

Lời Đạo Sư

Giáo huấn khẩu truyền của đức Bốn sư



HUNGKAR DORJE RINPOCHE

Khyentse Rigdzin Hungkar Dorje

Quyển IV



 NHÀ XUẤT BẢN ĐÀ NẴNG 2020



"...từ khi còn ít tuổi tôi đã thể hiện một khát vọng và thiên hướng mãnh liệt đặc biệt đối với Giáo pháp và có một cơ duyên tuyệt diệu tiếp xúc với Giáo pháp."

"Bạn phải có trí tuệ sắc bén và thấu suốt
Giáo lý để nhận ra được trí tuệ tàng ẩn dưới
những hành động thiện xảo của Thầy và
nắm bắt bất kỳ điều gì Ngài truyền dạy."

~ Lời Vàng của Thầy Tôi



MỤC LỤC

Lời Giới Thiệu 9

Phần I: Các Bài Giảng

1. Khai Thị Về Dòng Pháp Longchen Nyingshik 19
2. Lý Nhân Duyên Và Bất Bạo Động:
Kiến Và Hành Của Phật Giáo 71
3. Ba Tánh Đức Cần Có Của Một Bậc Đạo Sư:
Ba Phẩm Chất Một Đệ Tử Cần Có 87
4. Còn Hòa Hợp Thì Cộng Đồng Còn Tồn Tại 113

Phần II: Thơ và Thư

5. Tự Răn Mình 135
 6. Tình Yêu Thương Chân Thật Dành Cho
Thiên Nhiên 142
 7. Bánh Xe Vô Thường 145
 8. Hãy Giữ Nụ Cười Luôn Tỏa Sáng 148
- Tiểu Sử Đức Tôn Quý Hungkar Dorje Rinpoche* 150

Danh Mục Các Hình Ảnh

1. Hungkar Dorje Rinpoche - Golok, 2020.	3
2. Đức Kusum Lingpa và tulku Hungkar Dorje.	15
3. Hungkar Dorje Rinpoche - nghệ thuật thư pháp.	23
4. Hungkar Dorje Rinpoche và thị giả - tìm ra phiến đá quý dùng để tạc tôn tượng Kim Cang Tát Đỏa.	31
5. Hungkar Dorje Rinpoche - lễ quán đảnh, tu viện Lungon, Golok.	39
6. Các hành giả nhập thất dài hạn xuống núi gặp Rinpoche trong kỳ Nhập Thất Mùa Đông 2019.	47
7. Hungkar Dorje Rinpoche và một yogi nhỏ tuổi của tu viện Lungon - Golok, 2019.	55
8. Hungkar Dorje Rinpoche - quay kinh luân của Patrul Rinpoche.	63
9. Hungkar Dorje Rinpoche - phòng khám Stanford, Hoa Kỳ.	69
10. Hungkar Dorje Rinpoche và thị giả Jigme, Golok 2020.	77
11. Chuyện trò với chư tăng - Dawu 2014.	85
12. Hungkar Dorje Rinpoche - đọc sách.	93
13. Thangka Sarasvati.	101
14. Hungkar Dorje Rinpoche - hành hương Nepal và Ấn Độ.	111
15. Phóng sinh ở Seattle với các đệ tử.	119
16. Trò chuyện với một nhóm đệ tử Hà Nội năm 2012.	125
17. Hungkar Dorje Rinpoche: Pháp hội tại trung tâm An Lạc 2015.	131
18. Rinpoche chăm sóc cây trồng trong vườn.	142
19. Cảnh biển và trăng ở châu Phi..	148
20. Hungkar Dorje Rinpoche - nghỉ ngơi giữa thiên nhiên.	149
21. Hungkar Dorje Rinpoche và các đệ tử: năm mới 2020 đang đến gần.	154

Lời Giới Thiệu

Lời Đạo Sư IV xin trân trọng giới thiệu với quý độc giả gần xa các bài giảng của Ngài Hungkar Dorje Rinpoche từ năm 2015 tới 2018 cùng một số thư, thơ, bài viết.

Mở đầu phần I của cuốn sách là bài giới thiệu của Rinpoche về dòng pháp Longchen Nyingshik. Với ngôn ngữ cô đọng và sắc bén, Rinpoche đã phân tích sự khác nhau giữa pháp tu Hiện giáo và Mật giáo mà một người tu Kim Cương Thừa rất cần phải biết. Trong Kim Cương Thừa, chư đạo sư “*đã lấy tinh túy của tất cả các pháp môn đưa vào một pháp tu nhỏ, thuận tiện cho chúng ta tu. Và chúng ta sẽ đạt thành tựu giống như là chúng ta đã nghiên cứu tất cả các sách, toàn bộ giáo lý. Đây được gọi là PHƯƠNG TIỆN trong Kim Cương Thừa.*” Vì vậy “Kim Cương Thừa có nhiều phương tiện, nhiều phương pháp độc đáo để tu hành, và để tu hành một cách có hiệu quả, với pháp tu có sức mạnh.”

