



Giới Thiệu về “Mền Quang Minh” hay “Mền Giải Thoát” theo Truyền Thống Phật Giáo Tây Tạng

**** Sáu Pháp Giải Thoát của Đức Liên Hoa Sanh:**

“Tứ Thư Tây Tạng” là giáo lý được rất nhiều người biết đến, bắt nguồn từ những lời truyền giảng của Đức Liên Hoa Sanh (Guru Padmasambhava) vào thế kỷ thứ 8. Đây là những giáo lý hướng dẫn về cõi trung giới “Bardo” sau khi cái chết xảy đến, thường được gọi là Thân trung Âm. Trong Phật Giáo Tây Tạng, “Tứ Thư Tây Tạng” được biết đến như là phương tiện thiện xảo để giúp chúng ta đạt được *giải thoát qua cái nghe*, nghĩa là *giải thoát qua việc lắng nghe trong giai đoạn Trung Âm (liberation through hearing in the Bardo)*.

Theo các giảng dạy về “Bardo,” có tất cả là 6 giai đoạn “Bardo” – là các giai đoạn chuyển tiếp, bắt đầu từ khi chúng ta chào đời cho đến khi tái sinh trở lại, gồm có: (1) Giai đoạn trung giới của sự chào đời (*Kye Ne Bardo*), (2) của giấc mộng (*Milam Bardo*), (3) của thiên định (*Samten Bardo*), (4) của quá trình tan rã đưa đến của cái chết (*Chikai Bardo*), (5) của kinh nghiệm trải qua sau khi chết (*Chonyi Bardo*), và (6) của sự tái sinh trở lại (*Sipai Bardo*).

Riêng trong trường hợp để chuẩn bị cho cái chết và sau khi chết thì theo truyền thống Phật Giáo Tây Tạng, người quá cố thường được chư tăng tụng đọc cho nghe toàn bộ giáo lý của “Tứ Thư” trong suốt 49 ngày để nhắc nhở họ về cái chết, về chu kỳ tan rã

của ngũ đại (đất, nước, gió, lửa và khí), về những diễn biến trong cõi trung giới sau khi thân và tâm đã tách lìa, giúp người chết tìm ra nẻo thoát. Đây chính là *giải thoát qua việc lắng nghe*.

Nhưng *giải thoát qua việc lắng nghe* là cũng chỉ một trong Sáu Pháp Giải Thoát mà đức Liên Hoa Sanh đã giảng dạy, gồm có:

1. *Giải thoát qua cái nghe* (liberation through hearing)
2. *Giải thoát qua cái mặc* (liberation through wearing) (*)
3. *Giải thoát qua cái thấy* (liberation through seeing)
4. *Giải thoát qua sự hồi nhớ* (liberation through remembering)
5. *Giải thoát qua vị nếm* (liberation through tasting)
6. *Giải thoát qua sự chạm xúc* (liberation through touching)

(*) Ở đây ám chỉ áo mặc, hoặc phủ, hoặc đắp trên thân, mà cũng có thể là pháp bảo mà ta có thể đeo trên người.

**** Ý nghĩa của “Giải Thoát Qua [Áo] Mặc:”**

Theo ý nghĩa như trên, người Tây Tạng gọi “Mền Quang Minh” mà chúng ta thường dùng để đắp cho người đã qua đời là *Tag-drol*, nghĩa là “*giải thoát qua cái mặc*” (*liberation through wearing*). “Mền Giải Thoát” (hay “Áo Giải Thoát”) ở đây được kiến tạo dựa trên sự kết hợp của các câu chú nguyện, các biểu tượng và đồ hình. Trên thực tế, đây, là sự thiết lập của một mạn đà la tâm linh.

Người Việt có thói quen gọi những chiếc “mền” đắp cho người quá cố là “Mền Quang Minh,” đó là vì ta muốn nhắc đến trạng thái tịnh quang chói sáng và trong suốt (*Clear Light*) của Chân Tâm khi đạt được giải thoát. Ta mong muốn người chết sẽ đạt được đến trạng thái này sau khi lìa đời, cho nên gọi bằng “Mền Giải Thoát” hay “Áo Giải Thoát” cũng mang cùng một ý nghĩa như gọi “Mền Quang Minh.” Cũng có những nơi, người Việt gọi “Mền Quang Minh” là “Áo Đà la ni.”

