

། །བྱེད་ལྟུང་ལམ་གྱི་རིམ་པ་འདི་བྲིན་གསེར་གྱི་ཡན་ལྷན་ཞེས་བྱེད་བའུགས་སོ།།

BỒ ĐỀ ĐẠO THỨ ĐỆ LUẬN GIẢI

Chú Giải Lamrim Đạo Trình Giác Ngộ Vàng Tinh Luyện



Đức Đạt Lai Lạt Ma đời thứ ba Sonam Gyatso Công Đức Hải tạo luận

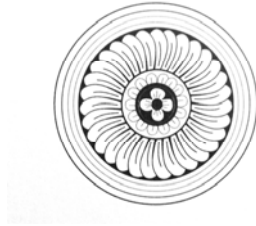


། །བྱུང་ཚུལ་ཡན་གྱི་རི་མ་བཟོ་བྱིན་གསེར་གྱི་ཡན་ལྷན་ལེ་ས་བྱུང་བ་ལྷན་ས་སོ།།

BỒ ĐỀ ĐẠO THỨ ĐỆ LUẬN GIẢI

Chú Giải Lamrim Đạo Trình Giác Ngộ Vàng Tinh Luyện

Đức Đạt Lai Lạt Ma đời thứ ba Sonam Gyatso Công Đức Hải tạo luận



Thành kính qui y và đảnh lễ dưới chân Tôn Giả Vô Thượng Sư, bậc thánh đức hiện thân Tam Bảo, thỉnh ban phước cho con.

Ở đây, tất cả sĩ phu, những kẻ ước ao tận dụng tinh hoa thân người với đủ thuận duyên nhân mãn sẽ tu trì. Hành động này, là tinh hoa toàn thể kinh điển của Đấng Chiến Thắng, là độc lộ chư Phật ba thời hành tẩu, đạo hệ của hai đại xa Long Thọ và Vô Trước, pháp hệ của bậc trượng phu tối thắng đang đi đến nơi liễu tri toàn diện và là sự hội tập vô khuyết toàn thể thứ lớp được thực hành bởi tam phẩm trượng phu. Chính đây gọi là Bồ Đề Đạo Thứ Đệ tức Đạo Trình Giác Ngộ.

Đối với việc này, trước tiên, nguồn gốc giáo pháp của sự tu hành là xác thực và ưu việt. Giáo pháp xuất xứ từ nguồn gốc xác thực đó, không phải đơn thuần ở một phương diện mà còn cần đến cả một đạo lộ hoàn toàn không lỗi lầm. Ngay bây giờ, chính ta sẽ tu tập con đường thứ lớp này. Chính con đường này từ Đức Phật Bạc Chánh Đẳng Chánh Giác đến hai Ngài Long Thọ và Vô Trước truyền xuống theo dòng liên tục thứ lớp, vì thế là một nguồn gốc xác thực. Với thứ lớp của giáo pháp được truyền từ những nguồn gốc xác thực đó, nếu do vì dễ dàng thỏa mãn toàn thầy nguyện vọng của chúng sanh thì tựa bậc quân vương anh dũng tôn quý. Nếu do vì tụ tập các dòng sông diệu thuyết của toàn thể hiền kinh Đại và Tiểu Thừa thì tựa biển rộng mênh mông. Qua kết tập yếu nghĩa hiển mật, Đấng Thế Tôn chủ yếu đã tuần tự viên mãn những gì cần phải thuyết và điều phục tâm thức. Vì thế giáo pháp thứ lớp làm cho sự tu hành dễ dàng hơn. Về giáo hệ của Ngài Long Thọ thì là chim đỗ quyền luận lý của Bạc đại trí. Về giáo hệ của Ngài Vô Trước thì là sự trang hoàng với giáo thuyết của Bạc đại trí Serlingpa. Do đó, tương tự, chính sự thực hành tam học văn tự tu này, đối với ta, một kẻ đại phước, trong Ca Diệu Của Bạc Đạo Sư cũng có thuyết:

*Vương miện viên mãn của Bạc Trí thế gian,
Phướn bay êm dịu, khi đi nghe rõ ràng,
Từ hai vị Long Thọ và Vô Trước tuần tự chân truyền,
Chính là đạo trình giác ngộ.
Vì thỏa mãn toàn thể ước nguyện chúng sanh,
Nên giáo thuyết là Bạc quân vương anh dũng tôn quý.
Vì hiền thánh kinh là sự hội tụ của ngàn dòng sông,
Nên cũng là đại dương diệu thuyết cát tường.*

Vậy thì tại sao giáo thuyết này sở hữu bốn sự vĩ đại, ưu việt hơn những thứ khác? Dựa vào giáo thuyết này, khi hiểu được trong toàn thể vô số kinh điển của Đấng Chiến Thắng, một mặt chỉ ra con đường chánh và mặt khác chỉ ra con đường phụ thì bằng nhiều lối trực hay gián tiếp, bản thân hành giả lãnh ngộ như là điều kiện để chứng đắc. Vì thế, giáo thuyết **vĩ đại ở chỗ toàn thể giáo pháp được hiểu như là không mâu thuẫn.**

Tất cả kinh điển hiền mật và các luận điển chú giải chánh quy không phải chỉ nói suông và lý giải một cách phiến diện. Ngoại trừ những nhánh tinh hoa của sự tu hành, tất cả tâm phân biệt bất chánh của chấp hữu được đoạn trừ không bỏ sót. Tất cả đề mục được thuyết cùng những chú giải kinh điển từ cách thân cận Bạc Đạo Sư cho đến phần thiên chỉ và quán được gom tụ trong trình tự của đạo lộ mà truyền dạy. Khi trì giữ triệt để giáo thuyết đó thì ý nghĩa của các đề mục được thuyết giảng như là đối với sự cần thiết tu tập an trụ thì thực hành thiền an trụ; đối với sự cần thiết tu tập quán chiếu thì thực hành thiền quán chiếu. Nếu do vì hiểu được khẩu quyết của Đức Thế Tôn dạy bảo tu hành thì đây là **sự vĩ đại ở chỗ toàn thể kinh điển lời Phật dạy đều hiển thị khẩu quyết.**

Tương tự, tất cả đại kinh tạng chú giải kinh điển lời Phật dạy cũng là giáo thuyết tối thắng. Tất cả những hành giả sơ cơ không tu học ý nghĩa quảng đại của kinh điển như tôi, không nương vào giáo điều diệu thâm, đối với ý nghĩa của các đại kinh tạng mặc dầu nghe và tư duy nhưng không tìm thấy được ý nghĩa thâm thúy như vậy; hoặc cho dầu có tìm thấy được đi nữa nhưng cần một thời gian dài và nhiều lao lực. Nếu do vì tìm thấy dễ dàng ý nghĩa của các đại kinh tạng nhờ nương vào giáo điều của Bạc Đạo Sư diệu thâm, ngọn đèn soi sáng con đường mà chính là con đường trình tự dẫn đến giác ngộ, thì đây là **sự vĩ đại ở chỗ tìm thấy dễ dàng chủ ý của Đấng Chiến Thắng.**

Khi tìm thấy được ý nghĩa thì hiểu rõ tất cả lời Phật dạy trực hay gián tiếp đều chỉ ra phương pháp chứng đắc thành đẳng chánh giác nên có người khi nhận ra như là sự chỉ dẫn phương pháp chứng đắc thì nên hành trì; và có người khi nhận ra như là chướng ngại của chứng đắc thì xem nghiệp diệt pháp

là đối tượng nên đoạn trừ. Vì thế, dựa vào giáo điều này, như đã nói lúc trước, qua đơn thuần khẳng định, liễu ngộ tất cả giáo pháp vốn không mâu thuẫn, thì đây là **sự vĩ đại ở chỗ tự ngăn chặn các đại ác nghiệp của diệt pháp.**

Vậy vì sao nhiều Bạc đại phước hiền trí Ấn Độ và Tây Tạng có được lý trí quán chiếu ý nghĩa của kinh điển hoặc nếu thừa nhận là có, khi tiếp cận và thọ nhận giáo điều tối thắng bị thứ lớp của con đường tam phẩm trọng phu này lôi cuốn không thể tự chủ nên thực hành văn tự tu? Bởi vì chính giáo điều này, như đã nói trên, sở hữu bốn sự vĩ đại. Tôn sư cũng dạy rằng: **Liễu tri toàn thể giáo pháp không mâu thuẫn, tất cả kinh điển đều hiển thị khẩu quyết, tìm thấy dễ dàng chủ ý của Đấng Chiến Thắng và bảo vệ thoát khỏi vực sâu ác hạnh.** Vì lẽ đó, các Bạc đại trí Ấn Độ và Tây Tạng, Bạc đại phước thuyết rằng: *"Giáo thuyết tối thắng mà các bậc hữu phước tiếp cận, vì là trình tự của con đường tam phẩm trọng phu, có ai có lý trí mà dẫn lòng được."*

Giáo pháp sở hữu sự vĩ đại, bao gồm tinh hoa của tất cả kinh điển, đã là như vậy hà tất cần phải nói thêm phương cách thứ lớp của con đường tam phẩm trọng phu này là toàn vẹn? Chỉ một thời khóa tư duy về sự lợi ích của giảng và thuyết giáo lý chân chánh không tà kiến thì khởi tâm tôn kính Đấng giáo chủ và giáo pháp. Bằng tư tưởng và hành vi thanh tịnh, đối với bậc sĩ phu, kẻ sở hữu bình chừa, thuyết giảng thuận theo diệu pháp của Đức Thế Tôn một cách không tà kiến, thì tích lũy lợi ích to lớn. Đối với cách lắng nghe giáo pháp một cách không tà kiến, với pháp xả bỏ ba lỗi lầm của bình chừa và sáu nhận thức v.v.. thì người lắng nghe giáo pháp chắc chắn sẽ tích lũy ích lợi to lớn qua lắng nghe diệu pháp. Vì thế, đối với việc lắng nghe và thuyết giảng giáo pháp thì cần phải nỗ lực và hành động hợp lý. Tôn sư dạy rằng: *"Bao gồm tinh hoa của toàn thủy kinh điển, đường lối này, mỗi thời khóa qua thuyết giảng và lắng nghe, đều chắc chắn tích lũy lợi ích to lớn của thuyết giảng và lắng nghe diệu pháp, cho nên tư duy ý nghĩa đó."*