Hai bài giảng khác “Ba Tánh Đức Cần Có Của Một

Bậc Đạo Sư” và “Còn Hòa Hợp Thì Cộng Đồng Còn Tồn Tại” của Rinpoche đề cập tới chủ đề lớn của Phật Giáo: phẩm chất của đạo sư và trì giữ giới trọng cấm của đệ tử. Đạo hạnh quan trọng hơn hiểu biết. Rinpoche nói: *“Đạo hạnh tốt có nghĩa là trung thực, và đạo hạnh kém là không trung thực, dối trá. Vì vậy đạo hạnh tốt, kỷ luật tốt thậm chí còn quan trọng hơn cả kiến thức và hiểu biết tốt.”* Rinpoche đã nhắc tới phẩm tánh quan trọng là bậc thầy phải có trải nghiệm và chứng ngộ vì: *“Khi không có trải nghiệm, chứng ngộ về đạo lộ, về giáo lý thì tâm vẫn còn rỗng cạn, không có sức mạnh. Khi đó tâm vẫn chưa đạt tới điểm rốt ráo của Pháp.”*

Trong thông điệp gửi tới các đệ tử “Còn Hòa Hợp thì Cộng Đồng Còn Tồn Tại”, Rinpoche đã chỉ ra hiểm họa của việc phá vỡ hòa hợp giữa những người tu: *“Chúng ta có bài học từ lịch sử từ Phật giáo ở Ấn Độ. Đạo Phật ở đó bị hủy diệt do nhiều nhân duyên, nhưng một trong những nguyên nhân chính là sự bất hòa từ bên trong.”* Và Ngài nhắc nhở: *“Sự hòa hợp là rất quan trọng. Khi không có sự hòa hợp, cộng đồng sẽ tan rã. Điều này là chắc chắn. Không có gì để nghi ngờ hay bàn cãi.”*

Trong “Lời Đạo Sư 4” có bài thơ được nhiều bạn đọc yêu thích “Tự Răn Minh”. Đây là những lời chân thật và

cảm động Rinpoche viết ra để tự nhắc nhở bản thân mình và những pháp lữ khác, luôn nỗ lực không để bị cuốn theo tám ngọn gió đời.

*Nguyện tôi thiên không mắc những lỗi lầm,
như kẹt vào các chấp trước cực vi tế,
tâm an trú, không rời xa cốt thép -
nơi tịnh kiến về chân như thường trụ.*

*Nguyện [tôi] luôn trên đạo lộ Phật tối thắng,
trong kiếp này và những kiếp mai sau.
Nguyện không bao giờ tôi mắc mê lầm,
lạc lối trong hành vi phi Pháp Phật.*

Hầu hết các bài giảng, bài thơ, thư, bài viết của Rinpoche đều có hai phần Anh và Việt. Tuy nhiên, do đa số độc giả là người Việt Nam nên trong bản sách giấy xuất bản lần này chỉ có phần tiếng Việt. Các độc giả muốn tham khảo phần thoại tiếng Anh của Rinpoche xin tải sách điện tử Lời Đạo Sư song ngữ trên trang web lienhoaquang.com.

Quỹ Liên Hoa Quang hiện đang có kế hoạch đưa sách Lời Đạo Sư tập II, III, IV (đơn ngữ và song ngữ) lên trang Amazon.com để các bạn đọc thỉnh sách giấy tiếng Việt hoặc Anh-Việt.

Người góp nhặt xin gửi lời tri ân và tùy hỷ công đức

tới các đạo hữu đã đóng góp nhiều công sức cho sự ra đời của các cuốn sách này qua các công việc: ghi âm, ghi hình, chụp ảnh, xử lý mp3, ảnh, chép bài giảng tiếng Anh, đánh máy văn bản, kiểm tra lỗi và xử lý văn bản v.v...

Xin tri ân công ty Hương Trang, nhà sách Quang Bình luôn giúp đỡ và hợp tác với LHQ trong công việc in ấn và xuất bản.

Nguyện cầu chư Phật mười phương gia trì gia hộ.

Người góp nhặt

Lời Tri Ân và Tùỳ Hỷ Công Đứcc

*Ban biên soạn Liên Hoa Quang và Người góp nhậtt
xin gửi lời tri ân và tùỳ hỷ công đứcc các bạn hữu
đã đứng gứp công sức cùng tâm nguyện tốt lành
cho sự ra đứời của cuốn sách:*

Hải Losang, dịch giả Tạng-Anh

Kunzang Regzen

Menlha Kyid

Sherab Dekyd

Drolma Lhamo

Choying Drolma

công ty Hương Trang

nhà sách Quang Bình

các đầ na tín thí

và các thiện nguyện viên khác.

Nguyện công đứcc tăng trưởng!





"Guru chính của thầy là Lama Sang. Ngài là đạo sư lần đầu tiên khai ngộ Rigpa, bản tâm, cho thầy khi thầy 15 tuổi."