**** Đắp “Mền Giải Thoát” tạo được ba loại công đức và lợi lạc như sau:**

1. Giúp bảo vệ người chết khỏi những chương ngại hoặc những tai hại do các vong linh hiểm ác hoặc quỷ thần gây ra.

2. Trong tương lai, có thể giải thoát khỏi luân hồi và khổ não.

3. Trong cõi trung giới “Bardo,” có thể trực nhận được Tuệ Giác Nguyên Sơ, hoặc tái sinh vào cõi Tịnh Độ của đức A Di Đà, sau sẽ đắc được Phật quả.

Tuy các giải thích về “Mền Giải Thoát” có nói về lợi lạc của việc “bảo vệ” người chết như trên, nhưng theo Garchen Rinpoche, ta nên hiểu rằng, “bảo vệ” ở đây không chỉ chú trọng vào việc bảo vệ thân xác của người đã qua đời theo nghĩa thế tục, mà chủ yếu là bảo vệ cho *tâm* của người chết không bị tán loạn, giúp cho họ giữ được sự sáng suốt, một mục hướng về mục đích cứu cánh là đạt đến giải thoát. Ở đây, *giải thoát qua [áo] mặc*, qua việc phủ đắp chiếc “Mền Quang Minh,” một phương tiện thiện xảo giúp cho người chết có thể chú tâm, không sao lãng, giữ vững ước nguyện muốn sinh vào cõi Phật, đạt được giải thoát.

Đại sư Garchen Rinpoche cũng giải thích thêm như sau:

“Mền Giải Thoát” là một phương pháp vô cùng thiện xảo của chư Phật để hoá độ chúng sinh. Khi mang trên người tấm “Mền Giải Thoát” thì người chết cũng có thể tịnh hoá được rất nhiều chướng ngại hoặc các che chướng. Trong thân xác thô kệch chưa được tịnh hoá của ta có tiềm ẩn hạt mầm của 100 Vị Hộ Phật An Bình và Hung Nộ (Tạng ngữ: *Shitrula*; *Shi*: An Bình, *Tru*: Hung Nộ; *La*: Hộ Phật). Thật sự, các Vị Hộ Phật An Bình và Hung Nộ xuất hiện trong “Bardo” là những biểu lộ của hợp thể các ngũ uẩn (sắc, thọ, tưởng, hành, thức) và ngũ đại (đất, nước, gió, lửa, khí) trong mỗi một cá nhân. Vào lúc lià đời, sau khi ngũ đại tan rã thì những thể tính bản nhiên của ngũ uẩn sẽ được bộc lộ qua sự xuất hiện của các linh ảnh, màu sắc, ánh sáng của các vị Hộ Phật. Các vị Hộ Phật đều chứa đựng tuệ giác viên mãn của Năm Vị Thiên Na Phật hay Ngũ Trí Phật. Khi ta khoác trên người tấm “Mền Giải Thoát” hay “Áo Giải Thoát” thì những hạt mầm trong thân xác sẽ nhận được năng lực gia trì và năng lực chuyển hoá. Thân ta sẽ chuyển thành thân Phật. Những tư tưởng bất tịnh của xác phàm sẽ chuyển thành tâm tịnh khiết và trí tuệ của các vị Phật.

Tulku Jimge Rinpoche có nhắc thêm rằng, theo các hướng dẫn của đức Liên Hoa Sanh và theo truyền thống tu tập Chuyển Di Thần Thức “Phowa,” trên thân chúng ta có 9 khiếu (9 cửa thoát) là nơi mà thân thức sẽ thoát ra ngoài. Do đó, đắp “Mền Giải Thoát” cũng có tác dụng che kín 8 cửa thoát nơi mà ta không muốn thân thức thoát ra ngoài, và chỉ chừa lại một cửa thoát duy nhất, cửa thứ 9, đó là cửa Phạm Thiên. Tựu chung, 8 khiếu (8 cửa thoát) (***) mà ta muốn che lại gồm có: (1) phía trên đầu (từ đường chân tóc đo lên bằng bề ngang của bốn ngón tay chập lại); (2) mắt, (3) tai, (4) mũi, (5) miệng, (6) rốn, (7) hậu môn, và (8) bộ phận sinh dục, ngoại trừ cửa thoát cao nhất trên đỉnh đầu – (9) cửa Phạm Thiên - là nên để hở. Nếu thân thức thoát ra từ

cửa Phạm Thiên, người chết sẽ được tái sinh vào cõi Tịnh Độ hoặc đạt được giải thoát.