Vậy thì, nếu quả như sự lắng nghe giáo thuyết một cách đúng đắn hữu lợi ích như thế, nghĩ nên lắng nghe từ một bậc sở hữu giáo pháp thù thắng, một bậc sĩ phu như vậy. Nói chung, mặc dầu trong kinh điển Tiểu và Đại Thừa và kinh điển hiển mật nói rất nhiều về tướng tánh của Bạc thầy thích hợp để lắng nghe diệu pháp; tuy nhiên, trong Trang Nghiêm Kinh Luận có nói về một Bạc Thiện Tri Thức, một ân sư để thọ giáo pháp tôn quý. Đức hạnh liễu tri hành vi điều phục dòng tâm thức qua Tam Học tức giới học điều phục, định học tịnh, huệ học tịch tịnh; đức hạnh về kinh điển tức là thông tam tạng kinh điển; sở hữu trí huệ hoàn toàn liễu ngộ tánh chân như và sở hữu đức hạnh vượt trội môn đồ. **Sáu đức hạnh này là chính Bạc thuyết pháp đã đạt được.** Là Bạc biện xảo, khéo léo dẫn dắt theo trình tự của đạo lộ và chuyên chở ý nghĩa đến tai của môn đồ; có tâm địa từ ái,

thuần lương qua giảng dạy giáo pháp với lòng từ bi, không màng danh lợi; các Bậc thuyết pháp tinh tấn hoan hỷ trong việc lợi tha; đoạn trừ tâm phân biệt, bất nhẫn đối với môn đồ sai ngộ và cam chịu khổ nghiệt để thuyết giảng. **Bốn đức hạnh này là đức hạnh chăm lo cho tha nhân.** Căn cứ theo mười đức hạnh này mà thọ giáo thuyết Đại Thừa.

Ngoài ra, người lắng nghe pháp cần có ba đức hạnh đó là không có thành kiến, có lý trí phân biệt chánh và tà đạo và truy cầu chánh đạo. Ngoài ra còn phải có đức hạnh thứ tư đó là tôn kính pháp và Bậc thuyết pháp. Đặc biệt, môn đồ có các đặc điểm thích hợp để được dẫn trên đường đạo tương tự thì cần có bốn phẩm hạnh đó là có đại chí cầu pháp, lắng nghe pháp đầy hảo ý, tôn kính pháp và Bậc thuyết pháp, từ bỏ ác thuyết và trì giữ diệu thuyết. Ngoài ra cần có tâm không thành kiến, giữ lấy thuận duyên và dứt bỏ nghịch duyên. **Sáu điều này rất cần thiết.** Vì thế, nếu cá nhân muốn làm Bậc chỉ đạo sư thì phải cố gắng sở hữu các đức hạnh của một bậc thiện tri thức. Khi nghe pháp thì cần phải tra dồi đức hạnh của một thính giả lắng nghe giáo pháp.

Sau khi lắng nghe pháp, con đường thứ lớp của tam phẩm trọng phụ, từ Bậc Thiện Tri Thức có các đức hạnh chân chánh thì thực hành y theo. Cách thực hành là: Trước tiên, chưng biện Tam Bảo ở nơi thuận tiện và hạp ý, bày biện đẹp đẽ các cúng phẩm có xuất xứ không lừa đảo, ngồi thoải mái trên đệm trong tư thế kim cương, chí tâm qui y Tam Bảo nhiều lần, thien quán về Tứ Vô Lượng Tâm và phát Bồ Đề Tâm tụng: *"Nguyện qui y Phật, Pháp, Tăng..."*

OM SO BHAWA SHUDHA SARWA DHARMA, SO BHAWA SHUDHO HUM

Chư pháp (tất cả các hiện tượng) không được thành lập bởi tự tánh và trở thành tánh không. Từ trong trạng thái không, trên không trung trước mặt, trên bảo tòa châu báu lớn và rộng minh mông do tám sư tử chống đỡ, trên tòa sen đa sắc và trên tòa trắng là Bậc Chỉ Đạo Sư của con vốn bất khả phân với Đấng Thế Tôn. Vây nhiễu chung quanh Bậc Đạo Sư là tổ sư của hai dòng truyền thừa Hành Vi Quảng Đại và Tri Kiến Thâm Sâu. Ở phía ngoài khắp mười phương được vây quanh bởi biển vân tập chư Phật, Bồ Tát, Thánh Văn, Duyên Giác, Dũng Sĩ, Không Hành, Hộ Pháp. Triệu thỉnh chư vị quang lâm an ngự, tụng:

*Từ pháp giới thuần tịnh mặc dầu bất động,
Nhưng Bậc Đại Bi Vô Lượng nhìn thấu chúng sanh khắp mười phương.
Công hạnh của tất cả Đấng Chiến Thắng quảng bá,
Triệu thỉnh Tam Thế Chư Phật cùng Thánh Chúng.
Xin gia hộ tất cả chúng sanh không bỏ sót một ai v..v..*

Tụng sinh khởi phòng tắm: *"Phòng tắm với mùi thơm ngào ngạt v.v.."*

Thỉnh tắm Phật, lau khô tôn thân Phật, cúng dường xiêm y, trang sức, cúng dường chính con và tất cả chúng sanh v.v.. Thỉnh chư vị ngự tại Phúc Điền (Ruộng Phước) do vì nhập hạnh Bồ Tát mà có được như vậy. Sau đó hành trì Gia Hành Thất Pháp tập yếu để tẩy nghiệp và tích lũy công đức. Bảy pháp đó là: Trước nhất, tụng để nhận phước báu của dòng truyền thừa: *"Thân ôm trọn tất cả chư Phật v.v.."* và *"Bậc Đại Từ Bi, Đấng Như Lai Kim Cang Trì, kiến pháp Tilopa và v.v.."* và tụng đánh lễ dòng truyền thừa Hành Vi Quảng Đại: *"Đức Từ Thị, Vô Trước, Thế Thân, Giải Thoát Quân v.v.."* Đánh lễ dòng truyền thừa Tri Kiến Thâm Sâu: *"Vương tử Long Thọ phá tan hai biên kiến hữu vô v.v.."* Đánh lễ Tổ Atisha: *"Trước chư Phật v.v.."* Đánh lễ Thánh Dromtonpa: *"Bậc Thiện Tri Thức toàn hảo v.v.."* Đánh lễ Tổ Sư Tsong Kha Pa: *"Đức Quán Thế Âm Bồ Tát, đại bảo tàng của lòng từ ái vô sở trụ v.v.."* *"Kinh và luận và tương tự, thân lực quảng đại của đại trí huệ diệu thâm v.v.."* *"Giải thoát viên mãn v.v.."*, và *"Vạn sự như ý v.v.."* *"Đối với việc đó chúng con tu tập v.v.."*, và *"Giáo chủ vô thượng Phật tôn quý v.v.."*, và *"Đản sanh trong dòng họ Thích Ca, Bậc Đại Bi thiện xảo v.v.."* *"Biết bao người đánh lễ và cúng dường v.v.."* Sau đó cúng dường Mạn Đà La trường kinh hay yếu kinh cũng được. Ngoài ra tụng các câu kinh cúng dường ...tụng xen vào *"Ngự trên mỗi áng mây..."*, và tụng sám hối ba lần: *"Bị không chế bởi tham sân si..."* tụng cho đến *"Nguyện hồi hướng cho sự giác ngộ..."* Sau đó tụng kinh Thỉnh Cầu Đạo Thứ Khai Môn Quang Phục Tâm. Sau đó phụng tống tất cả đối tượng cúng dường trở về trú xứ. Nếu hành trì bốn thời hoặc sáu thời thì ở thời cuối cùng mới phụng tống chư Phật. Đó là pháp cần hành trì trước phương pháp thân cận Bạc Thầy.

Phương pháp chân thật thân cận Bạc Thầy là luyện tập pháp thiền quán chiếu. Ngoài ra, tất cả Bạc Đạo Sư cát tường diệu thâm của con là cội rễ của tất cả chân thành tận tụy, là suối nguồn của tất cả diệu tập bên ngoài. Tựa như y sĩ và bệnh nhân, Bạc Thầy với trọng ân, xua tan căn bệnh gây ra đau khổ. Con lang thang trong vòng sanh tử từ vô thủy cho đến nay, không gặp được Bạc Thầy diệu thâm, hoặc có gặp nhưng không liễu đạt huấn thị của Bạc Thầy, vì thế nay con cần phải làm bất cứ gì để làm vui lòng Bạc Đạo Sư. Trọng ơn của Ngài to lớn ví như hạnh bố thí cho một chén cơm trong cơn đói khát thập tử nhất sinh to lớn hơn là hạnh ban cho một khối vàng trong lúc vui vẻ no nê, đầy áp thức ăn và tiền tài.

Kinh Ngũ Thứ có dạy: *"Chính đây Đấng Bạt Già Phạm tự sanh, vốn bốn tôn độc nhất, vì ban thí giáo điều triệt để, Bạc kim cương đạo sư do đó thực*

siêu việt.” cho nên con nay khảng định công ơn của Bạc Thầy to lớn hơn của cả chư Phật. Trước đây Đấng Thế Tôn của chúng ta khi nghe đến một đoản kệ hay chỉ nửa đoản kệ: *"Nếu có sanh thì có tử, đoản diệt này chính là hỷ lạc."* liền nghĩ tới công ơn của Bạc Thầy, hoặc vì làm hài lòng Bạc Thầy mà cúng dường ngàn đồng tiền vàng, cúng dường hoàng tử và hoàng hậu tôn quý, lấy thân làm ngàn ngọn nến để cúng dường, cúng dường tất cả thân thọ dụng, cho nên con nay nguyện noi theo Đấng Thế Tôn. Vì con lắng nghe vô lượng giáo pháp do đó con luôn khắc ghi vô lượng ân nghĩa của Các Bạc Đạo Sư hiện tại. Nếu như chỉ vì kiến thức cao tột của Bạc Thầy mà con mang trọng ân và không màng đến những vị Thầy không có kiến thức cao, do đó buông lời ngạo mạn nói rằng: *"Tôi có học pháp."* thì việc này quả là không hiểu pháp gì cả. Thí dụ, cha mẹ tuy không có kiến thức mà người con còn cần phải gánh vác hết trọng ân. Nếu gánh vác trọng ân thì có lợi ích, nếu không thì mang tội lớn. Đối với Bạc Thầy cũng như vậy.