PHẦN I: CÁC BÀI GIẢNG



KHAI THỊ VỀ DÒNG PHÁP LONGCHEN NYINGTHIK

*“Các Ngài đã lấy tinh túy của tất cả các pháp môn
đưa vào một pháp tu nhỏ, thuận tiện cho chúng ta tu ...
Đây được gọi là PHƯƠNG TIỆN trong Kim Cương Thừa.”*



Có khá nhiều truyền thống khác nhau trong Phật Giáo Tây Tạng và mỗi truyền thống đều có pháp tu ngondro riêng của mình. Và pháp tu ngondro rất quan trọng đối với tất cả các truyền thống của Phật Giáo. Có thể không gọi tên là “ngondro”, hoặc không có một nghi thức hành trì riêng biệt với tên “ngondro”, nhưng pháp tu “ngondro” thì vẫn có ở đó. Là hành giả Phật Giáo người ta vẫn tu với nội dung như tu ngondro. Ngondro, hay pháp tu tiên yếu, là nền tảng cho hạnh xả ly, cho chúng ngộ, thể nhập. Chính

vì vậy Thầy nói rằng tuy không có tên gọi là ngondro hay một nghi quỹ ngondro để hành trì trong truyền thống của các bạn nhưng xét về thật nghĩa thì vẫn giống nhau: các bạn tu giống như những hành giả thuộc giai đoạn ngondro tu. Lấy ví dụ, Bốn Niệm Chuyển Tâm Hướng về Chánh Pháp, xét về thật nghĩa thì đó căn bản chính là Tứ Diệu Đế. Và Tứ Diệu Đế cũng rất quan trọng đối với Phật Giáo Việt Nam.

Sự khác biệt giữa hai truyền thống Kinh Thừa và Mật Thừa là PHƯƠNG TIỆN. Trong Kim Cương Thừa có nhiều sự lựa chọn, có nhiều phương tiện hơn. Các phương tiện này đơn giản hơn, thuận tiện hơn. Còn trong truyền thống Kinh Thừa, trừ phi người tu thật sự thực hành rất nhiều, học tập, nghiên cứu rất nhiều, còn thì việc lĩnh hội và sắp xếp tất cả mọi thứ [trong Giáo lý] lại để đưa vào thực hành là điều không dễ dàng chút nào. Lấy ví dụ, Tứ Diệu Đế. Đây là giáo lý vĩ đại của suốt thời Chuyển Pháp Luân lần thứ nhất. Có nghĩa đây là giáo lý rộng lớn mênh mông. Thế nhưng, trong Kim Cương Thừa các vị đạo sư dạy đệ tử như thế nào. Các Ngài sắp xếp tất cả lại với nhau, cô đúc những gì quan trọng [nhất] trong một hình thức gọn nhỏ, dễ hiểu và dễ thực hành. So với Kinh Thừa thì Kim

Cương Thừa có nhiều phương tiện và pháp tu thuận tiện cho hành giả hơn. Đó là sự khác biệt giữa hai truyền thống.

Tất cả 84.000 pháp môn Phật truyền dạy là một kho tàng vĩ đại. Rất bao la, rộng lớn. Khi chúng ta nói 84.000 có nghĩa là vô cùng lớn, vô cùng khó để có thể lấy một phần nào từ đó ra và đưa vào công phu, tu hành. Đối với một con người với căn cơ bình phàm như chúng ta thật khó mà làm nổi. Vì vậy, chư đạo sư, với lòng bi mẫn lớn lao đã làm cho tất cả trở nên thuận tiện cho việc tu hành của chúng ta. Tất cả 84.000 pháp môn được đưa thành pháp môn tu rất thuận tiện cho chúng ta. Và như vậy việc hành trì tu tập trở nên dễ dàng [hơn] cho chúng ta. Hãy hình dung, 84.000 pháp môn này lớn cỡ nào? Nếu đóng thành một bộ thì tất cả là khoảng 100 tập. Tuy nhiên, các đạo sư, với lòng bi mẫn, các Ngài đã làm cho việc tu trở nên dễ dàng [hơn] cho chúng ta. Các Ngài đã lấy tinh túy của tất cả các pháp môn đưa vào một pháp tu nhỏ, thuận tiện cho chúng ta tu. Và chúng ta sẽ đạt thành tựu giống như là chúng ta đã nghiên cứu tất cả các sách, toàn bộ giáo lý. Đây được gọi là PHƯƠNG TIỆN trong Kim Cương Thừa. Kim Cương Thừa rất phong phú, nhiều màu sắc trong nhiều phương diện khác nhau. Kim Cương Thừa có nhiều

phương tiện, nhiều phương pháp độc đáo để tu hành, và để tu hành một cách có hiệu quả, [với pháp tu] có sức mạnh.

