

Lama Zopa Rinpoche - Geshe Potowa (1) trong Thế kỷ 21



“Geshe Potowa” đang nhieủ quanh Xá lợi tôn quý với một cái túi đựng côn trùng, Indonesia, Tháng Hai, 2009

Đại Đức Thubten Jinpa, một Lạt ma Gyupa (2) ở tu viện Kopan, người thường được phụng sự Lama Zopa Rinpoche như một thị giả thứ hai và đã sống với Rinpoche trong thời gian gần đây tại Dharamsala, Ấn Độ. Trong bài này, Đại Đức tường thuật về một ngày trong đời của Rinpoche.

Ngày 14 tháng Ba, 2009, ông viết: “Tôi tin chắc là bài này cần sửa chữa chút ít nhưng tôi muốn nói rằng tường thuật này nên được giữ nguyên. Cảm xúc mà tôi trải nghiệm là xác thực, không phải là cái gì chỉ được sắp đặt bằng ngôn từ. Tất cả những gì tôi muốn là chia sẻ làm thế nào mỗi một công hạnh của Rinpoche là bản sao đích thực công hạnh của những Bồ Tát vĩ đại, là điều mà chúng ta chỉ được nghe nói và đọc trên những bản văn, nhưng hiếm khi đích thân nhìn thấy. Tôi thực sự hy vọng rằng tường thuật này sẽ là một nguồn cảm hứng tốt đẹp cho mọi người.

“Sau một chuyến đi dài và bận rộn ở Đông Nam Á và Nam Ấn Độ, do kế hoạch làm việc thay đổi bất ngờ nên chúng tôi đã tới một thung lũng nhỏ ở Himachal, một bang ở miền bắc Ấn Độ. Kyabje Lama Zopa Rinpoche, tôi, Đại Đức Sangpo và Đại Đức Kunsang đang ở trong một ngôi nhà, chủ nhân của nó là Jimi - một người đang ở tuổi lục tuần và là đệ tử rất lâu năm của Lạt ma Yeshe và Lạt ma Zopa Rinpoche. Toàn bộ ngôi nhà của ông ta làm bằng những vật liệu có thể tìm

được ở quanh đó, chẳng hạn như bùn đất ở bên dưới căn nhà và tre ở khu rừng bên cạnh. Ngôi nhà nằm ngay chân núi bên dưới khu an dưỡng nhỏ ở Dharamsala. Nó rất yên tĩnh và an bình. Từ khi tới đây, chúng tôi không có khách viếng thăm và không có những cuộc hẹn.

Rinpoche đặt thêm những ngọn đèn Giáng sinh ở trong và ngoài nhà, khiến căn nhà nhỏ trở thành một ngôi chùa tràn đầy ánh sáng. Chúng tôi tới đây để tham dự những buổi giảng của Denma Locho Rinpoche. Phải mất hai mươi phút đi bộ để tới nơi thuyết giảng nằm trong Tu viện Gyuto. Tôi cảm thấy sung sướng được ở trong môi trường này bởi nó khiến tôi nhớ tới trụ xứ Rolwaling của tôi. Trong khóa giảng này, chúng tôi đã dự kiến để Rinpoche đi bộ tới lui nhờ đó Rinpoche có cơ hội tập luyện đôi chút để làm giảm độ đường trong máu. Tôi rất phấn khích vì mỗi ngày được đi bộ cùng Rinpoche qua những cánh đồng lúa và lúa mạch.

“Đó là một buổi sáng kỳ diệu. Mặt trời vừa mọc và những tia sáng đầu tiên đã lọt ngay vào cửa sổ phòng tôi. Thật không may, tôi không nghe tiếng đồng hồ báo thức. Có vẻ như tôi chỉ mới vừa ngủ nhưng đã 5 rưỡi sáng rồi. Tôi đi tới phòng của Rinpoche với hy vọng thấy ngài đang nghỉ ngơi bởi chúng tôi chỉ mới từ Tushita trở về lúc 3 rưỡi sáng sau một bài giảng dài và kể đó là lễ guru puja (3). Nhưng trước sự ngạc nhiên của tôi, vị Đạo sư linh thánh đang tọa thiền! Bây giờ tôi bắt đầu hoảng sợ và vội chạy về nhà bếp để pha một tách trà.