Hiện tại, đôi lúc được tặng một chút tịnh tài còn cho là quá tốt, hưởng chi Bạc Thầy gắn liền với hạnh phúc trong kiếp này và kiếp lai sinh. Nếu quán sát triệt để từ Đức Phật, hàng Bồ Tát ở trên cho đến tất cả gia đình ở dưới, nếu ai không làm hài lòng Bạc Thầy thì có thể thấy rõ ràng sự khác biệt của khổ lạc như thế nào. Đối với việc này, không những như thế mà còn có nhiều trường hợp Bạc Thầy chỉ trong một kiếp mà đưa đến Phật quả. Con nếu như làm hài lòng Bạc Thầy bằng ba cúng dường thì chắc sẽ nhanh chóng đạt Phật quả. Nếu vậy thì đối với ân sâu của Bạc Thầy, tâm không thể nghĩ bàn, làm hài lòng ân sư là điều rất quan trọng. Nguyện gặp được Bạc Thầy trong mọi kiếp lai sinh và nguyện theo Ngài. Tuy nhiên, hiện tại, bởi vì nhờ vào hạnh duy nhất làm hài lòng tất cả Bạc Thầy có mối liên hệ với giáo pháp cho nên không còn cách nào khác hơn để thân cận Bạc Thầy.

Trong tất cả kinh và luận điển luôn nhắc đến việc làm hài lòng tất cả Bạc Thầy. Việc này không phải cưỡng bách chúng ta hay la mắng bắt buộc chúng ta phải làm. Không có ai không muốn có công đức. Tất cả kinh điển và luận điển có thuyết rằng ruộng công đức này không có gì hơn được Bạc Thầy. Làm hài lòng Bạc Thầy. Hoặc với sự nhìn toàn hảo đối với bất kể công hạnh nào của Bạc Thầy, không sanh tâm phân biệt nhận thấy lỗi làm của Bạc Thầy. Thiên quán về điều này với tín tâm, không phải ở đầu môi chót lưỡi mà từ tận tâm can, tận xương cốt. Chỉ nghe hồng danh của Bạc Thầy hay nhớ tới Ngài thì lông trên toàn thân đều chuyển động. Thiên quán cho đến khi nào mắt rơi lệ. Hơn nữa, nói chung, nếu chư Phật và Bồ Tát đã thuyết rằng không nên nghĩ tới khuyết điểm của bất cứ chúng sanh nào thì đối với Bạc Thầy cần gì phải nhắc nữa. Những khuyết điểm sai ngộ đều là sự trình hiện bất tịnh trước tâm thức chúng ta.

Khuyết điểm của Bạc Thầy làm gì có. Khi xưa Thánh Giả Vô Trước vì diện kiến được Đức Phật Từ Thị mà nhìn thấy một con chó cái bụng dưới đầy dòi. Ngài

Naropa trông thấy Ngài Tilopa là một người nương cá sống. Trong kinh Phụ Tử Hợp Tập cũng có nói vì lợi lạc cho chúng sanh mà Đức Phật đã hiển thị trong dạng ma vương. Nếu vậy thì Bạc Thầy làm gì có khuyết điểm. Phải nghĩ Bạc Thầy thật sự là Đức Phật. Không phải chỉ vậy thôi, nếu như hiểu sai về Bạc Thầy rồi sanh tâm bất kính thì trong kinh Bí Hội Căn Tục và Năm Mười Pháp Thân Cận Bạc Thầy v..v.. cũng đã có nói là tội lớn hơn các tội. Nếu vậy thì con nay, tương tự như những giai thoại về Ngài Dromtonpa không tìm kiếm nhiều Thầy mà trong tâm đầy ngờ vực. Khi đã ký thác vào Bạc Thầy thì không sanh tâm bất kính, ngay cả phải nguy hiểm đến tánh mạng cũng không làm. Tổ Tsong Kha Pa cũng dạy rằng:

*Cội rễ thích xứng cho mối liên hệ cát tường,
Của biết bao nhiêu thứ tốt đẹp cho đời này và đời sau.
Gắng công thân cận Bạc Thiện Tri Thức, Chỉ Đạo Sư diệu thâm,
Ghi tâm thân cận Bạc Thầy theo cách này.
Hiểu được thì nguy đến tánh mạng cũng không từ.
Khiến Bạc Thầy hoan hỷ bằng cách cúng dường sự vâng lời.
Tôi, hành giả du già đã làm như thế,
Bạn, người muốn giải thoát cũng nên làm như vậy.*

Tổ đã ban từ ngôn. Hơn nữa, nếu dày công thân cận Bạc Thiện Tri Thức, Bạc dẫn đường cho ta thì phải khiến các ngài hoan hỷ bằng cách cúng dường sự vâng lời. Cần hành trì theo lời dạy của Bạc Thầy. Thân người với đủ thuận duyên nhân mãn quý hơn viên ngọc như ý, dựa trên nhân quả thì rất khó tìm, nếu tìm thấy nên tận dụng một cách hữu ích. Không còn cách nào khác để cúng dường sự vâng lời cho Bạc Thầy hơn là tận dụng thân người quý báu.

Nếu vậy, con nay nếu để cho thân người một khi đã không dễ dàng đạt được, ví như chui cổ dài ba ngón tay vào một lỗ nhỏ, vượt mất thì giống như kẻ vô tình. Đối với kẻ khác tiêu diệt kẻ thù của kiếp này và bảo vệ người thân là sự thành công. Sự tu tập, thuyết pháp, lắng nghe pháp, trì giới v..v.. mà phát xuất từ tâm mưu cầu danh lợi là tám pháp thế gian vương trong ba mức độ trắng, đen và trung bình. Nếu mà không tu hành giáo pháp với tâm khẩu hòa hợp, thiền quán về nguyên lý vô thường v..v.. để tiêu diệt yêu tinh đó thì chủ ý này tội nặng hơn thứ khác. Đối với thân quý báu này nếu bản thân cá nhân tu hành một giáo pháp thuần tịnh mà tâm không vương bận, một khi mà chủ ý đứng vững thì còn tuyệt hảo hơn bất cứ gì. Nếu vậy thì phải từ bỏ những chuyện thế gian vô bổ, lợi thì nhỏ mà hại thì lớn, tựa như vỏ trấu bay. Tận dụng thân người, làm chuyện hữu ích thì khi chết không cần phải hối tiếc. Hơn nữa, bây giờ bản thân cá nhân nghĩ phải thực hành, thiền quán về ước vọng tận dụng tinh hoa của thân người quý báu giống như là đi tìm nước uống vì đau khổ trong cơn khát. Tổ Tsong Kha Pa dạy rằng :

*Thân người nhàn mẫn này quý hơn ngọc như ý.
Được thân này chỉ một lần.
Khó tìm, dễ mất, tựa điện chớp trên trời.
Nghĩ đến điều này thì tất cả chuyện thế gian
Xem như vỏ trấu bay,
Ngày đêm phải tận dụng tinh hoa đó.*

Vậy nên nghiên ngẫm lời Tổ dạy. Hơn nữa, nếu muốn tận dụng tinh hoa thân người nhàn mẫn thì lại nghĩ đến nên tận dụng như thế nào? Có hai điều:



I. *Vi tầm quan trọng trong việc hiểu rõ đường lối phát sanh sự khắng định nguyên lý chung của đạo, nếu nói tóm gọn thì có hai điều:*

1. Đường lối qui tụ tất cả kinh điển, lời Phật dạy vào con đường của tam phẩm trọng phụ.

Đức Phật tất cả cũng vì chúng sanh cho nên trong giai đoạn đầu đã phát Bồ Đề Tâm, trong giai đoạn giữa đã tích lũy công đức và trong giai đoạn cuối đã thành Phật. Tất cả những lời Phật dạy cũng chỉ vì chúng sanh. Mục đích của chúng sanh, đối tượng để thành đạt là tạm thời sanh vào cõi cao, tối hậu thì đạt được định thắng (*giải thoát và nhất thiết trí*).

Bắt đầu từ phương cách tu đạt mục đích thứ nhất (*tạm thời sanh vào cõi cao*), toàn thể giáo huấn qui tụ chung quanh giáo pháp của hạ phẩm trọng phụ hay là hạ phẩm cộng pháp. Trong Bồ Đề Đạo Đăng Luận (Đèn Soi Nẻo Giác) nói đến đặc điểm của hạ phẩm trọng phụ như sau:

*Người nào tìm đủ mọi cách
Chỉ vì lạc thú trong sinh tử
Mà truy cầu mục đích của riêng mình,
Nên biết, đó là hàng sĩ phu thấp kém.*

Người tu theo đường hướng này thì tu trì truy cầu hỷ lạc ở cõi cao và vun bồi nhân của cõi cao, không màng vương bận nhiều việc trong kiếp hiện tại.

Bắt đầu từ phương cách tu đạt mục đích thứ nhất trong hai mục đích đơn thuần giải thoát và nhất thiết trí, toàn thể giáo huấn qui tụ chung quanh giáo pháp của hàng trung phẩm trọng phụ hay là trung phẩm cộng pháp. Trong kinh Bồ Đề Đạo Đăng Luận (Đèn Soi Nẻo Giác) dạy rằng:

*Người nào bỏ sau lưng hạnh phúc thế gian,
Cùng tránh xa những hành vi tội lỗi,
Duy mưu cầu mục đích chính bản thân,
Hạng sĩ phu đó là hạng trung bình.*

Hàng trung phẩm trọng phu này bỏ sau lưng hạnh phúc thế gian, dứt bỏ luân hồi, vì mục đích đơn thuần giải thoát riêng mình cho nên tu trì tam học.

Phương cách tu đạt quả vị nhất thiết trí thì có hai, mật pháp và Ba La Mật pháp (hiển). Giáo huấn của cả hai quy tụ chung quanh giáo pháp của hàng thượng phẩm trọng phu. Trong Bồ Đề Đạo Đăng Luận (Đèn Soi Nẻo Giác) nói đến hàng thượng phẩm trọng phu như sau:

*Người nào chính vì mình đau khổ,
Mà phát nguyện tận diệt hoàn toàn
Tất cả nỗi khổ đau của kẻ khác,
Hạng sĩ phu đó chính là hạng tối thắng.*

Với tâm đại từ bi không tự chủ, vì diệt hết đau khổ của chúng sanh khác mà tu đạt Phật quả, do đó tu trì sáu hạnh Ba La Mật và tu luyện hai giai đoạn.

