giáo Kim Cương thừa cũng có thể được liên hệ cùng Tứ Diệu đế. Ví dụ như, những nỗi sợ hãi khác nhau, những hiện tượng đáng sợ và những huyễn ảo mà tâm sẽ gặp sau khi chết có thể được cho là tương ứng với phần đầu tiên của Tứ Diệu đế, đó là chân lý về khổ.

Những hành động và hoàn cảnh của một cá nhân được cho là đã bắt nguồn từ trước trong những nhiễm ô của tâm như tham, sân, si, ngã mạn... cũng như từ những hành động nghiệp quá khứ của chính mình dù hành động nghiệp đó tốt hay xấu, hoặc là không tốt cũng không xấu. Đây là chân lý thứ hai trong Tứ Diệu đế - nhân của khổ đau. Tương tự như vậy, những trải nghiệm khổ đau trong giai đoạn Bardo có nguồn gốc từ nghiệp cũng như những nhiễm ô trong tâm, vì vậy chúng tương ứng với những nhân của khổ đau.

Một người, nếu thực hành hiệu quả trong giai đoạn Bardo đời sống, nhận ra được đúng bản chất của những trải nghiệm, những hiện tượng của giai đoạn đó và đưa chúng vào con đường thực hành thông qua việc chứng ngộ của bản thân mà tâm tương ứng với Báo thân thì sẽ có thể đạt được Phật quả ngay trong trải nghiệm Bardo của mình. Sự chứng ngộ Phật quả đó trong giai đoạn Bardo sẽ tương ứng với chân lý thứ ba trong Tứ Diệu đế đó là chân lý diệt khổ hay giải thoát khỏi khổ đau.

Cuối cùng, một người đón nhận được những khai thị đúng đắn, thiền định và thực hành trải nghiệm sau cái chết thì những giai đoạn chuẩn bị và công phu hành thiền đó có thể tương ứng với chân lý thứ tư về con đường tu tập trong Tứ Diệu đế.

Drukpa Việt Nam hân hạnh giới thiệu “Bardo - Bí mật Nghệ thuật Sinh tử”, một ấn phẩm vô cùng đặc biệt trong danh mục phát hành của chúng tôi. Cuốn sách chứa đựng tinh túy giáo pháp của Đức Pháp Vương Gyalwang Drukpa, giúp khai mở những bí mật chúng ta chưa từng biết đến về cuộc sống, giấc mộng và cái chết, về cội nguồn khổ đau cùng những phương cách thực hành nhằm giải thoát khỏi khổ đau. Trước muôn vàn hình thức và sự hóa hiện bất tận của sự sống, cái chết và các trạng thái trung gian, thông điệp căn bản nhất Đức Pháp Vương muốn chuyển tải đến chúng ta là sự Giác ngộ. Nếu có thể trường dưỡng hiểu biết hay quan kiến đúng đắn hướng về giác ngộ, chúng ta sẽ thấy rằng không có sự khác biệt giữa những giai đoạn của cuộc sống và những tiến trình đằng sau cuộc sống. Tất cả chỉ là duy tâm tạo. Điều này lý giải tại sao những bậc chứng đạt giác ngộ không còn vướng mắc vào Bardo. Đối với các Ngài, sinh và tử, sống và

chết là như nhau không khác, tất cả hợp nhất trong dòng chảy liên tục miên viễn, một sự tiếp nối không gián đoạn của Tâm Giác ngộ, của Đại Thủ Ấn mà các Ngài đã thành tựu. Sự liên tục không gián đoạn này đang diễn ra trong cuộc sống hàng ngày của chúng ta, chúng ta luôn luôn trải nghiệm nhưng lại không có ý thức hay hiểu biết chân xác về nó, chúng ta không đủ trí tuệ để có thể nhận chân được điều này.

Nghệ thuật sinh tử là một phương cách hoàn hảo để chúng ta chứng ngộ sự thật rằng vạn pháp duy tâm tạo, để nhận ra mỗi giây phút của đời sống đều là cơ hội trải nghiệm giải thoát giác ngộ, để nỗ lực chuyển hóa tham sân si thành trí tuệ, tình yêu thương và lòng bi mẫn vì sự an lạc của pháp giới chúng sinh!

