

Nhật ký Dharamsala

Phần 3: Tu học tại Dharamsala

8. Ngày 19 tháng 2, 2008

Sáng hôm đó chuyển xe lửa đến New Delhi lúc 9 giờ. Thày viện trưởng và hai vị sư phụ tá cùng tôi đi đến nhà riêng của một trong hai vị sư này để nghỉ ngơi, và dùng bữa trưa.

Khi bước chân ra khỏi nhà ga xe lửa, đến ngoài đường, điều đầu tiên đập vào thị giác, cũng như tràn đầy khứu giác của tôi là thành phố New Delhi thật là ... đông dân và bẩn thỉu. Cảnh đập vào mắt là xe chen chúc chật cả mọi nơi, xe taxi chui ra được khỏi cái sân của nhà ga là một kỳ công. Vị tài xế phải vận dụng toàn thân người, vừa lái, vừa la hét om sòm cho những xe hơi và xe lam ba bánh khác nhích ra, bấm còi inh ỏi, và có lúc phải nhào người ra khỏi xe để xem có đi lọt ra khỏi những khoảng cách bé xíu và sát rạt với các xe khác. Thật quả là nếu chưa đi đến New Delhi, chắc chắn không thể tưởng tượng ra nổi một thành phố kỳ cục như vậy. Mạnh ai nấy chạy, mạnh ai nấy lái, không cần ngưng khi đèn đỏ, hễ không có xe là cứ chạy luôn. Đúng là một màn biểu diễn lái xe kinh hồn.

Tràn đầy khứu giác là mùi xăng nhớt và ô nhiễm. Bụi dơ bay loạn trong không khí và ô nhiễm đến độ nhìn vào khoảng không chỉ thấy một màu mờ mờ...Không khí khó thở đến mức độ tôi cảm thấy muốn ho. Rất tiếc là tôi không mang theo khẩu trang để đeo. Tự nhiên tôi đưa tay bịt mũi...và e ngại sẽ bị viêm cuống họng.

Rồi cũng về đến nhà vị sư phụ tá trong một ngõ hẻm, người tài xế taxi nhất định không dám lái xe vào. Thày và chúng tôi phải xuống đi bộ một quãng mang theo tất cả hành lý nặng nhọc vì đường gập ghềnh quá độ, không thể kéo hành lý trên bánh xe lăn, mặc dù hành lý nào cũng có bánh xe.

Vào được nhà thì thày đi nghỉ. Tôi cũng thấy mệt và buồn ngủ, nên sau khi rửa mặt và làm vệ sinh, xin với vị sư phụ tá vào phòng trong để ngủ trên một cái ghế trường kỷ. Tôi thậm nghĩ là chuyến hành trình khó nhọc đi về Dharamsala sẽ thật sự bắt đầu từ New Delhi này đây.

Khi ngủ dậy, tôi cảm thấy sự lo ngại của tôi đã thành sự thật: tôi bắt đầu ho và cảm thấy có đờm trong cổ họng và trong xoang mũi. Có lẽ tôi đã bị nhiễm trùng cổ họng và viêm xoang mũi¹⁶ rồi. Thầy kê, tôi ngồi xếp bằng, hành trì cho đến khi người trong nhà gọi tôi ra dùng cơm trưa.

¹⁶ Sinusitis.

Đến chiều hôm đó thầy viện trưởng gọi tôi vào phòng dặn dò. Ngài nói vé xe lửa không mua được vì số lượng người đổ về Dharamsala quá đông. Vì thế nên tôi phải lấy xe buýt để đi về Dharamsala, (thầy viện trưởng sẽ đi xe lửa đến đó). Trên xe buýt sẽ rất chật chội và khó khăn, nên ngài dặn tôi để hết hành lý lại tại nhà vị sư phụ tá, chỉ mang tối thiểu đồ đạc và bỏ vào trong hành lý xách tay để tránh nặng nhọc và cực khổ khi di chuyển. Khi xong thời gian tu học tại Dharamsala thì tôi chỉ phải ghé qua New Delhi lấy hành lý gửi tại đây và ra phi trường New Delhi để đi thẳng về Montreal. Tôi nhân tiện thưa với thầy về số tiền mang theo để cúng dường đức Đạt Lai Lạt Ma và chư tăng. Vì phải đi một mình trên chuyến xe buýt, nên tôi cảm thấy ngại ngùng nếu phải mang nhiều tiền trong người, và xin cúng dường lên thầy ngay để thầy lo liệu mọi chuyện hộ cho tôi. Thầy hoan hỷ nhận lời.

Còn tôi, sau khi cúng dường tịnh tài xong, tôi cũng thấy trong lòng hoan hỷ và nhẹ nhõm. Đồng thời, tôi đã bắt đầu thực sự hiểu ra sự khó nhọc của đời sống ở đây, khi đi lang thang trên các nẻo đường gập ghềnh, và nhất là lúc phải leo cầu thang cao vợi vợi để đi vào nhà ga xe lửa. Ở đây, chẳng làm gì có thang cuốn bằng máy, cho nên tôi đi thu xếp lại hành lý, và chỉ chọn những vật dụng tối cần thiết để mang đi về Dharamsala trong cái va-li xách tay. Còn lại bao nhiêu đồ đạc, tôi nhét chặt cứng vào trong va-li to và gửi lại đây cùng với cái thangka đức Phật Dược sư mà thầy viện trưởng đã cho người may lại (rất đẹp và khá lớn). Xong xuôi, tôi thở phào và cầu nguyện cho chuyến đi xe buýt tối nay được mọi sự an lành.

Đúng 4 giờ chiều, vị sư phụ tá đón tôi đi ra trại tỵ nạn của người Tây tạng để chờ sẵn, vì trại tỵ nạn Tây tạng rất gần trạm xe, có thể đi bộ ra được. Chuyến xe sẽ khởi hành lúc 6 giờ chiều, nhưng cần phải đi sớm để còn xếp hành lý lên trên xe. Vị sư phụ tá dẫn tôi vào trong một căn nhà nhỏ nghèo nàn để đợi chuyến xe buýt. Tôi nhân tiện đi vòng vòng khu phố của trại tỵ nạn. Dọc khu phố có đầy các gian hàng bán trên vỉa hè. Đường xá và không khí cũng vẫn ô nhiễm và bẩn thỉu. Tôi quay trở về căn nhà ngồi nhắm mắt tụng chú, và chìm vào trong một giấc ngủ ngắn. Khi căn nhà ồn ào tiếng nói thì tôi tỉnh giấc và thấy rất nhiều vị tăng sĩ của Sera cũng tụ họp tại đây để lấy xe buýt như tôi đi về Dharamsala. Như vậy có nghĩa là trên xe buýt sẽ không đáng ngại lắm, vì hành khách gần như chỉ toàn các tăng sĩ Sera. Một vị tăng đến gần tôi và tự giới thiệu bằng anh ngữ, tên là Achoo. Vị này được chỉ định đi theo tôi để giúp đỡ khi cần và chúng tôi có 3 người, sẽ ngồi gần nhau: hai tăng sĩ là Achoo, cháu của thầy viện trưởng tên là Tenzin Kelsang và tôi. Tôi nhìn kỹ Achoo. Đó là một tăng sĩ trung niên, nhưng vẫn nhỏ tuổi hơn tôi khá nhiều, khuôn mặt thật hiền lành chất phác. Tôi thấy rất là cảm mến. Vị tăng sĩ cháu của thầy viện trưởng thì tôi đã quen biết từ năm 2002 và tôi thường hay giúp đỡ tịnh tài để tu học. Tôi cảm thấy yên tâm và nghĩ thầm: cho dù chuyến hành trình sẽ thật là cực nhọc, nhưng bên những người bạn tăng sĩ này, tôi sẽ cảm thấy trong lòng ấm áp và vui vẻ.