2. Lý do tại sao dẫn dắt nương theo ba ngã trọng phu.

Mặc dầu bàn về tam phẩm trọng phu tuy nhiên ngay lúc này nên hiểu rõ, đối với việc dẫn vào con đường của thượng phẩm trọng phu cũng phải mang theo hai nhánh dưới, nhưng không phải chỉ để dẫn vào hàng hạ phẩm (*tu hành đạt được duy hạnh phúc thế gian*) và trung phẩm (*tu hành truy cầu duy giải thoát khỏi luân hồi cho riêng mình*). Hai con đường này là hai con đường chung. Tu hành hai con đường chung, pháp dự bị để dẫn vào con đường của hàng thượng phẩm trọng phu.

Tại sao phải tu hành như vậy? Vì cửa ngõ bước vào Đại Thừa không gì khác hơn chính là phát Bồ Đề Tâm tối thượng, cho nên cần phát Bồ Đề Tâm. Nghĩ đến lợi ích của phát Bồ Đề Tâm thì trước tiên cần khởi tâm cực kỳ hoan hỷ. Nói tóm lại, lợi ích của phát Bồ Đề Tâm có hai - lợi ích tạm thời và lợi ích tối hậu. Lạc quả tạm thời ở cõi cao cũng nhờ phát Bồ Đề Tâm mới dễ đạt. Quả vị tối hậu nhất thiết trí cũng nhờ phát Bồ Đề Tâm mới đạt được. Muốn phát Bồ Đề Tâm trước hết cần có tâm đại từ bi bất nhẫn trước nỗi đau khổ của tất cả chúng sanh. Vì bản thân cá nhân cần một tâm thức mạnh mẽ, không muốn chịu đau khổ, cho nên đầu tiên trong giai đoạn hạ phẩm trọng phu, nghĩ đến sự đau khổ ở nẻo ác, rồi từ đó sanh tâm muốn thoát khỏi.

Ở giai đoạn trung phẩm trọng phu nghĩ đến hạnh phúc ở cõi cao vốn không có tự tướng nên khởi tâm buông xả thoát khỏi sanh tử luân hồi. Rồi sau đó dựa vào kinh nghiệm của chính bản thân mà cần phải khởi tâm Bồ Đề, tâm từ ái truy cầu giải thoát tất cả chúng sanh mẹ hiền đang chịu đau khổ. Nếu vậy thì con đường chung hạ, trung phẩm trọng phu là sự chuyển tiếp thành phương pháp tối thắng, dẫn vào con đường luyện tâm vĩ đại.



II. Có ba phương pháp tận dụng tinh hoa của thân người:

1. Luyện tâm theo con đường chung hạ phẩm trọng phu.

Kiên trì tư duy về thân người quý báu khó tìm, nếu đã có được thì nên tận dụng cho hữu ích vì thân này không thể sống lâu được. Chắc chắn phải chết. Không biết khi nào sẽ chết. Vì thế, ngay từ bây giờ phải gắng sức tận dụng tinh hoa của thân người. Hơn nữa, từ trước đến nay ba hạng người giàu, nghèo và trung lưu nhóm chợ ồn ào kia đều bị tử thần tiêu diệt. Ta nghĩ trước đây ta đã không chết thật là đại phước nhưng trong tâm rất kinh hãi, nghĩ đến việc không thể ở yên một chỗ. Tiền tài, thọ dụng, người thân, ai cũng không thể đi với mình một cách tự chủ được, trong khi mình vì những thứ đó mà đã tạo nhiều ác nghiệp để rồi phải mang theo ra đi. Nghĩ đến chuyện này thật là éo le. Ăn uống chơi bời khoái lạc trong kiếp này, ba thứ người, tài sản và thức ăn... tất cả đều đã đi qua rồi. Vậy bây giờ ta trong khoảng đời còn lại tu hành chân chánh. Hơn nữa, nên nghĩ bắt đầu từ hôm nay trở đi phải tu hành. Vậy nếu khi chết ngoại trừ pháp không gì giúp ích được. Nếu nghĩ rằng khi chết pháp giúp ích như thế nào? Không phải là pháp thì có hại như thế nào? Chúng ta khi chết đi không phải là hết mà cần phải thọ sanh. Thọ sanh thì sanh vào một trong hai nơi thượng hoặc hạ giới, không thể nào thoát được. Không thể tự chủ, bị nghiệp lực khống chế. Nghiệp trắng hay đen dẫn làm sao thì phải thọ sanh như vậy. Hơn nữa, khi chết nếu hiện tiền khởi thiện tâm thì kiếp lai sinh sẽ sanh vào thượng giới. Nếu hiện tiền khởi tâm bất thiện thì kiếp lai sinh sẽ sanh vào một trong ba nẻo ác, chịu đau khổ vô cùng. Nỗi đau khổ ở nẻo ác như thế nào? Thánh giả Long Thọ thuyết:

*Nghĩ đến một ngày nơi địa ngục,
Cực kỳ nóng và lạnh.
Lại nghĩ đến cõi ngạ quỷ,
Những kẻ đói khát ốm yếu.
Nghĩ đến cõi súc sanh,
Cực kỳ đau khổ vì ngu si.
Diệt hết nhân đố, tạo nhân hỷ lạc.
Thân người khó kiếm nơi diêm phù.*

*Có rồi thì nhân nẻo ác,
Tập trung hết sức tiêu diệt.*

Không thể chịu được đau khổ ở các cõi địa ngục nóng và lạnh. Không thể chịu được đau khổ vì đói khát ở cõi ngạ quỷ. Không thể chịu được đau khổ vì ngu si, ăn lẫn nhau và v..v.. ở cõi súc sanh. Bây giờ, nếu không chịu được những đau khổ như để tay vào than lửa một chốc lát, vào mùa đông chỉ một ngày không mặc áo, ngày nào cũng không có thức ăn và toàn thân bị ong chích, hãy nghĩ làm sao có thể chịu được đau khổ của địa ngục nóng lạnh, của ngạ quỷ bị đau cổ họng, của súc sanh ăn sống lẫn nhau v..v.. Thử dựa vào kinh nghiệm hiện tại thiền quán cho đến khi nào sanh tâm kinh hãi. Thiền quán nghĩ một khi có được thân người đầy đủ thuận duyên nhân mãn thì gắng sức tìm cách không sanh vào nẻo ác bằng cách nỗ lực tạo nhân sanh vào thượng giới và đoạn diệt nhân sanh vào ác đạo.

Vậy làm sao nỗ lực tu hành để tránh sanh vào ác đạo? Như đã nói ở trên, đau khổ ở nẻo ác làm ta kinh hãi. Khi hiểu Tam Bảo có khả năng bảo vệ ta thoát khỏi nỗi kinh hãi đó thì chí tâm qui y Tam Bảo. Tam Bảo có khả năng bảo vệ ta thoát khỏi nỗi kinh hoàng của ác đạo. Phật Bảo giải thoát ta ra khỏi tất cả kinh hãi, tinh thông trong phương cách bảo hộ chúng ta thoát khỏi tất cả sợ hãi; tâm từ bi rộng lớn đối với tất cả chúng sanh không phân biệt thân sơ; hành sự lợi tha bất luận là chúng sanh có làm lợi hay không; vì thế đáng để ta nương tựa. Qua đó, Pháp và Tăng Bảo cũng có khả năng tương tự. Nếu vậy thì Đấng Thế Tôn, Bạc chỉ bờ bên kia, Pháp và Tăng tất cả đều không có phẩm hạnh nào mà không xứng đáng để ta nương tựa. Bởi vì Tam Bảo có các phẩm hạnh như vậy cho nên xứng đáng để nương tựa. Làm sao nương tựa? Chí tâm chí thành qui y Tam Bảo:

Nguyện nương tựa vào Phật Bảo, bảo vật của tất cả nhân loại. Thịnh Đức Thế Tôn giải thoát con ra khỏi đau khổ của sanh tử và nẻo ác. Nguyện nương tựa vào Pháp Bảo, bảo vật của tất cả xa lìa tham dục. Thịnh nơi qui y chân thật giải thoát con khỏi kinh hoàng của sanh tử và nẻo ác. Nguyện nương tựa vào Tăng Bảo, bảo vật của tất cả tích lũy. Thịnh bằng hữu giải thoát ra khỏi đau khổ của sanh tử và nẻo ác.

Tương tự, nếu sau khi qui y Tam Bảo rồi mà không tu hành theo huấn thị thì sự qui y sẽ bị suy đồi, do đó cần phải y giáo phụng hành. Hơn nữa, sau khi qui y Phật Bảo thì không qui y vào các thần thế gian và v..v., đối với tôn tượng hoặc hình ảnh Phật phải tôn kính và nghĩ rằng chính là Đức Phật thật sự. Nếu sau khi qui y Pháp Bảo thì không được sát hại chúng sanh. Phải tôn kính văn tự, một chữ cũng phải tôn kính. Nếu sau khi qui y Tăng Bảo thì không kết giao với ngoại đạo hay bạn xấu. Ngay cả một mảnh y của Tăng cũng phải tôn kính. Ngoài ra, hiểu được tất cả lợi lạc và diệu thiện như là hồng ân của Tam Bảo, do đó trước khi ăn

uống phải cúng dường Tam Bảo. Sau khi thỉnh cầu Tam Bảo gia hộ cho các thành tựu tạm thời hay vĩnh cửu thì không nương tựa vào thuật sĩ, tướng số phàm phu. Bằng hết khả năng hướng dẫn người khác qui y Tam Bảo. Không xa lìa Tam Bảo ngay cả phải hy sinh cả tánh mạng. Chỉ một lời lìa xa Tam Bảo cũng không mất. Khi nghĩ như vậy thì mỗi ngày sáng ba lần, tối ba lần tư duy, hiểu rõ phẩm hạnh của Tam Bảo, hiểu rõ đặc điểm của Tam Bảo, lập thế, mỗi ngày sáng ba lần, tối ba lần chí tâm qui y Tam Bảo mà không nói cho người khác biết. Vậy thì vì đã qui y Tam Bảo nên lập tức được bảo hộ thoát khỏi đau khổ của nẻo ác.