### **Toát yếu nội dung Bardo - Bí mật Nghệ thuật sinh tử**

Tất cả chúng ta đều biết rằng chết là một điều chắc chắn. Chỉ có điều, không ai biết chắc chắn khi nào mình sẽ chết!

Với nhiều người, chết là phạm trù kiêng kỵ. Chỉ dự cảm về cái chết thôi đã mang lại rất nhiều lo lắng, bết tắc, nên họ không muốn nghĩ đến điều này. Nhưng đối với hành giả Phật giáo, thái độ né tránh như thế lại là một sai lầm rất lớn bởi điều này sẽ khiến chúng ta mất đi cơ hội tiến bộ tâm linh để ân hưởng cuộc sống theo nghĩa đích thực và trải nghiệm cái chết như phút giây của vinh quang và thành tựu tối thượng. Thực tế là cái chết đã rình rập ngay từ khi chúng ta sinh ra và không có cách nào thoát khỏi nó. Hãy suy ngẫm về vô thường, điều gì diễn ra khi ngày mai đã là ngày cuối cùng của cuộc đời? Ngày mai là một phạm trù tương đối, nhưng về tuyệt đối đây là mốc biên giới ảo hiện mà không ai trong chúng ta có thể biết trước. Khi chỉ còn chút thời gian ngắn ngủi để sống, liệu chúng ta có đủ tự tin và phương tiện thiện xảo để đối diện với Tử thần? Mỗi chúng ta có thể còn vài chục năm hay vài năm hoặc có thể ngắn hơn nữa rất nhiều để tìm hiểu, chiêm nghiệm về ý nghĩa đích thực của cuộc sống. Ngày mai hay đời sau, chúng ta không thể biết điều gì sẽ đến trước. Nhưng thử hỏi đã có mấy ai thực sự chiêm nghiệm về những điều này?

Trước vấn đề căn bản của sự sống và cái chết, trách nhiệm của chúng ta là phải chuẩn bị kỹ càng bởi cũng như chỉ mặt trời mới có thể ban ánh nắng, không ai có thể sống hoặc chết thay chúng ta được!

Bardo - Bí mật Nghệ thuật sinh tử sẽ chỉ cho chúng ta thấy những điều gì xảy ra khi chúng ta có hoặc không có sự chuẩn bị tư lương cho hành trình này. Cuốn sách được chia làm năm phần theo thứ tự: Chương I - Khoa học sinh tử; Chương II - Bardo; Chương III - Nghệ thuật sinh tử; Chương IV - Giới thiệu pháp Chuyển di tâm thức Phowa, Hộ niệm

và pháp Quán đĩnh Changwa; cuối cùng, Chương V là toàn văn Bài kệ cầu nguyện Bardo - giáo pháp khai thị của Đức Pháp Vương Gyalwang Drukpa đời thứ II, cùng các nghi quỹ tu trì giản lược Quan Âm và A Di Đà đã được chuyển sang Việt ngữ để giúp hành giả có thể dễ dàng thực hành.

Theo mạch cấu trúc này, tương ứng với Sự sống, Cái chết và tiến trình Sống chết là các luận giảng của Đức Pháp Vương về Giác ngộ qua chuỗi liên kết của Yếu tố, Tiến trình và sự Chuyển hóa. Trong Chương đầu tiên, chúng ta sẽ tìm hiểu quan kiến Phật giáo về thế giới mình đang sống: đó là vũ trụ bên ngoài, từ cảnh giới của chư Phật cho đến Lục đạo luân hồi, tương ứng với vũ trụ đó là thế giới bên trong qua sự giải phẫu của Tổ hợp Thân Tâm (Ngũ đại, các uẩn, phiền não, màu sắc và trí tuệ) nơi mỗi người. Việc phân tích này cho chúng ta hiểu được cách thế giới vận hành cùng các yếu tố cấu thành nên nó. Những luận giải trong chương này sẽ giúp chúng ta thấy Phật giáo không chỉ là tôn giáo hay hệ thống tâm linh, tín ngưỡng nào đó siêu hình, mà thực sự là một khoa học sâu sắc và toàn diện về các yếu tố tạo thành sự sống và vận hành ở cả hai góc độ thô (bên ngoài) và vi tế (bên trong và bí mật) nơi thân tâm mỗi người.