Lúc 6 giờ chiều, chúng tôi đi bộ ra bến xe, mỗi người tự xách hành lý của mình. Bến đã đông người và hai ba chiếc xe buýt đang nhận người lên xe và chất hành lý. Bến xe thì thực là bẩn thỉu vì bò lớn bò bé đi thanh thản và lâu lâu làm một bãi phân to tướng. Tôi cứ phải nhắc chừng hai vị tăng đi theo để tránh phân bò, họ cười nói là không có sao. Thật đúng là Ấn độ. Tôi nghĩ bụng nếu hai vị này đạp phân mà leo lên xe buýt ngồi cạnh mình thì quả là khó khăn, chưa kể là nếu hành lý phải xếp dưới chân chỗ ngồi.

Cuối cùng chuyến xe của chúng tôi cũng đến, hai vị tăng đẩy tôi lên xe buýt cho nhẹ, mang theo cả cái hành lý xách tay duy nhất của tôi và của họ lên xe. Ba chỗ ngồi của chúng tôi thuộc hai hàng ghế cuối cùng. Tôi vào ghế ngồi và để va-li xách tay của tôi dưới gầm ghế là hết chỗ. Hai vị tăng đành phải ra khỏi xe, ném hành lý của mình lên để cho lơ xe chụp lấy và xếp lên mui. Đi như vậy, nếu bị mưa thì lãnh đủ, vì bên trong hành lý sẽ ướt hết. Mà cái lối ném hành lý lên mui xe cũng thật là thủ công nghệ: các sư tung hành lý lên cao cho lơ xe chụp lấy và sắp trên mui. Nếu có lỡ tay chụp hụt mà rớt xuống thì ở dưới rắng mà chụp lại. May mà chư tăng chỉ thường dùng loại hành lý bằng bao vải bố và trong hành lý chỉ phần lớn là quần áo, nếu có chụp hụt cũng chẳng vỡ đồ đạc gì. Thế mới biết là hai ngày qua đi xe lửa sướng hơn rất nhiều, vừa có giường, vừa có chỗ để hành lý rộng hơn xe buýt nhiều lắm. Tôi lại nghĩ thầm, chuyến hành trình này xuống thêm một cấp nữa nhé...

Nhìn lại xe buýt, tôi mới học thêm một điều mới lạ: xe buýt ở đây có hai tầng. Tầng trên toàn là giường nằm, rộng rãi đỡ khổ hơn là ngồi ghế. Dĩ nhiên là giường trên xe buýt nhỏ hơn giường trên xe lửa nhiều. Ngay cả tầng dưới cũng chia hai bên. Bên của tôi chỉ toàn là chỗ ngồi, còn bên kia có tới ba cái giường. Mỗi giường đều có hai cánh cửa có thể khép kín lại để bớt bị ồn ào và dễ nghỉ ngơi. Vậy mà vị tăng sĩ phụ trách mua vé hộ tôi không mua được, chắc vì mua trễ nên đã hết chỗ giường nằm trên xe buýt.

Giá vé đi xe buýt từ New Delhi về Dharamsala khá rẻ. Đoạn đường dài khoảng 511km, mà giá vé khoảng 600 rupees (gần 15\$ đô la). Còn giá vé của giường nằm chỉ đắt hơn có 200 rupees (thêm 5\$ đô la). Vì đường đi leo núi đèo, ngoằn ngoèo khúc khuỷu, rất là xấu, cho nên xe buýt sẽ chạy rất chậm. Nhanh lắm thì cũng phải 12 tiếng là tối thiểu.

Ngồi vào chỗ trên xe buýt mới thấy vấn đề. Xe làm tại Trung quốc cho nên chỗ ngồi rất nhỏ và hẹp. Hình như xe làm để chở những người Trung hoa lục địa gầy gò và nhỏ con. Không thoải mái chút nào như xe buýt vùng Bắc Mỹ. Đành vậy, tôi cố ngồi thu nhỏ lại.

Xe khởi hành sau 15 phút. Vị tăng sĩ Achoo tuy gầy, nhưng cao, nên ngồi ghế sau tôi cũng không thoải mái chút nào. May quá, một vị tăng sĩ khác ngồi chỗ ghế bên cạnh Achoo là bạn thân của vị tăng trẻ mua vé giường bên cạnh, và sau khi trò chuyện thân tình đã chui vào nằm chung giường của vị

tăng sĩ trẻ đó. Achoo thích quá, ngả lưng nằm trên hai ghế. Còn tôi vội vàng lấy hành lý xách tay ra khỏi dưới ghế, đặt vào dưới chân chỗ của vị tăng đã bỏ vào giường nằm để chúng tôi có thể dễ dàng duỗi chân. Vui vẻ và thoải mái cho cả Achoo lẫn tôi và Tenzin Kelsang ngồi cạnh tôi. Chúng tôi duỗi chân được nên thoải mái hơn trước, lúc hành lý còn ở dưới gầm ghế. Còn Achoo thì nằm ở đằng sau và ca hát luôn miệng những bài hát Tây tạng hay Ấn độ đang nổi tiếng thời thượng. Tôi ngủ được một chút thì xe buýt ngừng bánh tại một tiệm ăn. Chúng tôi xuống xe kiểm gì ăn vì đi từ 4 giờ chiều, chưa ăn gì cả nên bụng đã bắt đầu sôi sục. Mà cũng chẳng ăn được nhiều vì tiệm ăn Ấn độ làm thức ăn rất cay và thêm quá nhiều gia vị. Tôi ăn chút chút, còn Achoo, Tenzin Kelsang và hai vị tăng sĩ ngủ giường bên cạnh thì ăn rất nhiều. Nhìn họ ăn uống ngon lành, tôi thấy thèm. Khi bồi bàn mang giấy tính tiền ra để chúng tôi trả thì tôi thấy giá quá mắc, chắc là tại ăn khuya giữa đường nên bị bắt chẹt. Nhìn các sư ngần ngại trước giá tiền, tôi lảng lảng cầm lấy biên lai và ra trả tiền cho tất cả năm người. Dù sao, tôi vẫn là người đến từ Bắc Mỹ và có thể trả thoải mái cho họ.

Khi lên trở lại xe thì các lơ xe đi soát vé. Chúng tôi gập rắc rối vì anh chàng Ấn độ lơ xe chẳng hiểu ất giáp gì, thấy Achoo ngồi một mình hai ghế thì kêu ầm ỹ lên, la hét và xô Achoo sang một bên, bảo rằng còn chỗ cho một người hành khách khác. Achoo phân trần, nhưng phần thì tiếng Ấn độ không rành, phần thì Achoo hiền quá, nên anh lơ xe làm dữ, đổ cho Achoo là ăn gian một ghế. Tôi phải can thiệp và mở cửa của giường nằm đối diện, kêu vị tăng sĩ kia chui ra và trình vé. Anh lơ xe giận dữ cầu nhàu cấm không cho vị tăng sĩ đó chia giường chung với bạn. Thật là vô lý. Cuối cùng, anh lơ xe đuối lý và bỏ đi để cho chúng tôi yên ổn muốn làm gì thì làm. Thế là tạm yên ổn.