Nếu nghĩ làm sao tạo nhân sanh vào thượng giới, khi tư duy về nghiệp quá trắng đen thì mỗi mỗi ác hoặc thiện nghiệp chắc chắn phải có, nghiệp càng tăng trưởng, không gieo nghiệp thì không gặt quả, một khi đã tạo nghiệp thì không thể hết được. Khi tư duy như vậy thì cần phải hành sự đúng đắn, tạo thiện nghiệp và xa lìa ác nghiệp. Hơn nữa, vì không thể xác định bằng lý luận dựa trên thực tế cho nên trong kinh Tam Ma Địa Vương thuyết rằng:

*Mặt trăng và các vì sao rơi xuống,
Ở nơi có núi và làng xóm,
Vũ trụ này cũng thay dạng.
Chính Ngài không thuyết những lời không chân thật.*

Khi mà một lòng tin tưởng lời Phật dạy thì Đức Phật đã dạy:

*“Đau khổ đến từ bất thiện nghiệp,
Tương tự chắc chắn có thể giải thoát khỏi nó.”*

*“Tôi đây ngày và đêm,
Suy nghĩ chỉ việc này là đúng rồi.”*

*“Đức tin là cội rễ của tất cả thiện hạnh,
Đức Thích Ca đã thuyết như vậy.
Cội rễ của điều đó luôn luôn là,
Cần phải thiển quán về quả chín mùi.”*

Nói chung, phải đoạn trừ tất cả bất thiện nghiệp. Đặc biệt sanh vào ba nẻo ác là quả chín mùi của mười bất thiện nghiệp qua ba ngã ở mức độ nặng, trung bình và nhẹ. Tư duy về đường lối nhân quả tương xứng và v..v..., dẫn đến sự không vừa ý thì trong phẩm Chân Lý dạy rằng:

Này Đức Vua, Ngài không nên sát sanh, hãy tiếc thương tất cả sinh mệnh. Vì thế, sẽ kéo dài tuổi thọ. Cũng không khởi tâm sát sanh.

Tâm luôn ghi nhớ không khởi ngay cả một động cơ làm ác như sát sanh và v..v.. Phải nỗ lực tạo các nghiệp thiện, không sát sanh v..v.. Tổ Tsong Kha Pa cũng dạy rằng:

Không bảo đảm khi chết không sanh vào nẻo ác.

Khẳng định Tam Bảo cứu khỏi sợ hãi đó.

Vì thế một lòng nương tựa.

Không khinh bỏ huấn thị này.

Hơn nữa, suy nghĩ cẩn kỹ về nghiệp quả trắng đen thì

Nương vào thành tựu pháp xả và thủ một cách đúng đắn.

Do trì giới đoạn trừ mười ác nghiệp mà lập tức kiếm được thân tốt. Tuy nhiên, để viên thành thắng đạo toàn tri thì cần có thân tốt thượng hạng ... sở hữu tám phẩm chất chín mùi. Vì thế nên ghi nhớ thực hành tạo nhân tốt như không hại chúng sanh, bỏ thí đèn và quần áo mới, dẹp ngã mạn, tôn kính người khác v..v.. Ngoài ra, các phiền não nếu bị ô nhiễm bởi tội ác thì ngay lúc đó không nên thờ ơ đối với các tội lỗi đã tạo. Nên hợp thời tu sửa, sám hối tội lỗi hội đủ bốn năng lực, phải nỗ lực không cho ba cửa bị ô nhiễm bởi ác hạnh. Tổ Tsong Kha Pa dạy rằng:

Để thành tựu thắng đạo, còn chưa tìm được thân đầy đủ tánh tướng thì có đầy công cũng vô ích. Vì thế tu hành tạo nhân trọn vẹn. Phải nỗ lực không làm ba ngã bị nhiễm ô bởi mùi ác hạnh. Hơn nữa, tịnh hóa nghiệp chướng là điểm trọng yếu. Vì thế hành trì bốn năng lực.

Tương tự, vì tu luyện nên trong kiếp này tâm thay đổi. Nếu một khi khởi tâm chân thật truy cầu hưng thịnh của đời sau tức là có được dấu ấn sâu sắc của việc luyện tâm theo con đường hạ phẩm tượng phư.

2. Luyện tâm theo con đường chung của trung phẩm tượng phư.

Tương tự, do tu trì thập thiện và từ bỏ thập ác nên lập tức có được thân thù thắng của cõi cao nhưng không thoát khỏi đau khổ của luân hồi. Nếu vậy thì cần phải đạt giải thoát, tiêu trừ tất cả đau khổ. Vậy nếu nghĩ bản chất đau khổ của tất cả sanh tử là như thế nào? Cũng như lúc trước đã nói về nỗi đau khổ của 3 nẻo ác, lần này thì cần tư duy một chút khác biệt. Sau khi tư duy về nỗi đau khổ của từng nẻo ác thì nghĩ đến bản thân không thể nào chịu nổi sự đau khổ kéo dài lê

thê, vì thế trong tâm nghĩ đến tu hành đạt được giải thoát bằng mọi cách, tiêu trừ đau khổ của sanh tử luân hồi như đã cho thấy. Tất cả cõi thấp và cao cũng không vượt khỏi bản chất của đau khổ hơn là nẻo ác. Tất cả con người nếu sanh thì chịu khổ như là nằm trong bụng mẹ tối tăm, hôi thối, dơ bẩn... Và nếu sanh thì trong tuần lễ thứ ba mươi tám, ngọn gió nghiệp quá khứ thúc đẩy dẫn vào một đường hầm eo hẹp, hoặc cực kỳ đau khổ giống như hạt mè bị xay nghiền. Khi mới sanh ra mặc dầu được đặt trên nệm êm nhưng giống như rơi vào một nơi đầy rẫy chông gai, chịu đau khổ khôn cùng.

Nếu vậy thì có sanh khổ như thế. Sau khi sanh ra, thân sẽ trưởng thành, rời từ từ lưng cong như cánh cung, mặt trắng như hoa bạch ngải, trán lấp đầy vết nhăn tựa miếng chiếu manh, khi ngồi xuống tựa túi đồ bị đứt dây, khi đứng lên tựa rễ bị bứng, khi nói lưỡi cào lăm, khi đi thân chúi đảo, mắt mũi v..v.. không trông thấy rõ, toàn thân sắc diện suy sụp tựa xác chết, trí nhớ thì kém, đặng trí tăng lên, ăn uống khó tiêu, không thể thỏa thích như ý muốn, sinh mạng hầu như gần hết, đau khổ vì đang hướng về cái chết mau chóng, tứ đại không quân bình, run rẩy, khi bệnh thì da bị khô, bên trong thì thịt chảy ra, khi cảm thấy ăn uống không ngon thì chắc hẳn là trúng bệnh rồi, phải ăn uống những thứ mình không thích như thuốc v..v., cần chữa bệnh một cách miễn cưỡng như là bị châm cứu v..v.. Khi nghi ngờ bệnh không thể sống được thì phải chịu vô số đau khổ của bệnh đau. Nếu mắc phải bệnh nan y, biết chắc chắn sẽ chết, hối hận các ác nghiệp đã tạo lúc trước, nghĩ đến đã lãng phí cả đời, biết sẽ lìa xa thân thọ dụng, bạn bè, quyến thuộc... Miệng khô, môi cong, mũi lõm, mắt trợn tròn, hơi thở dồn dập, bị kinh sợ bởi sự thống khổ của nẻo ác. Đau khổ vì phải chết nhưng không muốn.

Đôi lúc gặp những thứ không muốn gặp như kẻ thù, trộm cướp mất hết tài sản, thân bị vũ khí đâm, bị gậy đập. Đôi lúc bị hành hạ, bị trừng trị bởi đủ loại pháp luật. Thêm vào đó, các **oán tăng hội khổ** khác như là nghe lời hung ác và v..v.. **Ái biệt ly khổ** là khổ vì tất cả tài sản thân đoạt bất luận chê khen khổ lạc và những gì yêu thích hạp ý đều bị xa lìa ngoài ý muốn. **Cầu bất đắc khổ** là khổ vì cái muốn tìm nhưng lại không tìm được như nông phu mặc dầu gắng sức làm ruộng nhưng vì hạn hán, mưa tuyết băng giá cho nên không đạt được mùa màng tốt tươi như ý muốn, thuyền ra khơi bị giông gió, nếu buôn bán thì bị mất hàng hóa, không có lời, người xuất gia thì không thể trì giới hạnh thanh tịnh và v..v.. Khổ vì bị thất vọng. **Nhất thiết ngũ thủ uẩn khổ** là khổ chỉ vì thọ lấy cận thủ uẩn này làm nền tảng của đau khổ bệnh tử... để rồi đưa đến những đau khổ trong kiếp tương lai, trở thành bình chứa đựng hai loại khổ: khổ khổ và hoại khổ (khổ vì bị thay đổi). Vì là bản chất của hành khổ (khổ vận hành cùng khắp) cho nên ngoài bản chất của khổ ra không có một chút nào hạnh phúc. Chúng sanh ở cõi Phi Thiên thì chịu đau khổ khôn cùng như là bị chặt, bị cắt. Các chúng sanh ở cõi Dục Thiên khi thấy trước năm diêm sắp chết thì đau khổ còn hơn là ở địa ngục. Họ bị kinh hãi, bị đau khổ vô tận vì bị trục xuất... Chúng sanh ở các cõi thượng thiên

không có khổ khổ hiển hiện. Tuy nhiên, ở cõi Tam Thiên trở xuống thì chịu hoại khổ. Ở cõi Tứ Thiên và cõi Vô Sắc thì chịu hành khổ, khổ như mụn ung nóng bỏng, không thể nào vượt qua cơn đau khổ.