“Lúc 9 giờ sáng, tách trà được mời vào lúc 6 giờ sáng được hâm lại lần thứ ba, bát cháo đặc gần giương của Rinpoche lạnh như băng và hai lát bánh mì nướng cứng như đá, tuy nhiên vị Thầy linh thánh có vẻ không chú ý tới bữa điểm tâm đang ở đó chờ ngài.

“Lúc 10 giờ sáng tôi nghe tiếng cửa phòng tắm sập mạnh. Tôi đi vào phòng của Rinpoche và thấy bây giờ chỉ còn nửa bát cháo và một lát bánh mì nướng.

“Không ở trong phòng tắm quá 10 phút, Rinpoche thành linh bước ra thật nhanh, lao tới những viên xá lợi được đặt trên bàn ở giữa phòng để mọi người đi nhiều. Phía sau đầu Rinpoche có dính bọt xà bông và khố tai của ngài không được lau khô. Một vết kem cạo râu vẫn còn dính trên cổ họng ngài; thượng y của ngài hoàn toàn ẩm ướt. Rinpoche đã nhìn thấy một con kiến nhỏ và ngài giữ nó trong bàn tay linh thánh (chắc là ngài đã nhặt nó trên sàn phòng tắm).

“Nhiều lần Rinpoche chạy quanh xá lợi. Ngài luôn luôn nhấn mạnh rằng phương pháp tốt nhất để cứu giúp chúng sinh là giúp họ tịnh hóa những tiêu cực của họ bằng năng lực của các đối tượng linh thánh. Dường như trái tim của Rinpoche có lòng bi mẫn vô bờ bến đối với sinh loài nhỏ bé đó và cảm thấy rất âu lo cho sự an toàn của chúng.

“Tôi sung sướng vì ít nhất Rinpoche đang làm một ít tập luyện.

“Tôi cứ nhắc ngài về thời gian, luôn luôn canh trước ít nhất mười phút so với giờ chính xác để không bị bối rối sau này. Rinpoche biết giờ thực sự và ngài không biểu lộ bất kỳ dấu hiệu dao động nào. Ngài vẫn tụng những bài nguyện và tôi biết tiếp theo sẽ là hàng trăm lễ lạy toàn thân. Càng lúc càng tới gần 2 giờ trưa và tôi nhắc Rinpoche về giờ giấc bốn lần nữa. Tôi hy vọng rằng ngay khi từ phòng ngài đi xuống ngài sẽ ngồi dùng bữa trưa nhưng thay vào đó, khi Rinpoche xuống nhà, ngài chạy thẳng ra ngoài nơi nước và thực phẩm đã sẵn sàng để cúng cho ngựa quý.

“Rinpoche dùng toàn bộ bữa trưa của mình để cho các ngựa quý ăn. Tôi không rõ có còn ai khác được mời tới hay không.

“Thậm chí không đầy 15 phút nữa là chúng tôi phải đi, tôi vui vì chỉ còn đủ thời gian để Rinpoche dùng bữa trưa của ngài một cách đúng đắn. Một lần nữa tôi lại lầm. Thay vì dùng bữa, Rinpoche đã sử dụng thời giờ đó để thực hiện những lễ cúng dường rộng rãi.

“Lúc ngài trở lại với thực phẩm đang đợi ngài trên đĩa thì thời giờ đã hết và chúng tôi phải đi, nhưng tôi giả bộ là chúng tôi còn đủ thời giờ để ít nhất Rinpoche có thể có một bữa ăn đúng đắn.

“Là một thị giả, ưu tiên hàng đầu của tôi là cố gắng chăm sóc các bữa ăn và nhu cầu cá nhân của Rinpoche, đặc biệt là khi cuối cùng Rinpoche có vẻ quan tâm tới bản thân ngài.

“Cho dù tôi bào chữa thế nào chăng nữa, Rinpoche biết rõ thời giờ thực sự còn lại vì thế ngài chỉ nhai một ít cơm trong đĩa và dường như nuốt trọn phần còn lại. Tôi tự nhủ: “Như thế thì làm sao tiêu hóa được!”