Chưa được bao lâu thì lại có rắc rối. Vị hành khách ngồi trước tôi hạ thấp lưng ghế xuống để nằm ra và ngủ. Vì thế chỗ của tôi ngồi trở thành chật hẹp vô cùng và tôi không thể xoay sở. Một mặt, tôi không muốn bắt vị đó dựng lưng ghế lên, mặt kia, tôi cũng không muốn hạ lưng ghế mình làm khổ Achoo nằm ngay đằng sau tôi. Thật là khổ, vì chỗ hẹp quá đến nỗi bấp vể và bàn tọa của tôi ê ẩm và muốn bị vọp bẻ ! May quá, hơn một tiếng đồng hồ sau thì xe ngừng cho hành khách đi nhà vệ sinh. Và khi trở lại xe, Tenzin Kelsang nhỏ con hơn tôi nhiều, chịu đổi chỗ cho tôi ngồi mé ngoài để tôi được tự do hơn một chút.

Lúc đó trời đã bắt đầu khuya và lạnh. Sau khi lên lại xe, tôi phải lôi hết tất cả hai cái áo ấm ra, một cái là áo bông vải, cái kia là áo bông mùa đông của Canada mặc vào mới tạm thoải mái.

Tôi cố gắng ngủ gà ngủ gật. Được một lúc thì tạm ngủ yên. Nhưng đang ngủ thì bỗng giật nảy mình. Xe cán cái ổ gà to đến độ, tôi nảy mình tung lên trên ghế, đầu đập vào trần xe đau điếng người. Tình giậy nhìn lại, đường xe chạy bắt đầu leo núi, xe chạy cán ổ gà quá nhiều, mà ghế chúng tôi là hai hàng

cuối cùng sau xe, nên bị nhồi khủng khiếp. Thế mà xe cũng chẳng phải là chạy nhanh lắm.

9. Ngày 20 tháng 2, 2008

Càng về khuya xe càng leo núi lên cao và trong xe càng lạnh. Tôi co ro trong hai lần áo. Càng ngày càng ho khúc khắc và bị đờm. Tôi không hiểu vì sao mà trong xe lạnh quá mức như thế. Vừa lạnh vừa ẩm. Tôi quen khí hậu lạnh, nhưng khô của Canada, nên không chịu được cái loại rét ẩm ướt thấu vào trong lục phủ ngũ tạng. Phải gọi là *rét mướt*. Rét và ẩm nên gọi là mướt. Đôi khi tôi phải chui đầu vào trong cái áo bành tô để giữ hơi thở ấm áp của mình trong lần áo, sưởi ấm cho thân một chút hơi nóng.

Mà tôi vẫn thắc mắc tại sao mà trong xe lại lạnh kinh khiếp như vậy. Mãi cho đến khi tới Dharamsala và nói chuyện với một chú bé Tây tạng mà chúng tôi nuôi cho ăn học, ra đón tôi tại trạm xe buýt thì mới hiểu. Chú bé này có đi học trường trung học ngoài đời tại Ấn nên khả năng anh ngữ khá khá một chút. Lý do, chú giải thích là vì các tăng sĩ không quen đi xe hơi, nhất là xe đồ, bị xóc nhiều, cho nên các vị đều bị say sóng nôn mửa. Và để tiện việc nôn mửa, gần như cả xe đều mở toang cửa sổ để sẵn sàng thò đầu, nôn qua cửa kính, ra ngoài xe. Thảo nào mà tôi thấy trong quá lạnh như vậy, lạnh và gió mà tôi cứ tưởng là đến từ sàn xe.

Do đó tôi càng ho, nhiễm trùng cổ họng và xoang mũi nhiều hơn. Khi xe đến bến xe tại Dharamsala, quận McCleod Ganj, nơi trú ngụ của đức Đạt Lai Lạt Ma thì đã hơn 9 giờ sáng. Chuyển xe rút cục lấy gần 16 tiếng đồng hồ. Mười sáu tiếng tôi chịu trận, vừa đói vừa lạnh run.

Khi xuống được xe và gặp chú bé, tôi vẫn run lập cập, vì hôm đó thời tiết rất lạnh tại McCleod Ganj. Chú bé thì mặc phong phanh có cái áo bông vải. Còn tôi thì mặc cả áo bông lẫn bành tô mà lại run vì lạnh. Chú bé cười ngất và hỏi, sao người Canada mà chịu lạnh kém thế. Tôi cũng không giải thích nhiều, lo lấy hành lý ra và đi về khách sạn. Nhìn cảnh chư tăng chụp hành lý do lơ xe đứng từ trên mui thả xuống mà tôi ngao ngán lắc đầu. Quả là xứ Ấn độ. Nói vậy chứ có vài va-li nặng quá thì lơ xe cũng phải thông giây mà thả xuống. Tôi mau mau ra phụ các tăng sĩ chụp hộ hành lý để sang một bên cho mọi người rồi bảo chú bé dẫn về khách sạn. Từ trạm xe buýt đến khách sạn chỉ khoảng 15 phút đi bộ. Nhưng đường xá ở đây thì quá lầy lội, hỏi chú bé thì hóa ra trời đêm hôm qua vừa trải một cơn mưa lớn. Đi về đến khách sạn thì đôi giày ba-ta của tôi đã lấm đầy bùn đỏ quạch.

Ngồi trong phòng rửa ráy mặt mũi tay chân và rửa giày ba-ta, tôi mừng thầm là chuyển đi cực kỳ khó khăn đã trải qua rồi. Bây giờ, được nghỉ ngơi, nhưng tôi sẽ phải đối phó với vấn đề nhiễm trùng cổ, ho và viêm xoang mũi. Chú bé rủ tôi đi ăn sáng. Tôi nhận lời và chúng tôi ra quán ăn nhỏ góc

đường. Tôi kêu một món trứng chiên và cà phê, còn chú bé và Tenzin Kelsang thì ăn điểm tâm món ăn Ấn độ và uống trà sữa.

Hôm nay theo chương trình thì chúng tôi được nghỉ một ngày. Nhưng chú bé và Tenzin Kelsang thì nói rằng chờ khi thầy viện trưởng đến sẽ rủ tôi đi đến thăm ngài. Tôi gật đầu và nói là bây giờ tôi sẽ về phòng nằm nghỉ. Khi nào thầy viện trưởng đến thì cứ ghé phòng tôi mà gọi.

Về đến phòng, tôi xem xét. Căn phòng nhỏ thôi, có hai giường đơn kê sát nhau, nhưng cũng được lắm. Nước nóng có, nhưng thời tiết rất lạnh khoảng 4 hay 5 độ C gì đó. Chẳng thể nào tắm nổi cho dù có nước nóng. Tôi chỉ đi rửa mặt mũi tay chân, rồi lên giường nằm ngủ một giấc vì cả đêm qua tôi đã quá cực nhọc với chuyến xe. Phải thu hết can đảm mà chui vào trong chăn, dùng hơi nóng thân mình để sưởi ấm chăn đệm. Nhưng một khi đã cảm thấy ấm áp rồi thì lại không còn có can đảm chui ra khỏi giường.

Khi ngủ giậy và thấy khỏe khoắn hơn, tôi tọa thiền và hành trì các phần tu tập hứa nguyện, sau đó tôi ra ngoài phố đi tản bộ và xem xét đường xá.