*“Dzogpa Chenpo là một trong những giáo lý
thâm diệu nhất, quan trọng nhất, thanh tịnh
và tràn-đầy-gia-lực nhất trên Trái Đất này.”*

Longchen Nyingshik là một truyền thống, một nhánh của Phật Giáo Tây Tạng. Đây là một truyền thống rất quan trọng ở Tây Tạng; Pháp Longchen Nyingshik được hành trì ở khắp mọi nơi trên thế giới. Có nhiều bậc Đạo Sư vĩ đại đã đạt chứng ngộ rất cao nhờ tu pháp Longchen Nyingshik. Thành tựu cao nhất đạt được nhờ tu pháp Longchen Nyingshik là Phổ Quang Thân (Thân Cầu Vòng). Đây là đỉnh cao của pháp Longchen Nyingshik? Đỉnh cao của giáo lý Longchen Nyingshik chính là Đại Viên Mãn Dzogpa Chenpo; Dzogpa Chenpo là tâm yếu của giáo lý Longchen Nyingshik.

Thầy thường nói với mọi người rằng tất cả các pháp môn [Phật dạy] đều tốt như nhau bởi vì Pháp là thanh tịnh, không nhiễm ô, tỳ vết. Pháp hoàn toàn thoát khỏi bám



“ Với thời gian, mọi người trên thế giới ngày càng nhận ra đầy đủ hơn những giá trị độc nhất vô nhị của nền văn hóa Tây Tạng. ”

chấp nên Pháp thanh tịnh và thiện lành. Vì vậy chúng ta phải có cái nhìn thanh tịnh đối với tất cả các pháp, chúng ta phải có lòng tin, tâm chí thành đối với tất cả các pháp môn. Tuy nhiên, cũng không có gì sai nếu chúng ta nói rằng Longchen Nyingthik, Dzogpa Chenpo là một trong những giáo lý thâm diệu nhất, quan trọng nhất, một trong những giáo lý thanh tịnh và tràn-đầy-gia-lực nhất trên Trái Đất này.

Làm sao chúng ta có thể hành trì một pháp môn nào đó một cách hiệu quả. Câu trả lời là chúng ta phải có lòng tin, tâm chí tín thành và tri kiến thanh tịnh đối với bất cứ việc gì chúng ta đang làm. Nếu người tu làm được điều đó, người đó tu hành với tín tâm thì nhất định sẽ đạt kết quả, sẽ thành tựu mục tiêu. Như vậy, thiếu lòng tin, thiếu tâm chí tín thành thì sẽ không thể thành tựu, không có được sức mạnh và lực gia trì của pháp tu. Việc tu hành phụ thuộc vào năng lực hiểu Pháp, vào tri kiến thanh tịnh và động cơ trong sáng của người tu.

Vì vậy, đối với người tu điều căn bản quan trọng là phải có tâm chí tín thành, có lòng tin vào pháp môn tu hành. Đức Phật luôn dạy đi dạy lại về tầm quan trọng về việc có tri kiến thanh tịnh và tâm chí tín thành. Đây là sự

thật. Chúng ta có thể học từ [những tấm gương] của các bậc đạo sư vĩ đại, các đại hành giả. Nhờ tâm chí thành chí tín và tri kiến thanh tịnh mà các ngài đã đạt được những thành tựu rất cao. Và chúng ta cũng học từ những bài học của những người do không có tri kiến thanh tịnh và tâm tín thành mà họ đã không nhận được giá trị từ pháp họ tu. Điều này cho ta thấy tầm quan trọng của tri kiến thanh tịnh và tâm tín thành. Và chúng ta, người tu Kim Cương Thừa cần phải nỗ lực để có tri kiến thanh tịnh và thấy được tầm quan trọng của tri kiến thanh tịnh và tâm tín thành.

Lịch sử của Dzogchen rất rộng lớn và phải mất nhiều ngày để kể. Nhưng cũng có thể tóm lược [lịch sử này] một cách đơn giản. Trong cõi Phật có ba vị Phật quan trọng đối với dòng Pháp Dzogchen. Vị Phật thứ nhất là Samantabhadra, vị Phật thứ hai là Vajrasattva, vị Phật thứ ba là Vajrapani. Ở cõi người có ba Đạo Sư Dzogchen quan trọng. Đạo Sư thứ nhất là Garab Dorje, Đạo Sư thứ hai là Guru Rinpoche, Đạo Sư thứ ba là Longchen Rabjam.

Như được kể, Đức Đại Phổ Hiền Như Lai truyền giáo lý Dzogchen cho tất cả chư Phật trong cõi Phật. Đức Vajrasattva truyền Dzogchen cho Vajrapani, và Vajrapani dạy Dzogchen ở cõi Thiên. Tổ Garab Dorje nhận mọi

mật điển, kinh văn, giáo huấn trực tiếp từ Vajrasattva và Vajrapani. Và Ngài trở thành Trì Minh Vương đầu tiên của dòng Pháp Dzogchen trong nhân loại. Và Tổ Garab Dorje (Kim Cang Cực Hỉ) đã đạt Giác ngộ Viên mãn nhờ tu Pháp Đại Viên Mãn Dzogpa Chenpo không dụng công.

“Tổ Garab Dorje chính là hóa thân của Phật Thích Ca Mâu Ni và Vajrasattva. Và Ngài đã chuyển bánh xe Pháp Dzogchen Đại Viên Mãn.”