“Thậm chí khi còn hơn nửa đĩa cơm ngài đã nói: ‘chúng ta đi’. Mặc dù nhiệm vụ của tôi là tìm cách để Rinpoche đi bộ và tập luyện một ít, nhưng thời gian đã hết, và ông Jimi khốn khổ phải chạy đi lấy chiếc Maruti nhỏ xíu của mình. Trong khi ngồi trên xe, hai lần Rinpoche yêu cầu Jimi tăng vận tốc. Thành thạo các bánh xe chạm vào mặt đường và những lúc khác thì xe chỉ chạy bằng hai bánh. Chúng tôi phóng đi ngay trước khi buổi giảng thực sự bắt đầu. Khi nghe tiếng tụng niệm của lễ cúng dường mạn đà la vang lên từ cổng tu viện, Rinpoche càng vội vã hơn nữa.

“Bài giảng bắt đầu bằng giọng nói mạnh mẽ của Denma Locho Rinpoche (4). Máy khuếch đại có công suất lớn của Gyuto được đưa về từ California và giúp cho giọng nói của ngài thật sôi nổi. Denma Locho Rinpoche đang giảng về ba giáo lý do Potowa - đại hành giả phái Kadampa – biên soạn.

“Bài giảng rất mạnh mẽ và đi vào lòng người nhưng lại rất đơn giản. Giữa lúc khẩu truyền giáo lý, Rinpoche thuật lại tiểu sử của tác giả. Người ta nói rằng Geshe Potowa không phải là một học giả, và các bài giảng của ngài cũng không

quá rộng lớn hay có tính chất triết lý sâu xa. Lời dạy của ngài thật đơn giản nhưng mang lại rất nhiều lợi lạc cho chúng sinh, bởi nó làm rung động trái tim của họ. Ngay cả khi Geshe Potowa thuật lại câu chuyện của những con chim hay thú vật, nó đã tác động rất mạnh lên tâm thức của mọi người.

“Geshe Potowa cũng được gọi là *long me thug la trung pi potowa*, có nghĩa là ‘Potowa, bậc có Trái Tim Thành tựu Chứng ngộ Không-có-Thời gian,’ bởi Potowa không bao giờ có thời giờ để làm những hoạt động không phải là Pháp. Ngài liên tục thiền định hay giảng dạy cho những người khác, còn không thì ngài thường xuyên cầu nguyện. Ngài luôn luôn vội vã thực hành Pháp và nói: “Tôi phải thực hành Pháp ngay bây giờ, nếu không chẳng mấy chốc tôi sẽ chết.” Đối với ngài mọi sự ngài nhìn thấy hay mọi sự việc xảy ra trong đời ngài là một phương tiện để giảng dạy hay điều phục tâm thức.

“Bài giảng này chủ yếu nói về Geshe Potowa vĩ đại của thế kỷ 16 (1), nhưng bây giờ tôi cho rằng Geshe Potowa vẫn còn hiện hữu trong thế gian này, trong thời đại suy hoại này của thế kỷ 21. Hơn nữa, tôi tin chắc rằng vị Đạo sư của chúng ta chính là Geshe Potowa chứ không thể là ai khác.

“Denma Locho Rinpoche nói rằng vì Geshe Potowa không bám chấp chút nào vào bản ngã, ngài không bao giờ quan tâm tới thực phẩm, sức khỏe và quần áo, và dĩ nhiên là không màng tới chỗ trú ngụ, bởi việc thực hành Pháp của ngài được đặt trước mọi tiên nghi của đời này.

“Khi Denma Locho Rinpoche tiếp tục câu chuyện về Potowa, ngài tụng hai dòng trích dẫn của Gungthan Jampelyang, vị Lạt ma vĩ đại xứ Amdo, bình luận về hành động của Potowa: ‘ngài có rất nhiều lời khuyên tâm huyết để ban tặng, ngài đã được điều phục nhờ thấy mọi hiện tượng mà ngài thấu đạt được như những điển hình có liên quan tới việc thực hành Pháp của ngài.’