Thành phố Dharamsala nằm giữa thung lũng Kangra và bao gồm một diện tích khoảng 29 cây số vuông. Tuy nằm giữa thung lũng, nhưng Dharamsala khá cao, ở độ cao trung bình 1457 mét (4780 bộ anh). Vì nằm giữa thung lũng và có núi lớn bao quanh, nên khí núi và hơi nước đọng lại khó thoát ra được. Mùa đông, lạnh và ẩm, khoảng thời gian tôi đến là lúc lạnh nhất, nhiệt độ xuống gần 0°C, và có những hôm tuyết rơi rất nhẹ. Khó khăn nhất là những hôm mưa, vì vừa lạnh lại vừa ướt át khó chịu. Người dân ở đây nói với tôi là mùa hè cũng khó khăn lắm vì tuy khí hậu nóng, nhưng vô cùng ẩm thấp đến độ quần áo giặt xong mang phơi không khô nổi mà chỉ lên mốc kim. Cách đi đến Dharamsala thường là bằng xe lửa, xuống trạm Pathankot (tuy viết vậy, nhưng tiếng Ấn đọc là Pa-tăng-cốt-ti, cách 120km đường xe hơi) hay trạm Chakki Bank (150 km đường xe).

Dharamsala bao gồm Dharamsala thượng (upper Dharamsala, gọi đúng tên là quận McLeod Ganj, độ cao là 1,700 mét hay 5,580 bộ anh) và Dharamsala hạ (lower Dharamsala, thấp hơn 460 mét). Hai miền thượng và hạ cách nhau 9 km đường xe, và miền hạ có thành phố đông đảo sầm uất hơn.

Tư dinh của đức Đạt Lai Lạt Ma và chính phủ lưu vong Ấn độ nằm tại Dharamsala thượng, nối liền với ngôi chùa chính (main temple), là nơi ngài thuyết pháp cho chư tăng và Phật tử. Chỉ riêng chư tăng về dự cũng đã khoảng 6000 vị, và tổng số các Phật tử Tây tạng cũng như ngoại quốc mọi nơi về tham dự ước lượng sơ khởi cũng phải đến 5000 hay 6000 người.

Tôi không có đủ thì giờ xuống thăm Dharamsala hạ, chỉ có một vài lần đi ngang qua thành phố chính thì thấy ở đây rất sầm uất. Phần lớn thì giờ tôi tu

học tại McLeod Ganj (Dharamsala thượng) tại ngôi chùa chính. Quận McLeod Ganj rất là nhỏ, chỉ gồm vài cây số đường, và có hai đường song song dẫn đến ngôi chùa chính nơi Phật tử đến ngôi nghe pháp.



Hình 5: Một con đường chính của McLeod Ganj (nơi tôi đi qua hằng ngày đến chùa nghe pháp).



Hình 6: Sân các Phật tử ngôi nghe pháp (chụp từ nơi dựng bảo tòa đức Đạt Lai Lạt Ma ngôi).



Hình 7a, b: Tượng Phật Quán Âm Thiên Thủ Thiên Nhãn rất linh thiêng trong ngôi chùa chính, nơi các Phật tử Tây tạng (và cả cá nhân tôi) thường đến cúng dường đèn bơ, cầu nguyện và hồi hướng.

Vị sư geshe-la trong hình bên phải là vị sư hương đăng, theo lời thỉnh cầu của Phật tử đến chiêm bái, thày làm đèn bơ và cúng dường hộ cho mình lên đức Phật Quán Âm Thiên Thủ Thiên Nhãn.



Hình 8: Hình chụp thung lũng ở Dharamsala, nhìn từ con đường dẫn về ngôi chùa chính.



Hình 9: Cảnh thung lũng nhìn từ khách sạn Shiwala (nơi tôi trú ngụ).

Tôi cũng chưa biết là nơi ngồi nghe pháp được sắp đặt ra sao, nên đi bộ và hỏi thăm đường đến ngôi chùa chính để xem trước. Khi vào đến ngõ đưa vào chùa thì thấy có dán giấy trên tường, thông báo chương trình thuyết pháp sẽ bắt đầu vào ngày 22 tháng 2 và chấm dứt ngày 2 tháng 3 (tổng cộng là 10 ngày). Tôi đi vào trong chùa, xem xét chỗ ngồi của thánh chúng. Đó là một cái sân rất lớn (hình 6), chia làm nhiều khu vực. Khu bên trái dành cho người Tây phương, có được chút mái hiên che mưa nắng. Khu chính giữa dành cho người Tây tạng và chừa một khoảng đường cho đức Đạt Lai Lạt Ma đi lên tòa giảng. Khu bên phải, một phần dành cho người Đài Loan, một phần dành cho người Nhật và Đại Hàn. Hai khu còn lại này không có một chút mái hiên nào. Lúc tôi đến sân để xem xét thì đã có khá đông người. Họ vạch một khoảng ô vuông trên sân, và ghi tên lên trên để dành chỗ ngồi cho những ngày đến nghe pháp.

Nhìn lại khoảng sân thì hơn hai phần ba diện tích đã có ghi tên, và nhiều chỗ họ còn dán cả nệm mỏng lên trên để ngồi nghe cho ấm bàn tọa. Điều này rất cần thiết vì sân bằng xi măng lạnh lắm, ngồi thẳng lên trên sẽ bị khí lạnh thấm vào cột xương sống lưng, thành bệnh. Tôi thấy họ làm như vậy thì cũng đi tìm bút và vạch một ô cho mình.

Đang loay hoay làm thì nghe bên cạnh có ai nói mấy câu tiếng Pháp. Tôi quay ngang xem thì có hai vợ chồng người da trắng đang bàn nhau vạch ô ngồi. Tôi quay lại nhìn họ cười, hỏi họ từ đâu đến. Hóa ra họ đến cùng tỉnh của tôi ở Canada. Bắt tay chào đồng hương xong, tôi hỏi thăm họ tình hình và tin tức. Họ nói có một số người Canada đến dự và cho tôi biết một thông tin khá quan trọng là đức Đạt Lai Lạt Ma sẽ bắt đầu thuyết pháp buổi sáng hôm sau (21 tháng 2), chứ không phải là ngày 22 tháng 2 như đã thông báo. Tôi hỏi họ làm sao biết được như thế, họ giải thích là đã lên phía bên trên sân và nói chuyện với nhóm chuyên môn quay phim cho đức Đạt Lai Lạt

Ma cho nên biết được tin này. Tôi mừng quá, vì đã đến đây thì phải nghe học đầy đủ, thiếu một ngày (nhất lại là ngày đầu) thì uổng quá.

Sau khi vạch chỗ ghi tên cho có thôi (chứ tôi không hy vọng gì vì khi đông quá thì khó mà còn giữ được chỗ như vậy), tôi thấy đói bụng nên đi ăn trưa. Sau đó, tôi đi tìm tiệm thuốc mua nước súc miệng cực mạnh để triệt trùng miệng mỗi sáng và tối trước khi đi ngủ, hy vọng sẽ giảm ho và đờm trong cổ họng và xoang mũi.