Đại hiền giả Naropa đã từng dạy rằng, “Có 8 cửa thoát là 8 cánh cổng đưa đến luân hồi, và chỉ duy nhất một cánh cổng (cửa Phạm Thiên) là con đường dẫn đến Đại Thủ Ấn (Mahamudra).”

(**) Lama Lodo, xuyên qua những giáo lý khẩu truyền của Kalu Rinpoche, đã trình bày trong “*Giáo Lý Bardo: Chết và Tái Sinh Như Thế Nào*” (*Bardo Teachings: The Way of Death and Rebirth*) về 8 cửa thoát của thần thức như sau: Nếu thần thức thoát ra (1) từ phía trên đầu (từ đường chân tóc đo lên bằng bề ngang của bốn ngón tay chập lại), sẽ tái sinh vào cõi Trời thuộc Vô Sắc giới; (2) từ mắt (kể cả mắt thứ ba), sẽ tái sinh vào cõi Trời thuộc Sắc giới; (3) từ tai, sẽ tái sinh làm A-tu-la; (4) từ mũi, sẽ tái sinh làm người hoặc làm yaksa (Dạ xoa); (5) từ miệng, sẽ tái sinh làm ngựa quý; (6) từ rốn, sẽ tái sinh làm chư Thiên trong cõi Dục giới; (7) từ hậu môn, sẽ tái sinh vào địa ngục; (8) từ bộ phận sinh dục, sẽ tái sinh làm súc sinh. Theo Lati Rinpoche và Jeffrey Hopkins trong “*Chết, Trung Âm và Tái Sinh Theo Truyền Thống Phật Giáo Tây Tạng*” (*Death, Intermediate State and Rebirth in Tibetan Buddhism*) thì cách phân loại 8 cửa thoát và nơi đầu thai có một số khác biệt; ngoài ra, trong tài liệu này, vị trí ở mắt thứ ba được xem là một cửa thoát riêng biệt, trong khi cửa thoát trên đầu (từ đường chân tóc đo lên bằng bề ngang của bốn ngón tay chập lại) không được nhắc đến. Trong một số tài liệu khác, cách trình bày về các cửa thoát cũng có một vài điểm dị biệt.

**** Giải thích về các giáo lý, câu minh chú, mạn đà la và hình ảnh in trên “Mền Giải Thoát:”**

1. Giáo lý Dzogchen- Đại Viên Mãn: “Bốn Giáo Pháp Vĩ Đại” [của đức Longchenpa] thuộc hệ giảng Longchen Nyintik (*hình thu nhỏ của các trang sách về giáo lý Đại Viên Mãn viết bằng Tạng văn*).

2. Biểu hiện cho Tâm viên mãn của đấng Đạo Sư (đây chính là oai lực hoá độ của Đạo Sư) (*hai mạn đà la hình tròn nằm ở bên trái và phải của đức Kim Cang Tát Đỏa*).

3. Đức Kim Cang Tát Đỏa (Phạn: *Vajrasattva*/ Tạng: *Dorje Sempa*): vị Phật chủ trong mạn đà la - sắc tướng của ngài là hiện thân cho tinh túy của 100 vị Phật; oai lực của ngài là tịnh hoá được nghiệp chướng của những ai mặc hoặc đắp hình ngài trên thân, giúp cho họ đạt được giải thoát trong những giai đoạn khác nhau của cõi trung giới “Bardo” (*hình đức Kim Cang Tát Đỏa ở giữa*).

4. Tinh Túy của Giáo Lý Đại Viên Mãn Dzogpa-Chenpo (mạn đà la hình tròn, lớn, nằm ở giữa).

5. Một Trăm Vị Hộ Phật An Bình và Hung Nộ trong “Bardo” [theo hướng dẫn] của ngài Karma Lingpa (mạn đà la hình vuông, lớn, nằm ở cuối).

6. Chùy Kim Cang và Kim Cang lục tự minh chú (chú giải thoát 6 âm của đức Kim Cang) (hình viên chung quanh).



1. Dzogchen - Great Perfection Teachings: Longchen Nyintik' "Four Golden Dharmas."
Giáo Lý Dzogchen - Đại Viên Mãn: "Bốn Giáo Pháp Vĩ Đại" thuộc hệ giảng Longchen Nyintik



2. Presentation of the Mind: Mandala on left and right side of Vajrasattva (Dorje Sempa).
Biểu hiện của Tâm: Mạn đà la bên trái và bên phải của đức Kim Cang Tát Đỏa.