“Ngay khi nghe điều này tôi hiểu được vì sao Lạt ma Zopa Rinpoche thường nói đến những con thú ngài nhìn thấy trên Ti-vi, chẳng hạn như trên Kênh Animal Planet (Hành tinh Động vật) hay National Geography (Địa lý Quốc gia) trong những bài giảng của ngài. Tôi tự hỏi vì sao Rinpoche phải bỏ ra hàng giờ để nói về việc các sinh vật nhỏ bé làm những gì và làm việc như thế nào, nhưng bây giờ thì tôi hiểu rằng đối với Rinpoche tất cả những điều này không đơn thuần là các chương trình truyền hình mà đúng hơn là những lời dạy trực tiếp để phát triển Bồ đề tâm và là một sự thấu suốt về nghiệp.

“Khi chúng tôi về tới nhà thì hầu như đã tối. Một tách trà và một ít thức ăn nhẹ đang chờ Rinpoche, nhưng chúng không được để ý tới. Rinpoche ngồi xuống, mở các bản văn ở gần ngài và bắt đầu ghi nhanh các chú thích.

“Lúc 8 giờ tối một chiếc xe jeep từ Tushita xuống đón Rinpoche đi giảng dạy. Thành linh giọng nói linh thánh của ngài vang lên: ‘Jinpa, đi thôi.’ Tôi nhặt một ít bản văn mà Rinpoche đã để sang một bên để mang theo và chộp lấy một *chogo*

và theo Rinpoche chạy tới chiếc xe. Rinpoche giảng ở Tushita đêm nay và chúng tôi có một giờ để lái xe và một đêm dài để đi. Tôi hy vọng Rinpoche sẽ có thể dùng bữa tối của ngài lúc 3 giờ sáng.”

Chú thích:

1. **Geshe Potowa** (1031-1106), một trong ba đệ tử chính của Dromtönpa (vị sáng lập phái Kadampa). Potowa đã sử dụng toàn bộ thời gian của ngài vào việc thực hành thiền định, giảng Pháp hoặc các loại thực hành khác nhau. Các đệ tử chính của ngài là Sharawa Yönten Drak và Geshe Langri Thangpa, là những vị được gọi là ‘Mặt Trời và Mặt Trăng của xứ Ü’. Nguyên bản Anh ngữ của bài này ghi Geshe Potowa sống vào thế kỷ 16.
2. **Lama Gyupa** là một nhà sư tu học trong Học viện Mật thừa.
3. **Guru Puja** (hay Lama Chöpa) là một thực hành bao gồm việc cúng dường và khẩn cầu nguồn cảm hứng từ Đạo sư Tâm linh. Những giới nguyện và hứa nguyện tâm linh có thể đã bị hư hoại cũng được phục hồi nhờ thực hành cúng dường tsog (cúng dường tiệc). Trong thực hành này, ta hợp nhất tâm ta với tâm linh thánh của Đạo sư Tâm linh, là người được coi là cội gốc và sinh lực của con đường tâm linh để nhận được những giá trị và phát triển các chứng ngộ trên con đường đi tới Giác ngộ.
4. **Denma Locho Rinpoche** sinh năm 1928 tại Kham, Tây Tạng. Năm lên sáu tuổi ngài được xác nhận là hóa thân của một Đạo sư học giả nổi danh ở tu viện địa phương Selkar. Năm mười một tuổi, Lodo Rinpoche vào Tu viện Drepung Loseling ở ngoại thành Lhasa, nhận học vị Geshe (tiến sỹ Phật Học) năm 25 tuổi, và sau đó vào Học viện Mật thừa Gyume. Ngài sang Ấn Độ năm 1959. Từ năm 1986 tới 1991 ngài là Tu viện trưởng Tu viện Namgyal của Đức Đạt Lai Lạt Ma, và đã viếng thăm Hoa Kỳ vài lần, trong đó có một năm giảng dạy tại Đại Học Virginia.

