TẠP CHÍ NGHIÊN CỨU
PHẬT HỌC
CƠ QUAN NGÔN LUẬN CỦA TRUNG ƯƠNG GIÁO HỘI PHẬT GIÁO VIỆT NAM
ISSN: 2734-9195

Tôi đã "tái sinh" trên đỉnh Kailash Kora

ISSN: 2734-9195 10:22 03/04/2026

Đỉnh Kailash không giống bất kỳ ngọn núi nào khác. Với bốn mặt hướng về bốn phương trời, nó đứng sừng sững như một kim tự tháp bằng đá và băng vĩnh cửu, được mệnh danh là Axis Mundi – trục của vũ trụ.

Tác giả: **Cát Khánh**

Với tôi, có những vùng đất trên thế giới này không dành cho những kẻ du hành đơn thuần, mà dành cho những linh hồn đang tìm kiếm một cuộc tái sinh. Núi Kailash – "*Viên ngọc của tuyết*" nằm giữa **cao nguyên Tây Tạng** huyền bí là một địa danh như thế. Đi vòng quanh ngọn núi ấy, hay còn gọi là hành trình Kora, không chỉ là một thử thách về thể chất ở độ cao trên 5.000m, mà là một cuộc hành trình đi xuyên qua ba tầng nhận thức, hay còn gọi là Tam Kiến.

Mỗi bước chân trên sỏi đá, mỗi nhịp thở dốc giữa không khí loãng là một lần tôi bóc tách những lớp vỏ của bản ngã để chạm vào bản chất của sự tồn tại.

Tầm nhìn đầu tiên nảy sinh khi tôi đứng trước chân núi, đó là Kiến Ngoại Cảnh. Đây là cái nhìn hướng ra ngoài, thu trọn vào tầm mắt sự kỳ vĩ của thiên nhiên và cảm nhận sự nhỏ bé đến vô cùng của thân phận con người.

Đỉnh Kailash không giống bất kỳ ngọn núi nào khác, bốn mặt hướng về bốn phương trời, nó đứng sừng sững như một kim tự tháp bằng đá và băng vĩnh cửu, được mệnh danh là **Axis Mundi** – trục của vũ trụ. Khi ánh mặt trời đầu tiên chạm vào đỉnh núi, dát một lớp vàng ròng lên tuyết trắng, tôi bỗng thấy mọi ngôn từ để diễn tả sự cảm nhận đều trở nên bất lực.



Ở tầng "*Kiến*" này, tôi cảm nhận được sự khắc nghiệt của thiên nhiên, đó là những cơn gió rít qua khe đá, là cái lạnh thấu xương và bầu trời xanh ngắt một cách tàn nhẫn. Sự tĩnh lặng của núi, một sự tĩnh lặng không phải là không có âm thanh, mà là sự im lặng của hàng triệu năm kiến tạo địa chất, khiến ta nhận ra rằng những ồn ào của phố thị, những lo toan cơm áo gạo tiền ngoài kia thực chất chỉ là những hạt bụi trong dòng thời gian.

Cái nhìn ngoại cảnh dạy ta bài học về sự khiêm nhường, đứng trước **Kailash**, bạn không thể "*chinh phục*" nó. Bạn chỉ có thể xin phép được đi quanh nó, được nó che chở và chứng kiến. Khi cái tôi ngạo mạn bị khuất phục trước sự vĩ đại của thiên nhiên, đó là lúc hành trình tâm linh thực sự bắt đầu.

Khi đôi chân bắt đầu rã rời, những cơn đau đầu do thiếu oxy kéo đến, tầm nhìn bắt đầu chuyển dịch từ ngoại cảnh vào bên trong. Đây là Kiến Nội Tâm – tầng nhận thức khắc nghiệt nhất nhưng cũng chân thực nhất.



Hành trình Kora dài 52km không phải là một cuộc dạo chơi, đó là một cuộc khổ hạnh. Ở độ cao mà mỗi bước đi đều cần đến sự nỗ lực của cả cơ thể, tâm trí tôi bắt đầu bộc lộ tất cả những góc tối. Sự sợ hãi, lòng tham sống sợ chết, những tiếc nuối về quá khứ và những lo âu về tương lai lần lượt hiện ra.

Trong nội tâm, tôi chợt nhận ra phải có sự kiên trì tuyệt đối, khi đi qua đèo Dolma La – điểm cao nhất của hành trình (5.630m), nơi những lá cờ lungta bay rợp trời, nơi ranh giới giữa việc bỏ cuộc và bước tiếp chỉ cách nhau bằng một hơi thở.

Hình ảnh những người Tạng thực hiện nghi lễ "***tam bộ nhất bái*** *- ngũ thể nhập địa*" – lạy sát đất suốt cả vòng Kora – là biểu tượng mạnh mẽ của việc buông bỏ bản ngã. Khi trán chạm vào đất lạnh, mọi danh vọng, địa vị, giàu sang đều trở nên vô nghĩa. Mỗi người hành hương Kora chỉ còn là một sinh mệnh thuần túy, đang cầu nguyện cho hạnh phúc của muôn loài.