Dzogpa Chenpo Đại Viên Mãn có mối liên hệ thế nào với Phật Thích Ca Mâu Ni? Đức Phật thường dạy giáo lý Kim Cương Thừa trong nhiều thân tướng khác nhau. Không phải trong thân tướng một tỷ kheo mà trong thân tướng một Bồ tôn, ví dụ như Kalachakra (Thời Luân Kim Cang). Khi truyền dạy Kalachakra, Ngài không đắp tăng y mà thị hiện hình tướng Kalachakra. Khi nói về dòng Pháp Dzogchen, có nhiều kinh văn, nhiều giáo lý nói rằng Đức Phật đã thị hiện hình tướng Garab Dorje. Tổ Garab Dorje chính là hóa thân của Phật Thích Ca Mâu Ni và Vajrasattva. Và Ngài đã chuyển bánh xe Pháp Dzogchen Đại Viên Mãn.

*“Phật là không hình sắc, không âm thanh,
Phật là không-gì-cả, nhưng Phật là không-thể-nghĩ-bàn.”*

Khi chúng ta nói ta tin vào Phật, thì nếu ta có lòng tin chân thực, ta phải tin rằng Phật có vô vàn phương tiện không thể nghĩ bàn. Nếu không thì điều ta nói rằng ta có lòng tin là không thật. Công hạnh của Phật, tâm của Phật, chân tánh của Phật là không thể nghĩ bàn, đại lực của Phật vượt quá năng lực tưởng tượng của kẻ phàm phu. Vì vậy, chúng ta tin Phật và chúng ta phải hiểu rằng có những thứ chúng ta có thể hiểu với trí óc phàm phu của mình, nhưng Phật có nhiều bí mật và oai lực, sức mạnh vượt khỏi tầm nghĩ hiểu của chúng ta.

Đức Phật nói rằng nếu ai đó muốn hiểu Phật trọn vẹn, muốn biết về Phật trọn vẹn, thì người đó phải hiểu rằng Phật là không hình sắc, không âm thanh, Phật là không-gì-cả, nhưng Phật là không-thể-nghĩ-bàn. Phật là không-gì-cả. Đừng nghĩ rằng Phật là một cái gì đó, mà Phật là không-thể-nghĩ-bàn. Phật không phải là không-gì-cả, mà Phật cũng không phải là một-cái-gì đó, vì Phật là siêu vượt mọi khái niệm. Như vậy, vì Phật là siêu-vượt-khái-niệm,

Phật là không-thể-nghĩ-bàn nên Phật có vô lượng phương cách để dạy Pháp. Phật có những phương tiện, những giáo huấn thù thắng phù hợp với những căn cơ [khác nhau] của chúng sinh.

Vậy nên, thật không thông minh nếu ta nói rằng Phật chỉ dạy giáo lý Tiểu Thừa, hay Phật không dạy Kim Cương Thừa. Bởi vì trên thực tế chúng ta không thể biết được. Đôi khi chúng ta mắc sai lầm với cái tâm phàm phu của mình. Đôi khi chúng ta nói Phật đã làm như vậy, chỉ làm như vậy thôi, chỉ vậy thôi chứ không hơn v.v... Cứ như thế là chúng ta đang quyết định thay cho Phật (*cười*). Như vậy không trí tuệ cho lắm vì Phật siêu vượt tâm [kẹt vào] khái niệm nhị nguyên [của chúng ta]. Phật có rất nhiều phương tiện để giải thoát chúng sinh, để lợi lạc chúng sinh. Vì vậy, bất cứ điều gì lợi lạc chúng sinh Phật nhất định đều làm. Vì vậy, Phật dạy giáo lý đủ mọi cấp độ căn cơ, những cấp độ giáo lý khác nhau cho những người cấp độ [căn cơ] khác nhau.

Đó là cách làm sao chúng ta có thể hiểu Phật và đặt lòng tin nơi Phật. Như Thầy vẫn luôn nhắc, chúng ta có được lợi lạc từ giáo lý của Phật hay không phụ thuộc vào lòng tin của chúng ta. Là người tu, bất cứ việc gì chúng ta cũng phải làm với tâm thành tín. Chỉ có như vậy chúng ta

mới có được lợi lạc, nếu không thì sẽ không được chút lợi lạc nào cả. Vì vậy, chúng ta rất cần làm với tâm hiểu biết. Vậy nên khi ta nói ta tin Phật thì lòng tin đó phải có [nền tảng là] sự hiểu biết, chứ không phải ta không hiểu biết rõ ràng mà vẫn cứ tin [vô căn cứ]; đó không phải là cách tin đúng đắn.

“Để có được trải nghiệm thật sự từ những gì mình hiểu, người tu phải công phu tu hành, thiền định (TU) về những điều đó thật nhiều lần, lặp đi, lặp lại.”