Trong Chương II, từ các yếu tố cơ bản của sự sống, Đức Pháp Vương tiếp tục khai thị và dẫn dắt chúng ta vào tiến trình sống chết, hay vũ điệu huyễn hóa của các yếu tố vật chất và phi vật chất nơi Thân - Tâm mỗi người. Các nội dung trong chương II mô tả thật sống động tiến trình của cái chết và sự hình thành cuộc sống. Trong màn vũ điệu thật say mê, cuồng nhiệt nhưng cũng đầy khổ đau này, đôi khi, qua những “khe hở”, chúng ta nhìn được “bộ mặt thật” của các vũ công. Theo nghĩa này, chúng ta được dẫn nhập vào khái niệm Bardo. Bardo (trạng thái trung gian) là khe hở giữa hai trạng thái khác nhau, chẳng hạn như khoảng trung gian giữa lúc cánh tay bắt đầu duỗi ra cho đến lúc cánh tay được duỗi ra hoàn toàn, hay khoảng hở giữa hai ý niệm hoặc một ý niệm từ lúc nó bắt đầu hiện khởi cho đến khi biến mất. Vì vậy, Bardo hoàn toàn không phải chỉ riêng cho trạng thái trung gian của chết và tái sinh như nhiều người vẫn lầm tưởng mà Bardo cũng chính là cuộc sống hiện tại. Hàng ngày, hàng giờ, từng sát na chúng ta vẫn đang ở trong Bardo hay trạng thái trung gian. Chúng ta không nhận ra điều này vì các Bardo bị che khuất bởi quá nhiều phiền não, nhiễm ô và chướng ngại.

Toàn bộ giáo pháp về Bardo của Đức Pháp Vương bao gồm khái niệm và các phân loại Bardo, sau đó là các phần giảng giải vô cùng tỉ mỉ, sâu sắc và đầy tinh thức về từng Bardo chủ yếu của một vòng đời sinh tử, bắt đầu từ: (1) Bardo cận tử - trạng thái trung gian khi một người bắt đầu tiến trình chết đến khi chết hoàn toàn; sau đó đến (2) Bardo Pháp tính - trạng thái trung gian khi Pháp tính diệu minh thường trụ lộ rạng; kế tiếp là (3) Bardo tái sinh - trạng thái trung gian từ lúc một người sau khi chết hoàn toàn mà không

nhận ra Pháp tính diệu minh thường trụ cho tới khi nhập mẫu thai và bắt đầu một đời sống mới và cuối cùng (4) Bardo đời sống - trạng thái trung gian từ lúc một người bắt đầu một đời sống mới cho đến khi chết đi. Chúng ta cần hiểu thấu đáo rằng tất cả đều là trạng thái trung gian và cần tu tập để chuyển hóa hiểu biết này thành Giác ngộ!

