

# KHI NHỚ MẸ

*Shabkar Tsokdruk Rangdrol [1] soạn*

Này Tsokdruk Rangdrol, hãy lắng nghe!

Con nói rằng mẹ con, người đã mang thai con  
Trong tử cung của bà trong đời này, thì từ ái.  
Vậy tại sao con lại không xem xét dù chỉ một lần  
Lòng từ của chúng sinh khác, những vị đã giúp đỡ con,  
Cha mẹ của con từ vô số đời quá khứ?

Giờ đây, tất cả những bà mẹ trong quá khứ này của con đang đau khổ  
bởi nóng và lạnh lớn lao, đói – khát và tình trạng nô lệ,  
Họ bị què cụt, túng thiếu và đau bệnh –  
Vậy thì làm sao con có thể lãng quên tất cả họ?

Tất cả những chúng sinh đang sống đã từng là bà mẹ hiền từ của con,  
Và nếu điều đó là đúng, như chính Đức Phật đã nói,  
Rằng chẳng có sự khác biệt giữa mẹ hiện tại  
Và những bà mẹ trong các đời quá khứ của con,  
Tại sao con lại cố chấp tạo ra các phân biệt  
Giữa những bà mẹ trong các đời trước và sau?  
Mục đích của sự phân biệt như vậy là gì?  
Hãy xem xét điều này kỹ lưỡng!

Thờ ơ với tất cả những bà mẹ trong quá khứ,  
Và chỉ nhớ mẹ hiện tại là một hình tượng tham luyến.  
Vì thế, đừng nghĩ rằng con thực sự đã phát khởi lòng bi!  
Bởi chừng nào con còn có sự phân biệt và tham luyến,  
Sẽ chẳng có giải thoát khỏi luân hồi.  
Chừng nào con còn tham luyến,  
Đừng tuyên bố rằng đã từ bỏ các vấn đề của đời này!

Lãng quên tất cả những vị đã từng là mẹ con trong quá khứ,  
Trong khi than khóc khi nghĩ về người mẹ già của con lúc này,  
Nếu được bậc thầy, chư Phật cùng các trưởng tử thấy,  
Sẽ chẳng cho thấy điều gì ngoài cội nguồn của sự xấu hổ ngượng ngùng!

Hãy xem xét lòng từ của những bà mẹ của con trong quá khứ!  
Nếu con òa khóc trong lúc suy ngẫm về cảnh ngộ của họ,  
Bậc thầy, chư Phật cùng các trưởng tử sẽ đều hoan hỷ.

Vì thế, như khi con nghĩ về mẹ con trong đời này,  
Hãy suy ngẫm về khổ đau và khó khăn  
Của tất cả các chúng sinh đáng thương, những vị đã từng là mẹ con,  
Và rót nước mắt về tất cả họ, nhiều lần.

Như khi con cảm thấy yêu thương mẹ con trong đời này,

Hãy phát khởi tình yêu thương cho tất cả chúng sinh, những bà mẹ của con trong quá khứ,

Và khởi lên lòng bi mẫn cũng như Bồ đề tâm –

Với điều này, con sẽ gia nhập hàng ngũ Đại thừa.

Lặp đi lặp lại, hãy nghĩ về lòng từ

Của tất cả chúng sinh sáu cõi, những cha mẹ hiền từ của con.

Nếu con quan tâm đến họ như mẹ con trong đời này,

Họ cũng sẽ yêu thương con, như thể đưa con của chính họ.

Tsokdruk Rangdrol nói những lời này với bản thân trong một lần nhớ mẹ.

*Nguồn Anh ngữ: <http://www.lotsawahouse.org/tibetan-masters/shabkar/remembering-mother>.*

*Adam Pearcey chuyển dịch Anh ngữ với sự giúp đỡ của Alak Zenkar Rinpoche.*

*Pema Jyana chuyển dịch Việt ngữ.*

---

### **Chú thích:**

[1] Theo Rigpawiki, Ngài Shabkar Tsokdruk Rangdrol (1781-1851) – được xem là một hóa thân của Tổ Milarepa, Ngài là một Lama phi phạm, sinh ở Amdo, vị đã dành nhiều thời gian trong đời để nhập thất trên núi, bao gồm ba năm trên hòn đảo Tsonying Mahadeva không thể tiếp cận ở giữa Hồ Kokonor. Ngài đã nghiên cứu với chư đạo sư của tất cả các trường phái, thọ nhận những giáo lý Dzogchen từ vị Bổn Sư chính yếu – Chogyal Ngakgi Wangpo (một vị vua Mông Cổ và cũng là đệ tử của Tổ Dodrupchen thứ nhất), vị đã hoằng dương những giáo lý này ở khắp vùng Amdo. Đức Shabkar là một tác giả viết nhiều, được cho là có thể biên soạn một trăm trang một ngày, và phổ biến hơn cả trong các trước tác của Ngài là tác phẩm thi ca về Trekchod và Togal – Khading Shoklap – Chuyển Bay Của Kim Sí Điều.