Vì vậy, Phật luôn dạy: trước hết hãy lắng nghe giáo lý của ta (VĂN). Nghe và nghe đi nghe lại thật nhiều lần, lặp đi, lặp lại. Và chỉ khi đó mình mới có thể nghe ý nghĩa của nó. Thứ đến, cần phải tư duy, quán chiếu đi tư duy, quán chiếu lại, lặp đi lặp lại thật nhiều lần, sao cho cuối cùng mình có thể thật sự hiểu Phật muốn dạy điều gì (TU). Cuối cùng, cần phải công phu tu hành, phải thiền định về những gì mình đã hiểu được (TU). Để có được trải nghiệm thật sự từ những gì mình hiểu, người tu phải công phu tu hành, thiền định (TU) về những điều đó thật nhiều lần, lặp đi, lặp lại, thật tinh cần, miên mật. Tóm lại, để hiểu và thật

sự hiểu những gì Phật dạy thì phải VẤN, TƯ, TƯ – đó là những việc quan trọng người tu phải làm.

Ai cũng biết tầm quan trọng của việc học giáo lý. Việc học hành luôn luôn tốt, đặc biệt là việc học Pháp. Bởi vì Pháp của Phật cho ta trí tuệ, dạy ta làm người tốt, làm người tử tế, làm người trung thực, làm người có ích. Khi nói về việc học Pháp thì chúng ta phải đọc sách, phải có cái hiểu đúng đắn. Nếu không, chúng ta có thể đi mắc lỗi lầm, chúng ta có thể chọn sai đường. Để tự bảo vệ mình thoát khỏi hiểm họa của việc tu sai, đi sai đường, người tu phải nỗ lực học hỏi càng nhiều càng tốt. Ngày nay có quá nhiều sách vở, có quá nhiều tác giả. Họ viết quá nhiều và với quá nhiều cách nhìn khác biệt. Và có nhiều cuốn sách theo Thầy nghĩ không thật sự có giá trị, không thật sự bổ ích, vì trong đó dạy nhiều điều sai lạc, nhiều điều không thực sự tốt lành. Vì vậy, quan trọng là phải đọc những cuốn sách thực sự tốt. Nhà hiền triết Trung Hoa, Khổng Tử, có nói: “Chớ nên bạ sách nào cũng đọc, mà hãy [chỉ] đọc sách của các bậc hiền thánh.”

Giáo lý Longchen Nyingthik, giáo lý Dzogchen là giáo huấn trực chỉ nhất, con đường ngắn nhất để trực nhận chân tâm.



"Để quán tưởng đức Kim Cang Cát Đồi đầu tiên ta phải làm quen với hình ảnh của Ngài qua những bức tranh, bức thangka. Phải ghi nhớ các chi tiết như các món trang sức quý báu bằng lụa và châu báu, pháp khí ngài cầm ở tay, vè mặt v.v." 31

Chương trình hôm nay là thảo luận tiêu bản NGONDRO Longchen Nyingthik: Khai Quang Minh Tạng (mở cánh cửa tới nội minh chiếu bốn lai thường trụ). Tinh yếu của tất cả các Pháp, bất cứ pháp môn nào, đều là để khai ngộ chân tâm. Nhưng các giáo lý khác nhau có những phương tiện khác nhau để khai ngộ. Một số giáo lý khai ngộ bản tâm một cách trực chỉ, rất ngắn gọn, một số giáo lý khác làm việc này một cách gián tiếp. Có nhiều phương cách để thực hiện việc khai ngộ chân tâm này. Phương cách trực chỉ nhất, ngắn nhất để mở cánh cửa tới chân tâm được gọi là giáo huấn, giáo lý tâm yếu thậm thâm (profound). Bởi vì không phải tất cả các giáo lý đều mô tả [bản] tâm một cách rõ ràng, sáng tỏ, một cách trực tiếp, gần cận. Một số giáo lý làm việc này một cách gián tiếp, tiếp cận vòng quanh, vòng quanh, chậm chậm và cuối cùng mới khai ngộ bản tâm. Một số giáo huấn khai ngộ bản tâm rất trực chỉ, rất chắc chắn, rất ngắn gọn. Như vậy là tồn tại hai phương cách để dạy và để khai ngộ bản tâm. Giáo lý Longchen Nyingthik, giáo lý Dzogchen là giáo huấn trực chỉ nhất, con đường ngắn nhất để trực nhận chân tâm.

*“Tâm có hai phương diện:
phương diện thứ nhất là tánh Không.”*

Mục đích của Pháp Dzogchen, Longchen Nyingthik là để khai ngộ Chân Tánh của tâm, bản chất tối hậu, tuyệt đối của tâm. Tâm có hai phương diện: phương diện thứ nhất là tánh Không. Bản tánh của tâm là rỗng rang. Nếu ta cố gắng nhìn thấu tâm, để xem tâm là cái gì, thì ta sẽ thấy chỉ có sự rỗng rang, ta thấy không có gì cả. Đây là phương diện thứ nhất của tâm. Phương diện này của tâm được gọi là tánh Không.

*“Bản chất của tâm là
sự hợp nhất của KHÔNG và QUANG MINH.”*

Phương diện thứ hai của tâm không phải là tánh Không, mà tâm có nhiều phẩm tánh. Ví dụ như Trí Tuệ. Tâm, mặc dầu nó tự [bản chất] là rỗng rang, nhưng nó lại rõ biết tất cả. Nó có năng lực nghe, nhìn, nếm, nghĩ v.v...