Nếu thiếu đi trí tuệ thì đặc điểm cơ bản của Bardo là khổ đau. Đặc biệt, nỗi thống khổ trước và trong suốt tiến trình chết cũng như trong Bardo thân trung ấm thật hãi hùng khôn xiết. Khi thân thức rời bỏ xác thân này, thông thường do không nhận ra mình đã chết, chúng ta cố gắng kêu gào, vẫy gọi những người thân nhưng vô ích. Chúng ta bất lực đứng nhìn họ khóc hay ngồi thẫn thờ với cõi lòng tan nát vì cái chết của mình. Nỗi đau khổ tràn trề khi tất cả những người thân nhất đều không thể làm hay giúp gì. Những thứ chúng ta yêu quý nhất như của cải danh vọng, sở thích đều phải để lại phía sau. Bị ngón ngấu bởi nỗi hoảng sợ, hoang mang, tâm lao nhanh như tên lửa, thổi dạt qua lại như những hạt nhị hoa bay trước gió, chúng ta lang thang cô đơn và vô vọng đến tột cùng trong cõi trung ấm tối tăm mịt mù, không chút ánh sáng. Tâm bị cơn đói khát dày vò, tìm nơi trú ẩn giữa những âm thanh ghê rợn như tiếng núi lở, tiếng sóng gầm, tiếng khói lửa khồng lồ như Hỏa diệm sơn, tiếng trận bão lớn được tạo ra khi ngọn gió tứ đại trở về. Khi đang hoảng hốt chạy trốn, trong bóng tối kinh hoàng, trước mặt chúng ta mở ra ba vực thăm trắng, đỏ, đen, “sâu thăm và kinh hoàng”, những dòng thác đổ, mưa đá bằng máu mù; những âm thanh la hét của quỷ không đầu, những yêu quái và thú dữ chuyên ăn thịt, cùng sự xuất hiện của Một trăm Bản Tôn An bình và Uy mãnh như đang tấn công và rượt đuổi chúng ta. Cứ bảy ngày một lần, chúng ta lại bắt buộc phải sống trở lại với kinh nghiệm chết, mọi sự được tái diễn với một ý thức mãnh liệt gấp bảy lần lúc sống. Mọi nghiệp ác của các đời trước trở lại, một cách cô đọng mãnh liệt, làm cho tâm chúng ta rối bời, hoảng sợ. Cứ thế, hơn bao giờ, tâm thức khao khát có một xác thân vật lý để có thể trụ tâm lại một chỗ nhưng không thể tìm được, làm cho chúng ta lại rơi vào đau khổ. Đây quả thực là những nỗi thống khổ khôn cùng mà trong đời sống hiện giờ chúng ta chưa từng trải nghiệm qua!

Nếu Chương II dẫn dắt chúng ta vào tiến trình Bardo, mở ra cánh cửa bí mật về tiến trình Sống - Chết nằm ngoài phạm vi hiểu biết thông thường, thì khám phá về thực tại này cũng đồng thời giống lên lời cảnh tỉnh mạnh mẽ, thôi thúc chúng ta ngay từ giây phút này tinh tiến thực hành để siêu việt Bardo, siêu việt sinh tử. Đến đây, chúng ta tiếp tục mở ra cánh cửa bí mật thứ hai là kho tàng tinh túy giáo Pháp xuyên suốt Tam thừa Phật giáo, đặc biệt là tinh túy giáo pháp Kim Cương thừa, làm tư lương cho hành trình truy tâm và thể nhập Chân lý giải thoát.

Khi thực hành Kim Cương thừa, chúng ta được xem như đã có hiểu biết và nền tảng



căn bản nhất định về Phật giáo Nguyên thủy và Đại thừa. Vì thế, để hướng dẫn các Phật tử mới bước vào con đường Kim Cương thừa, Đức Pháp Vương đã từ bi truyền giảng lại các giáo lý cơ bản của Tiểu thừa và Đại thừa qua lăng kính chân xác của lý thuyết và sự thực hành Tứ Diệu đế. Theo mạch này, Tam thừa Phật giáo được trình bày trong Chương III theo thứ tự về Khổ đế (sự thật về Khổ, như được minh chứng qua năng lực chi phối của khổ, vô thường, không, vô ngã), Tập đế (nguyên nhân của khổ: gồm các chất liệu Tham Sân Si, Thập nhị Nhân duyên và Quy luật Nghiệp), Diệt đế (quả vị giải thoát khỏi khổ đau theo cả Tam thừa, gồm các quả vị của Nguyên thủy Phật giáo, Đại thừa và Kim Cương thừa) và Đạo đế (con đường tu tập thoát khổ một cách chung nhất của Tiểu thừa và Đại thừa như thực hành xả ly, trí tuệ nhận ra khổ, vô thường, không, vô ngã, Bát chính đạo, Trung đạo, Bồ đề tâm, Bồ tát Đạo...). Với tâm Đại từ bi, chư Phật và các bậc Giác ngộ sử dụng các phương tiện khác nhau cùng với mục đích chỉ bày cho chúng ta sự thật về bản chất khổ đau của vạn pháp trong luân hồi và sách tấn chúng ta tinh chuyên thâm nhập giáo pháp nhiệm màu để tận dụng, ân hưởng từng phút giây của sự sống và có được sự tự tin, tự tại và vô úy trước cái chết!