Sau buổi trưa, tôi về phòng để ngủ vì tôi vẫn chưa lại sức sau chuyến đi mệt mỏi. Trong giấc ngủ chập chờn, tôi nghe tiếng gõ cửa. Chú bé Tây tạng ghé qua kêu tôi đi chung qua thăm thầy viện trưởng. Ngài ở khách sạn Shiwali, cách khách sạn Shambala nơi tôi đang tạm trú một đoạn đường ngắn và một con dốc. Khi đến nơi thì thầy đang ngồi ngoài sân thượng trước cửa phòng trên lầu ba. Thầy vui mừng hỏi thăm chuyến đi xe buýt về Dharamsala của tôi và cảm thông với tôi nỗi niềm khổ nhọc trên chuyến đi. Sau đó thầy thăm hỏi chú bé Tây tạng, cũng là một cháu họ xa của ngài và cho chú bé ít tiền sinh sống. Ngồi với thầy chưa được bao lâu thì có phái đoàn tăng sĩ đến thăm hỏi thầy. Vì thầy là viện trưởng nên rất nhiều tăng sĩ cũng như Phật tử ghé đến thăm hỏi hoặc xin ngài làm lễ. Chúng tôi cũng gặp thầy phụ tá geshe Norbu Chopel, trụ trì tại ngôi chùa ở Westminster, California, nơi mà tôi đã giúp thầy viện trưởng xây cất năm 2003. Thầy phụ tá dẫn cô con dâu của anh chị bạn đạo chúng tôi (hiện trú ngụ tại Toronto) đi hành hương các Phật tích trong suốt hai tuần nên có vẻ khá mệt mỏi. Thăm hỏi thầy phụ tá xong, chúng tôi chào thầy viện trưởng và ra về.

Buổi chiều hôm đó, tôi ghé lại ngôi chùa chính một lần nữa để tham bái, và sau đó đi ăn tối rất nhẹ tại một tiệm ăn Tây tạng nhỏ xíu có tên là Drasang House (nhà ăn Drasang). Tôi thích ăn mì tại tiệm này vì là món ăn tương đối nhẹ và dễ nuốt trước đi ngủ. Mì, tạng ngữ gọi là "*thukpa*". Tiệm này nhỏ nhưng nấu cũng tạm ăn được, nên chư tăng ghé vào đây ăn đông, có khi vào mà không còn chỗ. Khi đến ăn nhiều lần rồi thì khi hết chỗ, các thực khách quen sẽ tự động nhích sát vào nhau cho mình ngồi, rất là thân thiện và hiểu khách. Tiệm ăn chỉ làm vài món: cơm chiên, mì chay rau cải, gọi là "*veg-thuk*", hoặc mì bò yak gọi là "*ya-thuk*" và mô-mô chay hay măn (là món hoành thánh "*wonton*" của Tây tạng). Nói là mì bò (yak), nhưng chỉ là mì chay rắc thêm vài mảnh thịt băm rất là dai. Cho nên cứ ăn mì chay là hay nhất. Còn cơm chiên chay hay măn cũng y vậy, chỉ toàn là cơm chiên dầu, trộn thêm ít trứng gà, chút rau cải xắt nhỏ hoặc vài ba mảnh thịt băm. Tôi chỉ ăn thử một lần, không thấy ngon lắm.

Ăn xong cơm tối, tôi đi gửi điện thư báo tin cho vài người bạn, xong là trở về phòng ngay, tọa thiền và đi ngủ rất sớm lúc 8 giờ tối. Đang ngủ thì cửa phòng lại gõ ầm ầm. Hóa ra là vị thầy trẻ Tenzin Kelsang cùng đi xe buýt với tôi, xin về phòng ngủ chung vì căn nhà lớn dành cho chư tăng Sera Mey

không còn chỗ. Lúc đó là khoảng 9h30 tối. Thầy Tenzin nhất định bắt tôi phải lấy thêm chăn của thầy mà đắp thêm vì trong phòng khá lạnh, còn thầy đã có tấm áo choàng ni của chư tăng rất ấm. Tôi không chịu và nói là chăn dày lắm, đã đủ ấm rồi. Nhân tiện, tôi báo cho thầy biết là đức Đạt Lai Lạt Ma sẽ thuyết pháp sáng mai. Thầy nhất định nói là không có, không tin vào tin tức của tôi có và nói là hãy để mai tính xem sao.

Đêm hôm đó, tôi ngủ giấc thật là ngon lành, phần vì vì mệt, phần vì thầy Tenzin Kelsang rất an tĩnh, ngủ khá yên lặng, không hề ngáy chút nào. Tôi rất thích chia phòng với thầy.

10. Ngày 21 tháng 2, 2008

Sáng sớm tôi đã thức giậy, bên kia giường, vị thầy trẻ vẫn còn ngủ. Giấc ngủ rất an lành. Tôi nhẹ nhàng vào phòng tắm làm vệ sinh sáng trong yên lặng, xong thì lên lại giường ngồi hành trì thiền quán.

Vì nguyên một đêm dài được nghỉ ngơi đầy đủ nên sáng nay, tôi thấy trong người tỉnh táo và khoẻ hơn nhiều. Trong khi hành trì thiền quán sám hối và quán tưởng hóa thành Hộ Phật, tự nhiên tôi rất xúc động khi trực ngộ về nỗi khổ của con người, nhất là của chư tăng sĩ trong các điều kiện sinh sống khó khăn và thiếu thốn. Đã là con người, ai lại không khổ khi phải sống trong cảnh thiếu thốn. Đồng thời, tôi cũng trực ngộ đến sự may mắn của bản thân, sinh sống tại một nước giàu có như Mỹ hay Canada. Dù ở Canada có lạnh đến đâu chẳng nữa, khi tôi về nhà là được sưởi ấm áp, chỉ cần mặc áo thun quần đùi trong nhà y như là được ở một nơi của vùng nhiệt đới. Ở trong nhà, tôi chưa bao giờ phải chịu nỗi khổ của cái rét mướt, lạnh lẽo như ở trong phòng khách sạn này. Đêm qua chắc nhiệt độ phải xuống thấp hơn không độ. Đó là tôi đã được ở trong phòng khách sạn, là phải sướng hơn biết bao người dân đang ở trong vùng này rồi. Tôi nhớ lại lời thầy tôi nói, người Tây tạng cả năm cũng không tắm, mà đâu có sao. Phải rồi, trong điều kiện sinh sống như thế này, chính bản thân của tôi cũng không thể tắm và không dám tắm. Và như thế, tôi nhận thấy rõ rệt sự may mắn của mình. Có nhân duyên sinh sống tại một nơi với những điều kiện quá tốt. Vậy mà vẫn không tu tập được như chư tăng, các vị thiếu thốn hơn mình ngàn lần.

Khi quán đến đây thì tôi xúc động vô biên trong tâm, và tôi xin nguyện sẽ làm hết sức mình để giúp chư tăng tu học. Khi đó, tôi cảm thấy hai giòng nước mắt của tôi chảy dài trên má. Và cả bản thân mình nữa, tôi sẽ hết sức cố gắng tu tập, mình thật là quá sướng hơn chư vị tăng sĩ mà còn không chịu tu học. Thầy bốn sư đã dạy dỗ cho biết bao pháp môn hành trì rất thâm sâu, sống trong những điều kiện đầy đủ, ăn uống dư thừa, quần áo nhà cửa ấm áp bảo bọc tắm thân mình chẳng hề thiếu thốn. Đi một bước ra ngoài nhà thì lên xe hơi. Vậy đó, mà chuyện hành trì thì thấy thật là xa vời.