3. Đức Kim Cang Tát Đỏa (Vajrasattva)



4. Essence of Dzogpa-Chenpo
Tinh Túy của Đại Viên Mãn



5. Mandala of 100 Peaceful & Wrathful Bardo Deities.
Mạn đà la của 100 Vị Hộ Phật An Bình và Hung Nộ

Giới thiệu về “Mền Quang Minh” hay “Mền Giải Thoát” theo Truyền Thống Phật Giáo Tây Tạng



6. Liberation covers – Full length.
Mền giải thoát (mền quang minh) - Toàn thể chiều dài.

“Mền Giải Thoát” đã được rút tía ra từ tinh túy của Kinh điển và Mật điển. Trong Mật điển có nói rằng, bất cứ ai có đủ phước duyên để nghe được, nhìn được, chạm được hoặc khoác được vào người tấm “Áo Giải Thoát” thì sẽ có thể được giải thoát xuyên qua Thân trung Âm, hoặc tái sinh vào cõi Tịnh Độ. Ngoài ra, ngay cả loài súc sinh nếu có đủ phước duyên để đeo được giáo lý của “*giải thoát qua cái mặc*” quanh cổ (***) thì cũng có thể sẽ được sinh vào các cõi cao hoặc được giải thoát trong các giai đoạn chuyển tiếp. Loài súc sinh còn được như vậy, huống chi là loài người, lợi lạc thật khó nghĩ bàn. Ngay cả những kẻ đã tạo ác nghiệp khi còn sống và những kẻ đã qua đời mà không hề có được bất cứ ai trì chú hay cầu nguyện hồi hướng cho, thì họ cũng vẫn có thể được tái sinh và cõi Tịnh Độ, và sau đó đạt được giải thoát.

(***) Những giáo lý, câu minh chú, biểu tượng, hình ảnh in trên “Mền Giải Thoát” cũng có khi được thu nhỏ lại và được in thành một tập sách tí hon, có thể đeo quanh cổ hay đeo trước ngực, cho cả người lẫn thú vật khi còn sống.

**** Cách thức sử dụng “Mền Giải Thoát:”**

1. Trong giờ phút lâm chung, nếu không có đủ thời giờ để thay quần áo hay tắm liệm cho người sắp qua đời, hãy dùng “Mền Giải Thoát” để đắp lên trên toàn thân. Trong trường hợp người chết ra đi vì tai nạn, nếu “Mền Giải Thoát” có chạm phải máu trên thân cũng không có gì phải lo ngại.

2. Khi chúng ta cầu nguyện cho người quá cố, hãy đắp “Mền Giải Thoát” lên toàn thân của người quá cố. Nếu cần thay quần áo hay làm lễ tắm liệm cho người quá cố thì có thể tạm thời dời “Mền Giải Thoát” qua một bên. Sau đó thì đắp lên trở lại.

3. Cũng có thể đắp trên nắp quan tài sau khi đã đậy nắp quan tài. Khi cần mở nắp quan tài ra thì tạm thời dời “Mền Giải Thoát” qua một bên, sau đó có thể đắp lên trở lại.

4. Theo Lamchen Gyalpo Rinpoche, khi bắt đầu cử hành lễ hoả thiêu, hãy dời “Mền Giải Thoát” để qua một bên. Khi lễ hoả thiêu đã hoàn tất, dùng “Mền Giải Thoát” để gói tro lại. Sau đó, có thể để tất cả vào trong hủ đựng tro. Khi dùng “Mền Giải Thoát” để gói tro lại, hãy cẩn thận, đừng để hình ảnh của vị Phật [Kim Cang] nằm úp xuống dưới. Nếu hủ đựng tro quá nhỏ thì có thể gấp “Mền Giải Thoát” lại thật nhỏ và để vào phía trên tro bên trong hủ đựng tro, hoặc dùng “Mền Giải Thoát” để gói hủ đựng tro lại.