Do đó, phải bằng mọi cách đạt được quả vị giải thoát, đoạn trừ tất cả khổ đau nói chung và riêng của luân hồi. Hơn nữa, không có nhân duyên thì không thành đạt cho nên phương pháp để đạt được giải thoát là cần phải hành trì tam học. Ngoài ra, cần phải tu trì tăng thượng giới học, nền tảng không thể không có của hai học kia. Thêm vào đó, với trí nhớ quán sát tận tường sự vô tri v.v.. nhân tạo ra tội lỗi thì trước tiên làm tội lỗi không phát sanh. Nếu sanh rồi thì không để mối quan hệ với tội lỗi kéo dài, cần phải sám hối, trì giữ giới hạnh đúng đắn. Tu luyện thì sẽ không bị nhiễm ô bởi tội lỗi. Nếu vậy, phiền não nào lớn hơn thì nỗ lực tu trì đối trị của nó do đó sẽ không nhiễm ô bởi tội lỗi. Hành giả cần phải không để mình tự hổ thẹn, bất cứ hành vi nào cũng không mâu thuẫn với lời Phật dạy. Tổ Tsong Kha Pa cũng dạy rằng:

Nếu không cố gắng tư duy về sự bất lợi của khổ để thì truy cầu giải thoát sẽ không sanh. Nếu không tư duy về tập đế, thứ lớp đưa ta vào luân hồi thì sẽ không biết cách chặt đứt rễ luân hồi. Vì thế, chán ngán buông xả thế gian, ôm ấp sự tri nhận bị cái gì kết chặt với luân hồi.

Cho nên, nếu khởi tâm thoát khỏi luân hồi, giống như một người vào nhà có lửa cháy (ví như cõi luân hồi) muốn thoát ra khỏi căn nhà đó, tức là có được dấu ấn sâu sắc của việc luyện tâm theo con đường trung phẩm thượng phụ.

3. Luyện tâm theo con đường thượng phẩm thượng phụ.

Tương tự, đơn thuần đạt được quả vị giải thoát qua tu trì tam học, tuy nhiên chỉ bao nhiêu đó thì không được. Kể từ bây giờ không muốn lang thang trong cõi luân hồi, duy đạt giải thoát; nhưng vì là sự đoạn diệt khiếm khuyết có giới hạn và là sự viên mãn đức hạnh có giới hạn nên không viên thành được mục đích cá nhân. Vì điểm đó cho nên mục đích lợi tha cũng là phù phiếm, không thể viên thành. Nếu vậy thì cần phải tu hành đạt được quả vị Phật, viên thành hai mục đích tự lợi và lợi tha. Đức Phật kia cũng không phải vì chính mình mà phải vì truy cầu mục đích của tất cả chúng sanh. Giống như chính bản thân ta đang rơi trong biển khổ, tất cả chúng sanh cũng đang chịu khổ. Tất cả chúng sanh không một ai không là cha mẹ của ta. Hơn nữa, vì đã từng làm cha mẹ ta vô lượng lần và duy có ơn sâu nuôi dưỡng ta cho nên hầu để giải thoát những bậc có ơn với ta khỏi đau khổ, an đặt vào quả vị Niết Bàn vô trụ vô thượng cần phải phát tâm Bồ Đề vô thượng.

Ngoài ra cần phát tâm Bồ Đề qua thực hành bảy giáo giới nhân quả. Bảy giáo giới nhân quả là từ tri nhận tất cả chúng sanh là mẹ đến mang ơn tất cả. Kế đó là trả ơn. Kế đó là tâm từ. Kế đó là tâm bi có khả năng dẫn đến tâm siêu việt. Kế đến là tâm siêu việt thuần tịnh. Kế đến là tâm Bồ Đề. Từ bảy pháp tu này phát sanh nhất thiết trí. Pháp đầu tiên trước bảy pháp này là cũng cần thiên quán về tâm bình đẳng đối với tất cả chúng sanh. Nếu để tâm chấp gần xa và không thân sơ đối với chúng sanh thì tâm tri nhận tất cả chúng sanh là mẹ sẽ không phát sanh hoàn toàn. Phát sanh một ít tâm từ bi nhưng vì sanh khởi thiên vị cho nên đầu tiên cần thiên quán về tâm bình đẳng. Phương pháp đó là trong kiếp này, khi nhìn thấy nhiều chúng sanh không thân sơ, không hề hại ta hay làm lợi cho ta, về phía họ tất cả đều giống nhau, muốn hạnh phúc và không muốn đau khổ; và về phía ta thì vì tất cả chúng sanh đều là cha mẹ quyến thuộc của ta nên phải thiên quán, khởi tâm bình đẳng đối với tất cả chúng sanh, không hành động hại người xa và giúp đỡ người thân. Sau đó nghĩ tất cả những người thân trong kiếp này và tất cả những chúng sanh hại ta trong kiếp này đều bằng nhau. Sau đó hãy khởi tâm bình đẳng đối với tất cả chúng sanh. Nếu do vì luân hồi không có bắt đầu nên sự thọ sanh của ta cũng không có bắt đầu. Vì điểm đó nên không thể nói *chưa hề sanh ở nơi như vậy* hoặc *chúng sanh đó chưa từng là mẹ của ta*. Chúng sanh đã từng làm mẹ vô số kể.

Nếu vậy thì vì sanh, tử và chuyển tiếp cho nên không nhận ra mẹ của chúng ta, chứ chúng sanh ở khắp cõi không có một ai mà chưa từng làm cha mẹ của ta. Những chúng sanh đã từng là cha mẹ của chúng ta giống như mẹ của kiếp này, tất cả có ơn nuôi dưỡng ta. Người mẹ ở kiếp này có ơn nuôi dưỡng ta như thế nào? Mẹ kiếp này của ta lúc mang thai nuôi dưỡng ta, lo lắng không làm những chuyện hại ta. Khi vừa mới hạ sanh ta thì đặt ta lên đệm êm ái; bồng bế ta trong tay, nhìn ta với đôi mắt trìu mến; mặt tươi nở nụ cười vui sướng; cho ta bú sữa mẹ với lòng từ ái; ôm ta vào làn da ấm áp; chùi mũi cho ta; dùng tay lau sạch ta; mẹ vì nguy hiểm đến tánh mạng cũng mong ta vui. Của cải kiếm được không màng cực nhọc khổ lạc, mẹ không hề sử dụng mà đều cho ta hết. Tóm lại, mẹ bảo vệ ta thoát khỏi những ám hại với hết khả năng của mình.

Phải luôn nghĩ đến mẹ đã có ơn làm lợi lạc cho ta. Kế đó nghĩ đến tất cả thân bằng quyến thuộc cha mẹ v..v.., những người không quen biết; rồi nghĩ đến những chúng sanh hãm hại ta trong kiếp này; rồi sau đó lại nghĩ đến tất cả những chúng sanh này đã từng là mẹ ta biết bao nhiêu lần. Hơn nữa, đã từng là mẹ thọ thân người biết bao nhiêu lần. Mỗi lần làm mẹ đều bảo vệ ta thoát khỏi ám hại cũng như mẹ ở trong kiếp này đã làm. Là người có ơn đem vô lượng lợi lạc đến cho ta. Tương tự, tất cả những người mẹ bảo dưỡng ta với lòng yêu thương vô bờ bến vì bị phiền não ám hại mà tâm bị khuấy động do đó tâm thức điên loạn không tự chủ. Vì vô minh che mù mắt trí tuệ nên không thấy được con đường dẫn đến thượng giới, giải thoát và nhất thiết trí; không có bậc thiện tri thức dẫn

đường cho kẻ mù lòa đến thôn trang giải thoát. Từng phút khắc tâm không tự chủ bị dấy động bởi ác hạnh, bộ thái không vững vàng, lảo đảo nên rơi vào vực sâu kinh hải của ác đạo và luân hồi.

Do đó, những người mẹ đau khổ và bất hạnh này nếu không đặt hy vọng vào đứa con thì còn đặt hy vọng vào ai? Giải thoát những người mẹ đó khỏi đau khổ nếu không phải ta thì còn là ai? Nếu mình ta thoát khỏi luân hồi bỏ mặc tất cả những người mẹ có ơn với ta thì không có gì nhục nhã và xấu hổ hơn điều đó. Nếu vậy, tất cả những người mẹ đều đạt được lạc quả luân hồi như sanh làm Phạm Thiên Đế Thích v.v...nhưng không thể vĩnh cửu. Vậy ta bất cứ giá nào cũng phải quên mình hầu giải thoát tất cả chúng sanh tựa không gian vô tận khỏi đau khổ luân hồi, an vị vào hỷ lạc của giải thoát vô thượng. Nếu vậy, nếu tất cả mẹ già bất hạnh này được hạnh phúc thì có gì mà không đúng? Nguyện họ được hạnh phúc. Bằng bất cứ giá nào cũng phải được hạnh phúc. Nếu tất cả chúng sanh mẹ già đang chịu đau khổ mà xa lìa đau khổ thì có gì mà không đúng? Nguyện họ xa lìa đau khổ. Phải làm cho họ xa lìa đau khổ. Hơn nữa, chính ta phải làm việc này. Vậy nếu nghĩ ta có khả năng không? Bây giờ hãy nhìn tất cả chúng sanh, chỉ một người thôi mà ta cũng không có khả năng cứu thoát khỏi đau khổ và an vị vào hỷ lạc vô thượng. Phát nguyện như thế đó. Nếu bỏ lời thệ nguyện đó thì rơi vào ác đạo. Người có khả năng giải thoát tất cả chúng sanh khỏi đau khổ và an vị vào hỷ lạc vô thượng đó ngoài Đức Phật ra không ai có. Do đó, nghĩ đến bất cứ giá nào cũng phải đạt được Phật quả chánh đẳng chánh giác vì mục đích cứu tất cả chúng sanh khỏi đau khổ và an vị vào hỷ lạc vô thượng.