Tôi nhớ đến ngày xưa, các báo chí chỉ trích các nhà chính trị "ăn trên ngồi chốc", gọi họ là các nhà chính trị sa-lông (nghĩa là họ làm chính trị trong phòng khách sang trọng của họ và chỉ ba hoa mà thôi). Để nhận ra là, có lẽ tôi cũng chỉ tu tập sa-lông mà thôi.

Bây giờ, ở đây, tôi nhận ra sự khác biệt giữa hai sự tu tập - trong những điều kiện sung sướng của một nước giàu có, và trong những điều kiện thiếu thốn nghèo nàn - khác nhau lớn lao như thế nào.

Thôi, từ nay, tôi xin tự hứa như lời đức Đạt Lai Lạt Ma đã dạy: khi cõi này còn tồn tại, tôi nguyện sống cuộc đời mình để phục vụ mọi chúng sinh hữu tình...Nhất là phục vụ cho chư tăng ở các tu viện nghèo khó, những vị đã nguyện dành cả cuộc đời để cứu độ tất cả chúng sinh hữu tình vượt thoát khổ đau. Quán tưởng đến đây, tôi rất hoan hỷ vì đã hy sinh chuyển đi hành hương và để hết số tiền đó cúng dường lên chư tăng...

Buổi thiền quán thật là cảm động. Thực tâm, tôi nhìn thấy những điều mà có lẽ suốt đời tôi cũng sẽ không nhìn thấy khi còn ở tại Canada và tu tập trong hoàn cảnh của đời sống đó.

Xả thiền xong thì vị thầy trẻ cũng vừa thức giấc. Chúng tôi chào nhau buổi sáng và thầy vào phòng tắm. Xong xuôi, thầy rủ tôi đi ăn sáng. Tôi nói là trễ rồi, bây giờ tôi phải đi sắp hàng để vào nghe pháp. Thầy nói được, vậy chúng ta cùng đi, nếu không có thuyết pháp thì mình đi ăn sáng. Tôi đồng ý.

Chưa vào được chùa chính thì chúng tôi đã phải chia tay. Vì thầy phải sắp hàng theo cái đuôi dành cho tăng sĩ dài lắm, ra cả đến ngoài đường mấy trăm thước. Còn tôi thì sắp hàng theo đuôi của Phật tử cũng dài dằng dặc. Điều lạ lùng tôi nhận xét được ngay từ ngày đầu tiên phải sắp hàng này, là số phụ nữ về nghe pháp đông hơn gấp bội số lần nam Phật tử về tham dự. Theo tôi ước lượng thì tỷ lệ là khoảng 10:1. Thật là lạ lùng, tại vì về Dharamsala tu học thật là cực khổ, thường thì phụ nữ cần các tiện nghi nhiều hơn và ngại khổ nhọc hơn nam phái. Thế mà khi đi học đạo thì số phụ nữ lại đông đảo hơn. Thực ra, khi nghĩ lại, thì cũng không có gì lạ lắm vì tôi nhớ trong các chùa cũng y vậy. Số nữ Phật tử trong chùa bao giờ cũng đông hơn số nam Phật tử. Nhất là trong các buổi nhập thất hay thọ bát quan trai. Đôi khi trong các buổi đó, tôi thấy chỉ có thầy trụ trì và tôi là nam phái, còn lại mười mấy người khác tham dự chỉ toàn là phái nữ. Đàn ông mãi mê tham đắm trong công danh sự nghiệp nên không chịu theo đạo, phần lớn chỉ biết lo kiếm tiền và hưởng thụ lạc thú của đời người, mãi lo chuyện tậu nhà cao cửa rộng, o bế xe mới mua, hoặc mê mãi buôn bán thủ tiền vào túi mà không quay về đạo.

Khi qua được hàng rào an ninh khám xét xong, vào đến bên trong sân chùa chính thì số người đến đã đông lắm. Đặc biệt là số lượng người Tây tạng quá

nhiều đến mức độ họ tràn cả qua bên chỗ dành cho người tây phương ngồi. Dĩ nhiên là chỗ của tôi đã dành, vạch và ghi tên sẵn đã bị số đông ngồi lên cả rồi. Chẳng làm gì hơn được, tôi ngồi đại vào một chỗ đằng sau những người đến từ Canada, và họ vui vẻ nhích vào để tôi ngồi chung nghe pháp.

Sáng hôm đó, nghe đức Đạt Lai Lạt Ma thuyết pháp, tôi bàng hoàng cả người. Đề tài ngài thuyết chính là Bồ đề tâm, những điều ngài dạy và khuyến tu trùng hợp với những trực ngộ hồi sáng, tâm tôi đã khởi sinh. Tôi không thể nào không thầm nghĩ, hay là sáng nay, chính ngài đã gửi cho tôi thông điệp đó. Trong thời thuyết pháp, ngài dặn dò tất cả hãy cố thuần hóa tâm mình để hướng về thương yêu và phục vụ, mang lại hạnh phúc cho các chúng sinh hữu tình khác. Đừng nghĩ đến bản thân mình, từ bỏ lòng vị kỷ để hành động lợi tha. Nghe ngài thuyết giảng, niềm cảm xúc sáng nay khi thiền tọa lại khởi lên trong tâm tôi.

Trong thời pháp, khi ngồi nghe tiếng của vị thông dịch sang Anh ngữ tôi giật mình cứ tưởng geshe Thupten Jinpa đã về đây dịch thuật (và cũng là thầy của tôi). Tôi tò mò quá, phải lên hỏi các vị an ninh canh gác xem ai là vị thông dịch. Hóa ra không phải là geshe Thupten Jinpa mà là geshe Dorje Tamdul. Vị thầy này có một giọng nói tiếng anh thật là giỏi và điêu luyện. Giọng của thầy nghe rất giống giọng của Geshe Thupten Jinpa, là vị thông dịch viên chính thức của đức Đạt Lai Lạt Ma tại Mỹ.

Đức Đạt Lai Lạt Ma thuyết giảng về Tam thương học, Giới, Định, Tuệ và giảng sang Kinh Hiền Ngu của Tây tạng, với câu chuyện "*Bồ tát cá làm phép lạ*". Sau đó, ngài nói là vì có một số đồng bào Tây tạng đi về Dharamsala thăm thân nhân, nhưng không thể ở lại lâu hơn để nghe pháp, cho nên ngài sẽ làm lễ cầu nguyện cho các đồng bào đó. Rồi ngài giảng về cách hành trì Thất Chi Nguyện và làm lễ cúng dường.

Buổi chiều hôm đó không có chương trình gì cả, tôi lại ghé thăm thầy viện trưởng và thầy bảo tôi hãy dọn về khách sạn Shiwala ở cạnh phòng của ngài, bởi vì cô con dâu của người bạn tôi tại Toronto đã đi về Canada, và ngài có phòng trống bên cạnh. Tôi xin phép được ở lại khách sạn Shambala với thầy Tenzin Kelsang, nhưng thầy bảo tôi hãy nghe lời. Tôi vâng dạ, và trở về phòng thu xếp hành lý để dọn qua khách sạn mới.

Tối hôm đó, tôi cũng hành trì rất sớm và đi ngủ lúc 8 giờ tối. Nhưng ban đêm tôi vẫn bị ho và bị đờm xanh rất khó thở.