Nguyên tác: “**Geshe Potowa in the 21st Century**”

<http://www.fpmt.org/enews/2009/fpmt/default.htm>

Bản dịch Việt ngữ của Thanh Liên

Geshe Potowa in the 21st Century

This account of the day in the life of Lama Zopa Rinpoche comes from Ven. Thubten Jinpa, Kopan Lama Gyupa, who has often served as Rinpoche's second attendant and was with him recently in Dharamsala, India.

He writes on March 14, 2009: *"I am sure this needs some editing, but I wanted to mention that the point of the account should be kept intact. The feeling I experienced was real, not something I made up only with words. All I want is to share how each of Rinpoche's actions are the true copy of those great master bodhisattva's actions which we believe in only by hearing about them and seeing them described in the texts, but are rarely seen in person. I really hope that this account will be a good inspiration for all."*



"Geshe Potowa" circumambulating the holy relics with a bag of insects, Indonesia, February 2009

Photo by Ven. Roger Kunsang

"After a long and busy tour in south East Asia and south India, we have come to this little valley of Himachal, a state of north India, due to a sudden change in the schedule. Kyabje Lama Zopa Rinpoche, myself, Ven. Sangpo and Ven. Kunsang are staying in a house owned by a very old student of Lama Yeshe and Lama Zopa Rinpoche – Jimi, a nice guy in his 60s. His house is made of all the material available around him such as mud from behind his house and bamboo from the nearby forest. The house is located just at the bottom of mountain below the small hill station in Dharamsala. It's so quiet and peaceful; we've had no visitors and no more appointments since we've arrived here.

"Rinpoche put more Christmas lights inside and outside which has made the little house a temple of lights. We have come here to attend teachings by Denma Locho Rinpoche. The venue for the teachings is a twenty minute walk away in Gyuto Monastery. I feel happy to be in this environment as it reminds me of my home Rolwaling. We have planned for Rinpoche to walk everyday back and forth from the teachings as it gives Rinpoche some chance to have bit exercise which helps to bring his blood sugar levels down. I am excited to walk through the rice paddies and barley fields with Rinpoche every day.

"It's a wonderful morning. The sun is just rising and its first rays have hit right through my window. Unfortunately, I didn't hear my alarm clock. It felt like I had only just gone to sleep but it is 5:30 a.m. already. I go to Rinpoche's room hoping to see him resting as we had just come back from Tushita at 3:30 a.m. after a long teaching followed by guru puja. But to my surprise, the holy guru is already sitting in meditation! Now I begin to panic and rush back to the kitchen to make a cup of tea.

"At 9:00 a.m. the tea that was offered at 6:00 a.m. is reheated for the third time, the bowl of porridge near Rinpoche's bed is cold as ice and the two slices of toast are hard as stone, yet the holy guru seems not aware of the breakfast sitting there for him.

“At 10:00 a.m. I hear the bang of the bathroom door. I enter Rinpoche’s room to now find only half a bowl of the porridge and one slice of toast.

“Rinpoche is not in the bathroom more than 10 minutes when he suddenly comes out full speed, rushing towards the relics placed on a table in the middle of the room for people to circumambulate. Rinpoche has soap foam on the back of his head and the corners of his holy ears haven’t been wiped properly. A smudge of shaving cream is still on his throat; his upper shirt is fully wet. Rinpoche has seen a tiny ant and he is holding it in his holy hand (he must have picked up the ant from the bathroom floor.)

“Many times Rinpoche runs around the relics. He always emphasizes that the best method to help sentient beings is by helping them to purify the negativities by the power of holy objects. Rinpoche seems to have unbearable compassion in his heart for that little creature and feels so concerned about its safety.

“I am just happy because at least Rinpoche is getting some exercise.

“I keep reminding him of the time, always keeping at least 10 minutes ahead of the correct time so that I don’t panic later. Rinpoche knows the actual time and he has not shown any sign of moving. He is still reciting his prayers and I know it will be followed by hundreds of long prostrations. The time is getting more and more close to 2:00 p.m. and I remind Rinpoche of the time four more times. I am hoping that as soon he comes down from his room that he will sit at the dining table for lunch, but instead, when Rinpoche comes down, he runs straight outside where the water and food are ready for preta offerings.