Chỉ phát nguyện như vậy thì không được, cần hành trì khởi tâm như sau:

- A. Để tăng trưởng nỗi hoan hỷ trong việc khởi tâm, nhân bất thoái của kiếp này, nên tu học ghi nhớ lợi ích của nó. Chỉ đơn thuần khởi tâm Bồ Đề thì trở thành nơi để trời và người cúng dường; oai phong che lấp hàng Thinh Văn Duyên Giác, không bị tổn thương bởi bệnh truyền nhiễm và tà ma, tất cả những tịnh nghiệp không gặp gian nan, không sanh vào nẻo ác, có sanh cũng chóng thoát, các ác nghiệp cực kỳ nghiêm trọng nhanh chóng bị phá tan. Nếu lợi ích của phát tâm Bồ Đề có sắc tướng thì có thể nói rằng không gian bao la không chứa hết được. Vì thế tâm này không thối chuyển, phải làm cho nó ngày càng phát triển.
- B. Để cho sự khởi tâm tăng trưởng chân thật, nên thực hành khởi tâm sáu lần. Nếu ta nửa chừng từ bỏ tâm Bồ Đề thì tội còn nặng hơn phạm bốn giới trọng, do đó từ đây cho đến ngày tu thành Phật đạo nguyện phát Bồ Đề tâm vào buổi sáng 3 lần, và buổi tối 3 lần:

*Nguyện qui y Phật, Pháp, Tăng,
Từ đây cho đến ngày đạt được giác ngộ.
Bằng những công đức tạo được qua hạnh bố thí và các pháp Ba La Mật,
Nguyện tu thành Phật đạo vì lợi lạc của tất cả chúng sanh. (3 lần)*

- C. Không bỏ rơi chúng sanh, phát tâm Bồ Đề vì mục đích của họ. Vì đây là nguyện phát tâm Bồ Đề cho mục đích của chúng sanh nên về phía chúng sanh bất luận đa dạng cách mấy đi nữa thì về phía ta tâm cũng phải không bao giờ từ bỏ họ.
- D. Hành trì tích lũy công đức. Để cho một khi khởi tâm Bồ Đề không thoái chuyển và ngày càng tăng trưởng nên phải hành trì tích lũy bồ công đức to lớn như cúng dường Tam Bảo v..v.. Nhân của việc không lìa tâm Bồ Đề vào kiếp khác là cần từ bỏ bốn hắc pháp và hành trì bốn bạch pháp.

❑ **Bốn hắc pháp**

1. Gian dối lừa đảo phương trượng, đạo sư hoặc bất cứ đối tượng cúng dường nào và v..v.. Vì đây là hắc pháp nên lúc nào cũng không làm. Đối trị của nó là không vì đũa giỡn hoặc vì mạng sống mà nói dối với bất cứ người nào.
2. Sau khi người khác tạo thiện nghiệp không thấy hối hận nhưng ta lại làm cho kẻ đó hối tiếc. Vĩnh viễn không nên làm như vậy. Đối trị của việc này là nếu có môn đồ đủ duyên để làm cho tâm thức chín mùi thì nên dẫn dắt vào Đại Thừa, không dẫn dắt vào Tiểu Thừa.
3. Với tâm sân hận buông lời khiếm nhã với người phát tâm Đại Thừa. Vĩnh viễn không nên làm như vậy. Đối trị của việc này là xem hành giả Đại Thừa là Đấng Thế Tôn. Gặp lúc đó thì tán thán một cách hợp lý và cần huân tập xem tất cả chúng sanh trình hiện thuần tịnh.
4. Làm chuyện lừa bịp chúng sanh. Lúc nào cũng không nên làm như vậy. Phải thành thật với tất cả chúng sanh.

Tổ Tsong Kha Pa dạy rằng:

*Khởi tâm Bồ Đề, kinh Thượng Thừa Đạo,
Nền tảng của tất cả đại công hạnh,
Hai bờ tư lương giống như vàng kim,
Kho tàng công đức chứa đựng vô lượng thiện tư lương,
Hiểu như vậy thì các bậc vương tử đại hùng,
Ôm giữ tận đáy lòng tâm bảo châu tối thắng.*

Vậy nếu nghĩ chỉ tu luyện Bồ Đề Tâm Nguyện thì có được không? Chỉ thế thì không được. Dựa vào Bồ Đề Tâm Nguyện mà thọ Bồ Đề Tâm Hạnh, cần tu

học hạnh quảng đại của hàng vương tử. Ngoài ra, cần hành trì sáu hạnh Ba La Mật làm chín mùi dòng tâm thức của ta và hành trì Tứ Nhiếp Pháp làm chín mùi dòng tâm thức của tha nhân.

□ **Sáu hạnh Ba La Mật làm chín mùi dòng tâm thức của ta**

1. **Bố thí:**

Khởi tâm nghĩ phải đạt Phật quả vì mục đích của tất cả chúng sanh cho nên dạy chân diệu pháp cho chúng sanh thiếu thốn Phật pháp; cứu thoát khỏi kinh hãi vì vua chúa, quân lính, yêu tinh, thú dữ, rắn rết, nước lửa v.v..; bố thí đồ ăn thức uống, mền chiếu, thuốc, hết cả tài sản cũng không hối tiếc. Tóm lại, bố thí không hối tiếc tất cả thiện căn, thân thọ dụng tích lũy trong ba thời. Tương tự, tổ Tsong Kha Pa dạy rằng:

*Bố thí là viên ngọc như ý thỏa mãn nguyện vọng chúng sanh,
Vũ khí tối thắng chặt đứt gút mắc của keo kiệt,
Vương tử khởi sanh dũng khí bất thối chuyển,
Làm nền tảng vang danh khắp mười phương,
Hiểu như thế thì thân thọ dụng cùng thiện nghiệp
Xả bỏ hoàn toàn, Bạc Đại Trí đã chỉ ra thiện đạo.*

2. **Trì giới:**

Gồm có ba: Nhất thiện pháp giới, nhiếp luật nghi giới và nhiều ích hữu tình giới.

- a. Nhất thiện pháp giới: Hãy ghi nhớ tu thành Phật đạo vì chúng sanh, tự hổ thẹn và nhục nhã với người nên không làm việc ác ngay cả nguy hiểm đến tánh mạng.
- b. Nhiếp luật nghi giới: Cần dựa vào nhất thiện pháp giới để tăng trưởng sáu Ba La Mật.
- c. Nhiều ích hữu tình giới: Dựa vào hai giới học trên để thành tựu tốt đẹp mục đích của chúng sanh.

Tổ Tsong Kha Pa dạy rằng:

*Trì giới là nước rửa sạch vết như ác hạnh,
Là ánh trăng xoa dịu cơn nóng bức phiền não,
Oai nghi tựa núi Tu Di ở thế gian,
Chúng sanh đành lễ bặc không phạm ác hạnh,*

*Thấy vậy thì thọ giới thanh tịnh,
Trì giới như bảo vệ con mắt.*

3. **Nhẫn nhục:**

Không nên oán giận kẻ hại mình bởi vì kẻ hại mình trả thù mình kiếp trước đã hại họ. Người đó cũng vì bị sân hận khổng chế nên không đáng để mình hại lại. Cứ mỗi phút sân hận phá hủy tất cả thiện căn tích lũy nhiều kiếp. Do đó, ta không nên có động cơ khởi sân hận. Nhẫn nhục không nghĩ đến hãm hại chúng sanh. Kẻ khác hại ta làm ta chịu đau khổ cực kỳ chính là giúp ta xua đi cống cao ngã mạn v.v.. Khởi tâm buông xả vòng sanh tử. Nếu không muốn đau khổ thì nghĩ đau khổ có từ nghiệp bất thiện nên nếu không có nhân thì làm sao có quả do đó sẽ không làm ác. Lập hạnh nhẫn nhục với người hại mình nên cũng viên mãn các hạnh Ba La Mật khác chứng đắc thành đẳng chánh giác, vì thế thấy kẻ hại ta như bậc Thầy dạy ta nhẫn nhục với kẻ hại mình. Khi thấy được oai lực bất khả tư nghì của Tam Bảo, chư Phật và Bồ Tát thì khởi tin chân nghĩa của vô ngã và hạnh Bồ Tát mà ao ước tu hành, phải hết sức nhẫn nhục kiên tâm với pháp. Tổ Tsong Kha Pa dạy rằng:

*Nhẫn nhục là trang sức thù thắng,
Dâng hết khổ hạnh bị hành hạ bởi phiền não,
Kim xí điếu là kẻ thù của rắn độc sân hận,
Áo giáp rắn chắc chống lại vũ khí lời thô lỗ,
Hiểu được thì dùng áo giáp nhẫn tới thắng
Để tu hành bằng mọi cách.*

4. **Tinh tấn:**

Vì lười biếng có do không quán chiếu cõi luân hồi đầy ưu phiền, đắm chìm trong hỷ lạc thấp hèn, thứ hỷ lạc của mê ngủ và biếng nhác của ba ngã v.v.. , cho nên phải đoạn trừ tất cả nhân lười biếng, nung nấu duy làm thiện nghiệp qua ba ngã thân khẩu ý. Ngoài ra, vì xua tan đau khổ của chỉ một chúng sanh mà ta cũng phải khoát áo giáp tinh tấn không màn gian khổ và sinh mệnh. Dựa vào đó làm tăng trưởng hạnh Ba La Mật, tinh tấn tu tích lũy thiện pháp. Dựa vào hai đường lối trên nên cố gắng tinh tấn tu hành lợi tha, không làm ác. Tổ Tsong Kha Pa dạy rằng:

*Nếu khoát áo giáp tinh tấn kiên định bất thoái,
Đức hạnh kinh chứng tăng trưởng như trăng thượng huyền,
Tất cả đạo hạnh trở nên có ý nghĩa,
Mọi sự khởi đầu đều kết thúc thành tựu như ý,*

*Hiếu vậy thì dẹp tan lười biếng,
Tất cả Phật tử đều tinh tấn thực hành.*

5. **Thiền định:**

Dựa trên khởi tâm toàn diện thì có hai dạng thiền định, thế gian và xuất thế gian. Nếu chia theo phương hướng thì có ba dạng thiền định: chỉ, quán và chỉ quán hợp nhất. Trên phương diện chức năng thì kiến pháp trong kiếp này là thiền định thân tâm trụ trong hỷ lạc, thiền định hiện tiền thành tựu các phẩm hạnh cao tột như là thần thông và thiền định thành tựu mục đích của chúng sanh. Tất cả các dạng thiền định này cần phải tu luyện đoạn trừ hôn trầm và trạo cử. Tổ Tsong Kha Pa dạy rằng:

*Thiền định vua thống trị tâm,
Bất động tựa uy sơn,
Nếu tâm phóng ra thì hoàn toàn trụ vào đối tượng thiện,
Dẫn đến đại lạc thân tâm khinh an
Hiếu vậy thì các hành giả du già,
Hành trì liên tục thiền định tiêu diệt kẻ thù xao lãng.*

6. **Trí tuệ:**

Khi hoàn toàn khởi tâm Bồ Đề, kẻ nhỏ tận gốc sanh tử kia là sự liễu ngộ tánh chân như, trí huệ liễu ngộ thắng nghĩa và qui ước. Nên dùng hai trí này để tu tập các trí huệ làm lợi tha. Tổ Tsong Kha Pa dạy:

*Diệu trí chân kiến nhãn,
Đạo nhỏ tận gốc sanh tử,
Kho đức hạnh toàn kinh điển tán thán,
Đền thù thắng xưa bóng đêm ngu si,
Biết vậy, Bạc trí giả muốn giải thoát
Khởi công cố gắng viên thành đạo.*

❑ **Tứ Nhiếp Pháp làm chín mùi dòng tâm thức tha nhân**

1. Bồ Thí Nhiếp: Để thâm nhiếp chúng sanh trước tiên nghĩ tu thành Phật hầu lợi tha nên bố thí tiền tài.
2. Ái Ngữ Nhiếp: Để cho chúng sanh vui vẻ nên dùng lời lẽ dịu ngọt an nhiên, vẻ mặt tươi sáng giảng cho chúng sanh về sáu pháp Ba La Mật v.v..