11. Ngày 22 tháng 2, 2008

Vì hôm qua, khi tôi đến ngôi chùa chính để nghe pháp thì đã có đông người làm đuôi thật dài, cho nên sáng nay tôi phải thức dậy sớm hơn từ lúc 5.30 sáng để có đủ thì giờ hành trì và đi sắp hàng để khởi vào trễ. Như thói quen,

tôi bắt đầu bằng thời thiền tọa an tâm. Vì còn sớm quá, nên thành phổ đang ngủ yên. Tất cả thật là an tĩnh chung quanh tôi và chỉ ít phút sau tâm thức đi vào một sự bình an và hỷ lạc không thể nào diễn tả nổi. *Tự nhiên tâm tôi sung sướng như mới nở ra một đóa hoa và hiểu được niềm hạnh phúc nhất trong một ngày chính là thời thiền tọa sáng sớm tinh mơ khi tất cả còn đang yên ngủ.* Đó là lý do tại sao chư vị tôn đức tổ sư đã đặt ra thời tọa thiền công phu khuya trong các thiền viện. Đức Đạt Lai Lạt Ma cũng đi ngủ rất sớm và giậy từ 4 giờ sáng hành trì phu tọa. Lúc sáng tinh mơ này là thời điểm dễ dàng nhất để nhập định và an trú trong niềm hạnh lạc của thiền duyệt. Một phần vì thân tâm đã trải qua một đêm an nghỉ và sẵn sàng để hành trì công phu tinh tấn. Phần khác, khi không khí và môi trường chung quanh còn đang yên ngủ rất tĩnh lặng, không làm chia chẻ tâm thức an tĩnh sau một đêm an nghỉ của chúng ta. Tất cả đều dễ dàng đưa thân tâm chín mùi của mình vào trong niềm an định nhẹ nhàng sung sướng. Rồi niềm hỷ lạc phát khởi lại càng đưa tâm thức vào trong cảnh giới an bình nội tại. *Chính từ tâm an bình đó - như một mặt hồ tĩnh lặng và nước hồ lóng xuống đáy trong suốt - mà thiền giả trực ngộ ra nhiều điều hữu ích lớn.* Khi tâm đạt đến cao điểm của sự an tĩnh sẽ nở ra thành tiểu ngộ. Sau nhiều lần tiểu ngộ và tiếp tục hành trì thành thực chín mùi sẽ đưa đến đại giác.

Chính vậy, hạnh phúc là niềm an lạc của buổi thiền định sáng sớm tinh mơ khi một ngày bắt đầu. Tất cả trí tuệ sẽ tự khởi sinh từ tâm an tĩnh, niềm khinh an nhẹ nhàng của thần trí cực kỳ tinh táo và cảnh giác. Có lẽ vì vậy mà phần lớn các sự giác ngộ¹⁷ đều xảy ra khi trời vừa hừng sáng. Tôi nhớ đến các kinh sách kể lại cuộc đời của đức Thích Ca Mâu Ni tọa thiền 49 ngày dưới gốc cây bồ đề và đại giác ngộ trước khi trời sáng. Hãy nhìn vào tượng Phật an tọa kiết già, khuôn mặt thanh tịnh trong niềm an tĩnh, hai bàn tay xếp trên nhau, rất an lạc. Đó chính là cõi cực lạc ngay tại thế gian này.

Nếu có ai hỏi tôi: *lúc nào là lúc hạnh phúc nhất đời bạn ?* Tôi sẽ trả lời: *là lúc sáng sớm tinh mơ, hành thiền quán, là những giây phút trụ trong thiền định bất khả thuyết, bất khả tư nghì.*

Đó là lý do tại sao các hành giả du già thường không ăn bữa tối (hoặc ăn tối thiếu), để dạ dày trống rỗng, nghỉ ngơi trong giấc ngủ sớm, an lành và sáng thức giấc rất sớm trong niềm an tĩnh, khinh an và hành thiền giác ngộ.

Cho nên sáng nay, vì không muốn đi nghe pháp quá trễ phải làm đuôi rất lâu, tôi cố thức giậy thật sớm, làm vệ sinh cá nhân sạch sẽ, bụng thật nhẹ nhàng trống rỗng. Thế mà nhờ vậy, lại vô tình đi vào cõi thiền định tràn đầy niềm an lạc vô biên. Sau đó tôi hành trì các pháp môn hứa nguyện trong niềm an vui vô tận.

¹⁷ Nhật ngữ gọi là satori.

Rồi tôi ra khỏi khách sạn đi lên chùa chính nghe pháp. Hôm nay tôi đi sớm nên bớt đông hơn, thế mà qua khỏi được hàng kiểm soát an ninh và vào trong sân nghe pháp thì cũng đã đầy nửa. Dĩ nhiên là chỗ của tôi đã có người ngồi. Tôi lui xuống ngồi sau hàng của các bạn người Canada. Một lúc sau thì họ đến đầy đủ. Tôi lại nhích ra cho họ vào chỗ ngồi của họ và vô tình ngồi trên một ô vuông có viết chữ Marie, USA. Chả sao, tôi thầm nghĩ, chỗ của mình, người ta cũng đã ngồi lên. Được một lúc sau, gần đến giờ thuyết pháp thì có một cô vội vã bước về phía chỗ tôi ngồi và loay hoay tìm kiếm. Tôi nhìn kỹ cô xem có phải là hôm qua cô đã ngồi chỗ này không, nhưng không nghĩ là cô đã đến nghe pháp hôm qua. Cô đòi lại chỗ ngồi của cô bằng tiếng Mỹ *"this is my place, Marie is my name"*. Tôi nói vâng (*"yes"*) và ngồi lui lại đằng sau cô trả lại chỗ của cô. Chưa đầy năm phút sau có hai vị Phật tử nam nữ người Mỹ đến hỏi tôi xin ngồi chỗ bên cạnh (*"is there anybody here, can we seat here"*), tôi vui vẻ trả lời là: *tôi không biết, nhưng hai bạn cứ ngồi đi, cùng lắm chúng ta ngồi chật lại và chia sẻ chỗ, chúng ta đến đây để cùng chung nghe pháp, và đức Đạt Lai Lạt Ma đã dạy chúng ta phải chia sẻ và giúp đỡ mọi người và tôi rất hoan hỷ chia sẻ* (*"I don't know, but please sit down, anyway if others come, we will sit even more closer to share the place, after all we are here to learn Buddhism and one thing that His Holiness always teaches us is to share and help, so it is my pleasure to share"*). Sau khi tôi nói vậy, hai bạn kia vui mừng ngồi xuống, còn cô Phật tử lúc nãy đòi chỗ của mình không biết nghĩ gì, nhưng một lúc sau cũng nhích chỗ cho hai người Tây tạng ngồi chung và nói tôi cũng chia sẻ đây (*"I also can share"*).

Tôi mỉm cười và bắt đầu lấy máy radio ra bắt đài FM 92.30 MHz để nghe vị thông dịch sang tiếng anh là geshe Dorje Tamdul.