Các phẩm tánh đó gọi là các phẩm tánh nội tại thường hằng tự hữu. Như vậy là có hai phương diện, hai phần. Để đạt giải thoát siêu việt mọi đối đãi nhị nguyên về thực tại, hiểu chân tánh của tâm là rất quan trọng.

Khi chúng ta cố gắng nhìn thật sâu vào tâm thì sẽ không thấy gì cả, mà nó rỗng rang như hư không. Nhưng ở trình độ phàm phu chúng ta thì chúng ta không nghĩ vậy. Chúng ta nghĩ rằng nó là một cái gì đó có thật, một cái gì đó có thể làm nên hạnh phúc hay khổ đau. Chúng ta nghĩ rằng tâm là cái gì đó có thật, nhưng bản tâm thực sự không như chúng ta nghĩ, chúng ta thấy. Nó rất khác cái mà chúng ta nghĩ. Chúng ta cần phải thấy thực tại (reality), thấy chân tánh của tâm. Tâm là TÁNH KHÔNG và TÁNH QUANG MINH, hai phần, hai phẩm tánh. Tánh Không là tánh thanh tịnh bản nguyên. Nó thường hằng thanh tịnh. Tự tánh của tâm không bao giờ bị ô nhiễm bởi phiền não. Nhờ tánh thanh tịnh đó mà tâm có năng lực rõ biết vạn pháp. Tánh Quang Minh luôn hiện diện ở đó, không bao giờ lìa xa tâm. Tâm luôn sáng rõ (quang minh) và rỗng rang từ trong tự tánh của nó. Nhưng nó không [đơn giản là rỗng không] như hư không, hay như cái phòng, mà nó SÁNG TỔ. Nhờ tánh Quang Minh mà nó thanh tịnh. Nhờ Tánh Quang Minh và Không hợp nhất – Bản chất của

tâm là sự hợp nhất của KHÔNG và QUANG MINH – mà không gì có thể làm nó ô nhiễm. Giống như bầu trời trống không và không gì làm cho nó ô nhiễm được.

*“Chúng ta đi với phiền não, vọng tưởng.
Chúng ta cần phải đưa mình trở về
nơi chốn ban sơ ấy - BÀ MẸ TỰ TÁNH.”*

Khi ta thấy mây, gió, bụi che phủ bầu trời, ta phải biết rằng tất cả chỉ là cái thêm vào bên ngoài, chứ không phải cái thực sự có thể làm bầu trời dơ bẩn. Chúng ta cũng phải biết rằng các phiền não là thứ thêm vào bên ngoài, chứ không phải cái có thể làm ô nhiễm bản tâm. Như vậy, phiền não sinh khởi từ tánh Không của tâm nhưng chúng không thể ảnh hưởng tới chân tâm, bản tánh.

Mặc dầu tâm vốn thanh tịnh, vì chúng ta có bản tâm vốn luôn luôn tự nó thanh tịnh trong mỗi chúng ta, thì tại sao chúng ta lại bất tịnh? Tâm ta giống như cõi tịnh độ. Thế nhưng chúng ta lại không ở trong cõi tịnh độ ấy. Chúng ta bỏ lại cõi tịnh độ sau lưng, ở một nơi nào đó, và tới một nơi chốn khác. Chúng ta không trụ lại đó (cõi tịnh độ) được. Chúng ta đi với phiền não, vọng tưởng. Chúng

ta cần phải đưa mình trở về nơi chốn ban sơ ấy - BÀ MẸ
TỰ TÁNH.

*“Một khi ta đã nhận ra tự tánh và trụ trong tánh thanh tịnh
đó, thì ta đã ở trong tự tánh đó, ta đã đạt giải thoát.”*

Các Giáo Huấn của Dzogchen cho ta phương tiện để
đạt tới được bản tâm, đạt tới tánh thanh tịnh [của tâm],
một cách rất trực tiếp. Và giải thoát không phải là một
cái gì đó xa vời với ta, mà thực ra nó ở ngay trong chính
ta. Một cách chân thật, Pháp Dzogchen ban cho chúng ta
giáo huấn đạt giải thoát một cách trực tiếp, ngắn gọn, cho
ta một phương tiện hiệu quả nhất. Không có một điều kiện
nào khác, không có gì khác, chỉ là một giáo huấn rất trực
chỉ. Đó là lý do tại sao giáo lý này (Dzogchen) là rất tâm
yếu, thậm thâm, rất trực chỉ và rất quan trọng. Vì giải thoát
không phải là một cái gì đó, một nơi chốn nào đó cách xa
ta, mà nó là một phần của tâm [ta]. Giáo lý này dạy ta cách
làm sao để cắt xuyên qua phiền não, vọng tưởng, để nhận
ra được TỰ TÁNH và trụ trong tánh thanh tịnh đó. Một
khi ta đã nhận ra tự tánh và trụ trong tánh thanh tịnh đó,
thì ta đã ở trong tự tánh đó, ta đã đạt giải thoát. An trụ tự

nhiên [trong tánh] là việc thật gần gũi, thật đơn sơ. Đó là cách thức làm sao để nhận ra, làm sao để trụ trong tánh, để thư thái, nghỉ ngơi, an trụ trong tự tánh, không phiền não, không vọng tưởng nhị nguyên.