3. Lợi Hành Nhiếp: Để chỉ dạy pháp nên hành sự lợi tha.
4. Đồng Sự Nhiếp: Người ta tu thế nào thì ta cũng đồng tu tập sáu Ba La Mật như thế đó.

Bất cứ giá nào cũng nên tu tập tất cả phương tiện thiện xảo để thành tựu mục đích tha nhân.

Vì chấp ngã là cội rễ của luân hồi nên chỉ thiên định nhất tâm mà không tu đạo, cách chấp trì trực tiếp mâu thuẫn với ngã chấp thì không thể chặt đứt rễ luân hồi. Nếu không có **tịch chỉ** trụ tâm chuyên nhất bất động vào đối tượng mà chỉ có tuệ liễu ngộ vô thực quán sát cũng không thể đẩy lui phiền não. Để đạt giải thoát đoạn trừ phiền não thì phải phát triển trí tuệ liễu ngộ tánh chân như. Trí tuệ hành đúng đắn ý nghĩa của tánh như thị, kiến giải liễu ngộ xác quyết ý nghĩa tánh không là thực tại không điên đảo kia, cưỡi ngựa **chỉ** bất động trước đối tượng, lấy vũ khí sắc bén bốn luận cứ của lý trung đạo lia hai biên thường đoạn, phá hủy biên chấp kiến. Vì thế tổ Tsong Kha Pa dạy rằng:

*Chỉ nhất tâm thiên định
Không thấy có thể chặt đứt rễ luân hồi.
Chỉ dùng tuệ lia **chỉ** quán sát
Cũng không đẩy lui phiền não.
Vì thế trí tuệ xác quyết thực tại kia
Cưỡi ngựa **chỉ** không dao động,
Lấy vũ khí sắc bén lý trung đạo lia hai biên
Phá hủy biên chấp kiến.
Trí tuệ quảng đại hành hợp lý
Phát triển trí tuệ ngộ như thị.*

Không những đạt được **thiên chỉ** nhất tâm bất động trước đối tượng mà còn khi trụ trong trạng thái định chuyên nhất, dùng diệu quán sát tuệ quán sát đúng đắn ý nghĩa của tánh không (thực tại). Thấy được cho nên nghĩ “nỗ lực thành tựu chỉ quán hợp nhất thật là tuyệt diệu”, vì thế cố gắng lấy đó làm đối tượng của nguyện cầu để lưu lại tập khí. Tổ Tsong Kha Pa dạy rằng:

*Thiên chuyên nhất thì thành tựu định.
Diệu quán sát tuệ quán sát hợp lý
Bất cứ gì tìm kiếm,
Đều trụ kiên định, bất động trước thực tại.*

*Khi thấy phát sanh định,
Nỗ lực thành tựu hợp nhất thật tuyệt diệu.*

Sau khi xuất khỏi nhập định chuyên nhất vào tánh không tựa không gian, lia tất cả hý luận biên nhập định vào chỉ quán hợp nhất, ở giai đoạn hậu đắc cũng tu quán tánh không, cho sự trình hiện như huyễn không có tự tánh thì tu hành hợp nhất trí tuệ và phương tiện nắm giữ lòng bi và tâm Bồ Đề, do đó vô cùng cô tán thán Bát Nhã Ba La Mật Đa hạnh của Phật tử.

Khi biết đó là hệ thống của tất cả hành giả hữu duyên tu theo đạo trí tuệ và phương tiện hợp nhất, bắt túc với một đường hướng độc duy lia trí và phương tiện, cho nên phải nỗ lực như thế. Tổ Tsong Kha Pa dạy rằng:

*Nhập định tánh không tựa không gian,
Hậu đắc tánh không tựa như huyễn,
Tu luyện trí tuệ và phương tiện hợp nhất,
Tán thán hạnh Phật tử vượt qua bốn giác.
Hiểu vậy thì đường hướng độc duy này bắt túc
Chính là hệ thống của những bậc hữu duyên.*

Tương tự, sau khi tu học tận tường tất cả đạo lộ phổ thông của kinh và mật thì nên bước vào mật pháp không nghi hoặc. Trước tiên, thỉnh kim cương đạo sư đủ đức hạnh giảng dạy mật bộ và ban quán đánh làm chín mùi dòng tâm thức của ta. Lúc đó nguyện nghiêm trì các luật nghi và giới cam kết đã thọ, rồi tuân tự tu học du già hữu tướng và du già vô tướng của ba mật bộ dưới và tu học du già nhị thứ của mật bộ trên. Do đó sẽ tu học viên mãn đạo kết tập tất cả yếu nghĩa của hiển mật nhị đạo, vì thế làm cho thân người nhân mãn có ý nghĩa. Qua đường lối đó, giáo pháp tôn quý của Đấng toàn thắng nhập vào dòng tâm thức của ta và tha nhân. Nghĩ đến Tổ Tsong Kha Pa đã thực hành như thế và khuyên chúng ta, những kẻ hậu bối nên tu hành theo cách tương tự, cho nên hãy quán tổ sư đang trực diện vui vẻ ban chân ngôn trong sáng cho ta, rồi tụng niệm với tâm an định. Tương tự, tổ sư cũng thuyết rằng:

*Như thế, phát sanh cộng đạo
Cần cho hai đạo nhân quả Đại Thừa thù thắng,
Nương theo Bạc Bảo Hộ, thủ lĩnh của trí giả
Nhập vào biển lớn mật bộ,
Trau dồi khẩu quyết viên mãn
Nên tận dụng thân người nhân mãn,*

*Tôi, hành giả du già đã thực hành như thế,
Bạn, người muốn giải thoát, cũng hãy làm như vậy.
Để thuận thực dòng tâm thức của ta,
Và cũng để lợi lạc cho kẻ hữu duyên khác,
Đạo viên mãn hài lòng Đấng toàn thắng,
Thiện nghiệp thuyết lời dễ hiểu,
Nguyện cho tất cả chúng sanh
Không lìa thiện đạo thuần tịnh.
Tôi, hành giả du già đã nguyện như thế,
Bạn, người muốn giải thoát, cũng hãy nguyện như vậy.*

Nghĩ đến lời dạy bảo trên rồi tụng: "*Bắt đầu từ bây giờ trở đi, đời đời kiếp kiếp, dưới chân sen Ngài, với ba ngã thanh tịnh, con kính lễ và cúng dường và nguyện nghe lời dạy bảo. Xin ban phước cho con để chỉ khiến Ngài hoan hỷ.*" Phải thành tâm tụng hồi hươg: "*Đời đời kiếp kiếp Đấng toàn thắng TSong Kha Pa và v.v..*"

Giáo thuyết không lỗi lầm, gom tụ yếu nghĩa của đạo trình giác ngộ, là tinh hoa giáo thuyết của Tổ Atisha và Tổ Tsong Kha Pa, dẫn chúng sanh đi trên con đường khiến Đấng toàn thắng hoan hỷ. Chú giải Đạo Trình Giác Ngộ của Tam Phẩm Trượng Phu tức Cam Lò Vàng Tinh Luyện, gắn liền với Chứng Đạo Ca của tổ sư Tsong Kha Pa, đặt ta vào hỷ lạc. Một lòng tín tâm noi theo giáo hệ này, đại hào quang của Phật pháp. Vì tu sĩ Dochod Choe Je của đại tu viện Kunkhyen Chenpo Sherab Palsang đã một lòng thỉnh cầu nên Tỳ Kheo thuyết pháp nhân của Đức Thích Ca Mâu Ni, Tsunpa Sonam Gyatso (Tôn Quý Công Đức Hải) lúc còn niên thiếu diện kiến được linh ảnh và nhận phước báu từ Tổ Tsong Kha Pa, đã trước tác ở tu viện Palden Drepung, trong căn phòng Gaden Potrang đầy tia nắng mặt trời xoắn xít. Vì lẽ đó, nguyện tinh hoa giáo pháp có thể phát triển ở mọi nơi và ở mọi thời gian.

*Nguyện cho các Bạc Thầy kính yêu phúc thọ an khang,
Nguyện cho cơn mưa to Mật pháp tối thượng thấm nhuần khắp mọi nơi,
Nguyện cho mật nữ Kim Cang Thừa xuôi dòng Cửu Long đến tận quê hương tôi,
Nguyện cho giáo pháp diệu thâm của Đức Thích Ca chiếu sáng đời đời.*

* Sa di Tenzin Palyon Pháp Đăng phiên dịch từ nguyên bản Tạng ngữ nhân dịp Đại Lão Hòa Thượng Tôn Sư Dhakpa Tulku Rinpoche, tái sanh của vị Tăng Thống Gaden Tri Pa thứ 49 của dòng Gelug, hiện thân của hộ pháp Tawo của tu viện Phật Giáo Đại Thừa Sera Mey, viếng thăm và truyền giảng giáo pháp hiển mật tại Việt Nam từ ngày 18 tháng 5 tới ngày 30 tháng 6 năm 2010.

* Dharamsala ngày 28 tháng 3 năm 2010©2012 hiệu đính lần thứ tư nhân dịp Đức Đạt Lai Lạt Ma khẩu truyền trọn bộ Lamrim ở tu viện Drepung và Gaden từ 30/11-13/12/2012.