“Rinpoche spends all his lunch feeding the pretas. I don’t know who else was invited.

“There is not even 15 minutes left until we have to leave. I am happy that it is just enough time for Rinpoche to eat his lunch properly. I am wrong again. Instead Rinpoche spends that time making extensive offerings.

“By the time he comes back to the food that is waiting on his plate, time has run out and we have to go, but I pretend that we have enough time so that Rinpoche can at least have a proper meal.

“As an attendant my priority is to try to look after Rinpoche’s meals and other private needs, particularly as Rinpoche seems to take care of himself last.

“No matter what excuses I make, Rinpoche knows the actual time left so he only chews some of the rice on the plate and seems to just swallow rest. I am thinking to myself, ‘how can it be digested like that!’

“Then Rinpoche says ‘let’s go’ even before half of his plate is empty. Although my mission was for Rinpoche to walk and have some exercise, time has run out, and poor Jimi has to run to get his little Maruti. During the ride, Rinpoche asks him twice to

increase the speed. Sometimes the wheels touch the road and other times just two wheels touch. We make it just before the actual teachings begin. Hearing the chant of the mandala offering from the gate of the monastery makes Rinpoche run faster.

“The teachings begin with the powerful voice of Denma Locho Rinpoche. The powerful amplifier that belongs to Gyuto was imported from California and helps his voice be extra dynamic. Denma Locho Rinpoche is teaching about the three compiled teachings of Geshe Potowa, the great Kadampa practitioner of 16th century.

“The teachings are so powerful and moving to the heart, yet very simple. In between the oral transmission of the teachings, Rinpoche tells the story of the author. It is said that Geshe Potowa is not someone who is scholar, nor are his teachings very philosophically profound or vast. His teachings are simple yet they benefit so much to others, by moving their hearts. Even when Geshe Potowa tells the story of birds or animals it makes a great impact on people’s minds.

“Geshe Potowa is also called *long me thug la trung pi potowa*, meaning ‘Potowa in Whose Heart the Realization of No-Time Has Been Achieved,’ for Geshe Potowa never had the time for non-Dharma activities. He would constantly meditate or give teachings to others, otherwise he did prayers constantly. He was always in a hurry to do Dharma practice saying: ‘I should do Dharma now otherwise I shall die soon.’ For him everything he saw or every incident that happened in his life was a means of teaching or subduing the mind.

“This is all about the great Geshe Potowa of 16th century, but now I think that Geshe Potowa still exists in this world, in this degenerate time of 21st century. Furthermore, I am convinced that our guru is no other than Potowa.

“Denma Locho Rinpoche said that Geshe Potowa, because he had no grasping at all for his own self, never cared for his meals, health and clothing, and of course no question for shelter because his Dharma practice was placed ahead of every comfort of this life.

“As Denma Locho Rinpoche resumes the story about Potowa, he recites two lines of quotation that comment on Potowa’s action by the great Amdo lama, Gungthan Jampelyang: ‘he would have plenty of heart advice to give, [he] who is subdued by seeing every appearance acquired by him as examples [that] relate to his Dharma practice.’

“As soon I heard this I realized why Lama Zopa Rinpoche often mentions the animals he sees on TV, such as on the Animal Planet or the National Geography Channel during his teachings. I wonder why Rinpoche needs to spend hours talking about how and what the little creatures do, but now I understand that for Rinpoche all those things are not merely TV shows, but rather are direct teachings to develop bodhichitta and an understanding of karma.

“By the time we reach home it is almost dark. A cup of tea and some snacks are waiting for Rinpoche, but they are just ignored. Rinpoche sits down and begins to open the texts around him and starts to jot down notes.

“At 8:00 p.m. a jeep has come down from Tushita to take Rinpoche up to teach. All of sudden the holy voice says, ‘Jinpa, let’s go now.’ I pick up a few texts that Rinpoche has set aside to take with us and grab a *chogo* and run to the car following Rinpoche. Rinpoche is teaching at Tushita tonight and we have an hour drive and long night to go. I hope Rinpoche will be able to eat his dinner by 3:00 a.m.”

<http://www.fpmt.org/enews/2009/fpmt/default.htm>