Tôi thầm nghĩ, đức Đạt Lai Lạt Ma đã dạy không biết bao nhiêu rồi, mà trong đời sống hằng ngày, chỉ hơi vô ý là chúng ta sẽ mắc phải cái ngã, của tôi, của anh, và tất cả mọi tranh chấp trên thế giới này, dù lớn hay nhỏ cũng không qua khỏi cái bản ngã thâm căn cố đế đó. *Sáng hôm qua và sáng hôm nay, tôi cũng có thể đi tìm đến ô vuông tôi đã ghi tên và đòi chỗ của tôi, dù chưa chắc là người ngồi trên đó đã chịu trả. Nhưng tôi biết là tôi đã không thể làm vậy. Cái gì gọi là của tôi ? Chỉ là một vạch ngang dọc trên mặt đất và ghi tên lên trên. Thế là đã nảy sinh một sự gán ghép¹⁸ chỗ ngồi ở trong tâm thức, và bắt đầu bằng cái bản ngã để mặc nhiên công nhận, nó là của tôi. Tất cả phiền não khởi sinh ra từ đó mà thôi.*

Nếu tôi không học được điều này, thì cho dù tôi có đi nghe hết cả mười mấy ngày thuyết pháp, thuộc lòng mọi lý thuyết cũng chẳng lợi lạc gì cho tôi và cho các chúng sinh hữu tình khác, đã từng là mẹ tôi qua vô lượng kiếp tái

¹⁸ The notion "my and mine" is a mere imputation in our mind, having no intrinsic value.

sinh luân hồi và nhất họ là cũng chẳng khác gì bản thân tôi, cùng đi tìm về đạo.

Đức Đạt Lai Lạt Ma mở đầu nói rằng khóa thuyết giảng này sẽ chính thức bắt đầu hôm nay và kéo dài trong 10 ngày và sau đó giảng về giòng truyền thừa ngài đã thọ lãnh và giới thiệu đề tài thuyết giảng là Kinh Hiền Ngu và Kinh Pháp Cú theo bản cổ văn của Phật giáo Tây tạng. Sau đó ngài trì tụng các bài cầu nguyện khai kinh và hỏi có bao nhiêu người Tây tạng cũng như Trung hoa và Tây phương về tham dự.

Rồi ngài giảng về sự khác biệt của con người với loài thú. Tuy cùng giống nhau ở chỗ là có nhu cầu sinh tồn, muốn được an lành no đủ, nhưng con người khác ở chỗ có trí tuệ và luôn luôn có nhu cầu tìm về đạo, hướng thượng, khác với loài thú chỉ lo tìm thỏa mãn miếng ăn và sự sống. Chính vì sự thông minh hơn loài vật này mà con người lâm vào thế kẹt khi tâm thức quá lo lắng bất an cho tương lai. Do đó cần phải tu luyện chuyển hóa tâm thức.

Rồi ngài giảng rất sâu sắc và thâm thúy về cái bản ngã, cái "tôi" khởi đầu chỉ sự gán ghép của tâm thức và sau đó lại mắc kẹt vào chính sự gán ghép này để thấy là cái "tôi" đó có thật, hiện hữu riêng biệt, tách rời và độc lập với mọi chúng sinh khác, và từ đó mà mọi tà kiến khởi sinh.

Đến 11 giờ 30 thì đức Đạt Lai Lạt Ma ngưng và nghỉ trưa, thời giảng buổi chiều sẽ bắt đầu lại lúc 1 giờ. Tôi không có gì ăn trưa nên định ra ngoài chùa để mua thức ăn. Khi ra đến cuối sân chùa mới thấy là hàng ngàn chư tăng và Phật tử đang chen chúc trong ngõ hẹp để đi ra khỏi chùa. Như thế này thì đành chịu trận ở đây thôi, không có đủ thì giờ để đi ăn trưa. Cho dù có ra nổi cũng phải sắp hàng qua khám xét an ninh để vào trở lại. Tôi quay trở lại trong sân chùa lục túi đeo vai kiểm miếng bánh quy ăn tạm cho đỡ đói và sau đó tìm chỗ nằm ngả lưng một chút trước thời pháp.

Sau khi nghỉ được 15 phút, tôi tìm nhà tắm để đi tiểu. Đây cũng là một vấn đề vì cả buổi sáng ngồi nghe pháp không đi được. Bây giờ mới thấy là nhà tắm ở ngoài vòng kiểm soát an ninh. Cho nên tôi đành chịu mất thì giờ để sắp hàng đi tiểu và trở lại hàng khám an ninh sau đó.

Buổi chiều, đức Đạt Lai Lạt Ma thuyết giảng tổng hợp về Phật giáo. Ngài nhắc lại ba kỳ chuyển pháp luân. Lần đầu, tại vườn Lộc uyển, Sarnath gần Varanasi, giảng về Tứ diệu đế và Tam tạng kinh điển. Lần hai, tại núi Linh thúy, Rajagriha, Bihar, giảng về Bát nhã, Tánh không và Bồ đề tâm. Còn lần thứ ba, tại Shravasti và các vùng lân cận của Kusinagara, giảng về Đại Bát Niết Bàn kinh, Hoa Nghiêm kinh, nhấn mạnh đến Phật tánh, Như Lai Thai Tạng.

Ngài nhân đó mà giảng thêm về Tứ diệu đế và duyên khởi rồi sau đó nhắc lại giòng truyền thừa không đứt đoạn của Tạng mật. Rồi ngài giảng kinh Pháp cú, qua hết phẩm 1- Vô thường và phẩm 2 - Ái dục.

Chiều hôm đó, bắt đầu các buổi ôn giảng từ 4 đến 6 giờ chiều do chính geshe Dorje Tamdul đảm trách. Tôi không có giờ để đi ăn, phải chịu bụng đói để đi học lớp ôn giảng. Nhưng quả thật là không uổng công vì geshe Dorje Tamdul ôn giảng thật là hay và dễ hiểu. Phật tử tham dự lớp ôn giảng rất đông và mọi người đều thích thú được ôn lại các điều đức Đạt Lai Lạt Ma đã giảng trong ngày.

Geshe Tamdul nhắc lại là, trong khi tất cả các giáo phái hữu thần (ngoại đạo Phật) khẳng định thuyết Hữu ngã với 3 đặc tính:

1. ngã thường còn, tồn tại vĩnh viễn (permanent quality).
2. ngã là một nhất thể, không thể nhầm lẫn với cái ngã khác (unitary, monolithic quality)
3. độc lập với mọi sự vật chung quanh (inherently independent quality)

thì Phật giáo hùng hồn đả phá tận cùng cái ngã và tuyên bố: ngã chỉ là sự gán ghép quy ước trong tâm, và phủ nhận cái ngã thường còn qua giáo lý:

1. thuyết nhân quả (có nhân thì sẽ có quả, gieo nhân nào thì gặt quả ấy) và vô thường (sinh lão bệnh tử, có sinh thì phải có diệt) (causality and impermanence).
2. thuyết duyên khởi và tánh không (mọi pháp đều do duyên sinh, cho nên chư pháp không có tự tánh và mọi pháp đều cùng có một tánh, đó là tánh không) (dependant origination and emptiness)
3. vô ngã (mọi pháp đều do duyên sinh, không có cái gì tồn tại độc lập cho nên vô ngã) (selflessness)

Sau lớp học ôn giảng, mọi người thật là hoan hỷ, trân trọng kính chào thầy geshe Tamdul và ra về nghỉ ngơi, trong lòng phơi phới an vui.

Tôi vội đi về và mau mau vào quán Drasang House kêu tô mì chay, đói quá rồi. Tôi ăn thật ngon lành xong, đi về phòng rửa mặt mũi tay chân để còn hành trì và ngủ thật sớm, dưỡng sức cho những ngày tu học đạo.

(còn tiếp phần 4: Tu học tại Dharamsala)

Không Quán
05 april 2008.