Phần tiếp theo của Chương III là phần giảng giải về giáo pháp Kim Cương thừa. Sau khi đã nắm bắt các yếu tố cơ bản cùng tiến trình vận hành của tổ hợp Thân - Tâm tạo ra luân hồi sinh tử, từ phần này chúng ta bắt đầu đi vào quá trình chuyển hóa độc tố thành cam lồ, luân hồi thành niết bàn, khổ đau thành Giác ngộ. Con đường này được thực hiện qua cầu nối thiêng liêng của tâm chí thành với bậc Kim cương Thượng sư. Có thể nói, trong Kim Cương thừa, mối liên hệ Thượng sư - đệ tử là nền tảng của sự thực hành và giác ngộ. Để thực hành đúng pháp và đạt được thành tựu, hành giả cần tìm cầu quy y bậc Thượng sư đầy đủ phẩm chất giác ngộ thuộc một Truyền thừa không gián đoạn, thụ nhận giáo pháp khẩu truyền, quán đỉnh gia trì với từng pháp tu Bản tôn tương ứng, sau đó phát nguyện trì giữ giới Tam muội da, hoàn thiện pháp tu mở đầu nền tảng, viên mãn các pháp tu thuộc từng giai đoạn Phát triển rồi Thành tựu và cuối cùng là giáo pháp tối thượng Đại Thủ Ấn. Tất cả sự thực hành Kim Cương thừa đều có cùng mục đích chuyển hóa luân hồi thành niết bàn, giúp chúng ta tịnh hóa Tứ sinh, thành tựu Tứ Quán đỉnh, thực chứng Tứ Thượng sư, giác ngộ Tứ thân, siêu việt Tứ Bardo và nhận ra tất cả các pháp đều là như huyễn. Cốt tủy thứ lớp tu học Kim Cương thừa trên cả hai phương diện giáo lý và thực hành qua các hướng dẫn thiền định, quán tưởng, tu trì nội - ngoại đàn tràng đều được hiển bày tại đây để giúp chúng ta nắm bắt đạo lộ và nguyên lý Kim Cương trong nghệ thuật siêu việt Bardo, tịnh hóa cội nguồn sinh tử.

Các nội dung của Bardo - Nghệ thuật sinh tử chỉ ra cho chúng ta Kim Cương thừa là sự hợp nhất của Tam thừa Phật giáo. Chúng ta biết rằng cốt tủy giáo lý Tiểu thừa là sự xả ly,

là lý vô thường, vô ngã, khô, không và của Đại thừa là tình yêu thương, Bồ tát đạo và Trung đạo. Sự thực hành trong Kim Cương thừa cũng được xây dựng trên những nền tảng này nhưng với đặc trưng là lấy ứng dụng Tam thân (Pháp thân, Báo thân và Hóa thân) làm nhân tu và nhân mạnh vào phương tiện thiện xảo để có được năng lực độ sinh lớn lao và mau chóng chứng đạt giác ngộ ngay trong một đời. Các thành tựu tâm linh như thành tựu Tam thân Phật, thân cầu vồng, để lại các xá lợi tự chứng đắc lợi ích chúng sinh đời sau mà chúng ta đã biết qua tiểu sử Đức Pháp Vương Gyalwang Druka đời thứ I, đời thứ IV và các đời chuyển thế khác... là minh chứng rõ ràng cho năng lực mạnh mẽ của truyền thống này. Các hành giả thành tựu Kim Cương thừa cũng chính là các Đại Bồ tát bởi mục đích cuối cùng của các Ngài là sự hóa thân chuyển thế, tiếp tục quay lại luân hồi để lợi ích chúng sinh. Đây cũng là minh chứng của thành tựu Tam thân, khi đã chứng được Pháp thân và Báo thân thì quả vị của hành giả sẽ là Hóa thân quay trở lại phụng sự chúng sinh trên con đường giác ngộ.