Kiến Nội Tâm giúp tôi nhận ra rằng Kẻ thù lớn nhất không phải là độ cao, cũng không phải là thời tiết, mà là những rào cản trong tâm trí. Khi tôi vượt qua được nỗi sợ của chính mình, tôi cảm nhận đc thấy một sức mạnh tiềm ẩn mà trước đây chưa từng chạm tới.

Tầng nhìn cuối cùng, thật may mắn vị thầy dẫn đường đã chỉ cho tôi nhìn ra được mục đích tối hậu của Kiến Tính (hay Kiến Đạo). Đây không còn là cái nhìn bằng đôi mắt thịt, cũng không phải bằng suy tư logic, mà là sự bừng tỉnh của trực giác.

Sau nhiều ngày đi trong sự mệt mỏi cùng cực, đến một lúc nào đó, ranh giới giữa "*ta*" và "*ngọn núi*", giữa "*người đi*" và "*con đường*" bỗng nhiên biến mất. Tôi không còn thấy mình đang đi Kora nữa, mà tôi thấy mình được là một phần của dòng chảy năng lượng vĩnh hằng xung quanh Kailash.

Nhìn những dải cờ phướn bạc màu vì nắng gió, nhìn những tảng đá khắc kinh Mani bị mòn vẹt theo thời gian, ta hiểu rằng mọi sự hợp - tan, sống - chết đều là lẽ tự nhiên. Sự hiện diện của tôi tại đây cũng chỉ là một khoảnh khắc lấp lánh trong cõi đời này.

Vị thầy dẫn đường khai mở cho tôi cảm nhận được Lòng Từ Bi Hóa Thân, khi cái tôi cá nhân tan biến, tình yêu thương rộng lớn trỗi dậy. Tôi thấy mình yêu thương từng ngọn cỏ, từng con lừa thồ hàng, từng nụ cười của những người đồng hành xa lạ. Tôi chợt hiểu rằng tất cả chúng ta đều đang đi chung một hành trình về phía ánh sáng.

Kiến Tính mang lại một sự an lạc lạ kỳ. Nó không phải là niềm vui sướng của kẻ thắng cuộc, mà là sự bình an của một đứa trẻ vừa trở về nhà sau một chuyến đi dài.



Người ta nói rằng, sau khi hoàn thành một vòng Kora quanh Kailash với một tâm thế thành kính, mọi tội lỗi trong một đời người sẽ được gột rửa. Nhưng thực chất, điều được "*rửa sạch*" ở đây chính là những mê mờ của tâm trí.

Tam Kiến trong hành trình Kailash không phải là những bài học lý thuyết suông trên trang giấy. Đó là những trải nghiệm được viết bằng mồ hôi, bằng sự đau đớn thể xác và bằng những giọt nước mắt hạnh phúc.

- Tôi nhìn thấy Thế giới để biết khiêm nhường.

- Tôi nhìn thấy Chính mình để biết can đảm.

- Tôi nhìn thấy Bản thể để biết yêu thương và tự do.



Rời khỏi vùng đất thiêng Tây Tạng, đỉnh Kailash có thể lùi xa dần phía chân trời, nhưng "*Tam Kiến*" ấy sẽ mãi ở lại trong tim mỗi người. Tôi trở về với cuộc sống thường nhật, nhưng không còn là con người cũ. Chuyến Kora mang theo sự tĩnh lặng của đá núi, sự kiên cường của những con đèo và lòng bao dung của bầu trời xanh thẳm vào trong từng hơi thở, từng bước chân.

Có một câu nói của người Tây Tạng mà những người bạn đồng hành cùng Đơn vị Tổ chức Lantours thường nhắc nhau: "*Cứ đi đi, rồi ngọn núi sẽ dạy cho bạn cách bước.*" Kailash không chỉ là một khối đá vĩnh cửu, nó giống như một tấm gương khổng lồ. Khi ta đứng trước nó, nó phản chiếu lại chính xác những gì ta đang có bên trong: nếu tâm ta xao động, ngọn núi sẽ đầy thách thức; nếu tâm ta bình lặng, ngọn núi sẽ là chốn nương tựa.

Theo chân người Tạng trên vòng Kora, tôi nhận được cuối cùng không phải là những bức ảnh đẹp, mà là một Tâm thế mới. Đó là cảm giác nhẹ nhõm như vừa rũ bỏ được một gánh nặng ngàn cân sau khi hoàn thành vòng Kora, đúng như niềm tin của người Tạng về việc xóa sạch tội lỗi một đời. Đó là góc nhìn mới về cuộc sống bởi sau khi đã đối diện với sự sinh tử, khắc nghiệt và huy hoàng tại Kailash, chúng tôi trở về với một trái tim bao dung hơn, một trí tuệ sáng suốt hơn để đối mặt với những thăng trầm của đời thường.

Bởi vì hành trình Kora thực sự không kết thúc ở điểm xuất phát ban đầu, mà nó mới chỉ bắt đầu trong cách chúng ta nhìn nhận cuộc đời từ nay về sau.

Tác giả: **Cát Khánh**