5. Theo Garchen Rinpoche thì khi làm lễ hoả thiêu, có thể giữ nguyên “Mền Giải Thoát” trên xác người quá cố và thiêu chung tất cả một lúc. Đây cũng là truyền thống thường được làm trước đây bên Tây Tạng khi cử hành lễ hỏa thiêu.

6. Nếu chôn cất (thay vì hoả thiêu), có thể giữ nguyên “Mền Giải Thoát” trên xác người quá cố (hoặc trên nắp quan tài) và chôn chung với quan tài.

**** Cách thức sử dụng cát mạn đà la để giúp người hấp hối hay quá cố:**

Ngoài ra, xin nói thêm về cách thức sử dụng cát mạn đà la để giúp người hấp hối hay đã qua đời.

1. Trong trường hợp có những bệnh nhân đang nằm trong bệnh viện vào giờ phút cận tử, hãy để một ít cát mạn đà la trong túi áo của bệnh nhân, hoặc đặt cát vào một túi vải nhỏ đeo vào trên ngực của bệnh nhân, để tránh không cho các vong linh đang lảng vảng trong bệnh viện đến được gần thân xác của người hấp hối.

2. Có thể đặt một ít cát mạn đà la trên đỉnh đầu của người hấp hối, cũng như trên đỉnh đầu của người quá cố.

3. Trước khi tắm liệm, rắc một ít cát mạn đà trên xác người quá cố. Sau khi tắm liệm, rắc một ít cát mạn đà la lên trên toàn thân. Sau khi hỏa thiêu, đặt tro vào bên trong hủ đựng tro và rắc một ít cát mạn đà vào bên trên hủ đựng tro.

4. Nếu chôn cất thay vì hỏa thiêu thì sau khi đập nắp quan tài, rắc một ít cát mạn đà la trên nắp quan tài (ở vị trí đặt đầu của người qua cố). Cũng có thể để một chút hồ keo lên chỗ đó rồi rắc một ít cát lên trên hồ keo để cát có thể dính được trên nắp quan tài.

5. Sau khi chôn cất, rắc một ít cát mạn đà la lên trên phần mộ (ở vị trí đặt đầu của người quá cố).

6. Sau thời gian 3, 7 hoặc 10 năm, nếu phải cải táng theo tục lệ Á đông thì có thể rắc một ít cát mạn đà la lên trên xương sọ.

Những tấm “Mền Giải Thoát” theo mẫu thiết kế trên đây đã được thiết kế và ấn tống dựa trên những hướng dẫn của đại sư Drikung Nangchenpa Gyalpo Rinpoche cùng với chư vị Lạt Ma khác. Tài liệu giới thiệu về “Mền Quang Minh” hay “Mền Giải Thoát” bằng Việt ngữ được Tâm Bảo Đàn biên soạn dựa trên những lời giải thích nguyên thủy bằng Hoa ngữ (do Steven Tung và Theresa Stevenson dịch qua Anh ngữ), cùng với những lời chỉ dạy trực tiếp của đại sư Garchen Rinpoche (do Ina Bieler dịch qua Anh ngữ), Tulku Jigme Rinpoche, Khenpo Tsultrim và Gapé Lama. Mọi sai sót là của người soạn Việt ngữ. (2/2010)

*Quý đạo hữu muốn thỉnh “Mền Giải Thoát,” xin liên lạc điện thư về **VietNalanda***

***Foundation, 8201 Westminster Blvd. Suite 200, Westminster, CA 92683.** Ngoài cước*

phí bưu điện, giá đề nghị cho một cái “Mền Giải Thoát” là \$25.00, mọi đóng góp khác đều

là tùy hỷ và xin gửi về địa chỉ nói trên.

*Tất cả tịnh tài đóng góp, nếu có, một phần sẽ được dùng để hỗ trợ cho các vị tăng ni người Việt được **Đề Ân Zangpo** bảo trợ qua tu học tại các trung tâm Phật Giáo Tây Tạng ở tại Ấn Độ. Phần còn lại sẽ được sử dụng để tiếp tục ấn tống “Mền Giải Thoát” trong tương lai.*

Nguyện xin hồi hướng công đức đến toàn thể pháp giới chúng sinh, nhất là các chúng sinh đang trải qua các kinh nghiệm chuyển tiếp đầy hoang mang và sợ hãi sau khi lìa đời; nguyện cho họ có được lòng từ bi và luôn sáng suốt để mau chóng nhận ra được ánh sáng giải thoát trong “Bardo.”