Tất cả chúng ta đều biết rằng chết là một điều chắc chắn, không một ai tránh khỏi cái chết. Chúng ta thường quên rằng cái chết có thể đến bất kỳ lúc nào. Nhưng đối với hành giả Phật giáo, đây lại là thời cơ quan trọng để đạt được giác ngộ hoặc có một tái sinh tốt đẹp. Vì vậy, nếu như ở chương III, toàn bộ cuộc sống là được dành cho sự thực hành để chuyển hóa nghiệp chướng, khổ đau, đạt được chân hạnh phúc ngay trong giây phút hiện tại, đồng thời chuẩn bị đón nhận cái chết trong sự tự tin, chính niệm và tỉnh giác hướng tới giải thoát hoàn toàn hoặc một tái sinh tốt đẹp, thì Chương IV được dành toàn bộ cho sự thực hành khi bản thân hành giả phải đối diện với tử thần hoặc giúp đỡ hộ niệm người khác phút lâm chung. Chương IV gồm các phần chính: giới thiệu pháp Chuyển di tâm thức siêu sinh Tịnh độ (Phowa), hộ niệm người lâm chung và pháp Quán đỉnh Changwa. Và cuối cùng, trong Chương V, chúng ta sẽ được giới thiệu một số nghi quỹ thực hành giản lược như Pháp tu Di đà, Trường thọ, Quan Âm và các bài kệ tụng Bardo thường nhật để giúp những ai sau khi đọc sách này phát Bồ đề tâm tu tập có được bước khởi đầu trong hành trình tâm linh và tận dụng các cơ hội chuyển hóa trong từng giai đoạn Bardo hay từng phút giây cuộc sống!

Như thế Bardo - Bí mật Nghệ thuật sinh tử có thể được coi là một cuốn Bách khoa Trí tuệ và tài liệu dẫn nhập vào bộ môn Nghệ thuật Sinh - Tử mà chúng ta chưa từng biết đến. Drukpa Việt Nam thành tâm mong nguyện quý độc giả có thể lĩnh hội và thâm nhập tinh túy giáo pháp Bardo của Đức Pháp Vương và đem ứng dụng, hòa nhập giáo pháp trân quý này vào trong đời sống hàng ngày, mang lại an vui giải thoát cho mình và hết thảy hữu tình. Mong nguyện cảm hứng từ từng lời khai thị của bậc Thượng sư giác ngộ sẽ sách tấn chúng ta thực hành giáo pháp chân chính để siêu việt từng Bardo và đối mặt với

cái chết một cách an nhiên, vô úy!

Nguyện rằng tất cả những ai có thiện duyên thấy, nghe, chạm và đọc cuốn sách này đều là nhân duyên giúp tiêu trừ những phiền não, nghiệp chướng, khổ đau và dẫn đến giải thoát, giác ngộ!

Đệ tử chúng con thành kính cúi xin Thượng sư, Tam bảo, Không hành, Hộ pháp, Thiện thần từ bi gia hộ. Chúng con xin thành tâm sám hối những thiếu sót, lỗi lầm trong quá trình chuyển dịch và biên tập! Với lòng thành kính sâu xa, bao nhiêu công đức nguyện hồi hướng Đức Pháp Vương pháp thể khinh an, phúc thọ diên trường, tuệ đăng thường chiếu, chuyển bánh xe pháp, lợi ích an vui chúng hữu tình. Nguyện hồi hướng bốn ân, ba cõi, pháp giới chúng sinh tình cùng vô tình đồng thành Phật đạo! Nguyện cầu Phật pháp trải khắp muôn phương và trường tồn mãi mãi!

*Tây Thiên, mạnh đông Nhâm Thìn*

*Vô Úy cầm bút*