Bản tâm vốn thanh tịnh và đó là giải thoát. Vì vậy bạn không cần phải đi đâu xa mà chỉ ở lại, an trụ trong bản tâm, tự tánh. Đừng an trụ với nhiều vọng niệm, mà hãy an trụ không khởi vọng tâm. Đừng cố ép tâm mình phải “tới đó”, mà chỉ đơn thuần là thư thái, an trụ, nghỉ ngơi. Đó là cách mà Dzogchen dạy [cho ta] một phương tiện rất đơn giản. Tất nhiên, việc tới được “nơi đó” và an trụ trong tự tánh của mình không phải là điều dễ dàng. Đó là cách để [ta] thực hiện được điều đó. Thế nhưng, chúng ta cần rất nhiều tích tụ, còn nếu không thì [việc đó] sẽ chẳng dễ dàng chút nào. Vì vậy, nhân duyên để chúng ta trụ được trong tự tánh được gọi là thực hành tích tập.

Đó là giới thiệu tổng quát về dòng pháp Dzogchen Longchen Nyingthik. Rất quan trọng là ta phải có một khái niệm sơ bộ, một cái hiểu tổng quát về Dzogchen Longchen Nyingthik vì chúng ta muốn tu pháp Longchen Nyingthik. Chúng ta muốn nương tựa, quy y Pháp này, vì vậy nó phải tốt, phải hiệu quả, phải thanh tịnh, còn nếu không thì chúng ta không thể nương tựa vào nó. Vì vậy,

chúng ta cần bài giới thiệu tổng quát này, cần một cái hiểu tổng quát. Để hiểu các ý nghĩa cụ thể, thì sẽ cần có giáo huấn cụ thể hơn.

*“Thành tựu cao nhất hành giả Dzogchen
có thể đạt được là phổ quang thân.”*

Như Thầy đã nói, thành tựu cao nhất hành giả Dzogchen có thể đạt được là phổ quang thân. Phổ quang thân là gì? Chúng ta thấy khi Đức Phật Thích Ca nhập Niết Bàn, Ngài đã để lại nhục thân. Nhưng các bậc Đại Đạo Sư Dzogchen không để lại nhục thân khi các Ngài nhập Niết Bàn. Khi các Ngài viên tịch nhục thân biến thành ánh sáng cầu vồng. Các Ngài không để lại gì, không gì để hỏa táng, không gì để chôn dưới đất, mà chỉ có ánh sáng cầu vồng. Đó là giáo lý, giáo huấn rất đặc biệt. Giáo lý đó vẫn còn trường tồn tận ngày nay ở Tây Tạng. Nhiều hành giả Dzogchen vĩ đại và khiêm hạ, khi các Ngài ra đi, nhục thân biến thành ánh sáng cầu vồng. Hoặc thân các Ngài thu nhỏ lại, rất nhỏ, có thể không quá 10 pao (khoảng 0.453 kg). Rất nhỏ. Sức mạnh của Pháp Dzogchen vẫn tiếp tục thể hiện qua rất nhiều thành tựu cao.



“ Kim Cương Chùa rất phong phú, nhiều màu sắc trong nhiều phương diện khác nhau. Kim Cương Chùa có nhiều phương tiện, nhiều phương pháp đọc đăo để tu hành, và để tu hành một cách có hiệu quả, [với pháp tu] có sức mạnh. ”

Nếu khảo sát với tâm trung thực và cái hiểu trung thực, thì bạn sẽ thấy rằng những thành tựu đó không có nguồn gốc từ truyền thống nào khác hơn là dòng phái Cổ Mật. Nếu bạn tìm tòi và khảo sát [thì sẽ thấy] đó là sự thật.

Như vậy, truyền thống Dzogchen Đại Viên Mãn là rất hiệu quả, không chỉ trong quá khứ, mà [ngày nay] vẫn còn nguyên giá trị tinh yếu, còn nguyên sức mạnh. Truyền thống đó vẫn tiếp tục.

*“Một khi đã an trụ được trong chân tánh của tâm,
thì việc trụ trong tánh này sẽ có một sức mạnh
[lớn tới mức] có thể đoạn diệt bám chấp, tham luyến.”*

Chúng ta tiếp tục chủ đề đang giảng: ý nghĩa khái quát của giáo lý Dzogpa Chenpo. Về căn bản đây cũng chính là ý nghĩa giáo lý Longchen Nyingthik. Như Thầy đã nói, trong loài người có ba đạo sư Dzogchen tối quan trọng: Garab Dojre (Kim Cang Cự Hi), Guru Rinpoche, Longchenpa. Tất nhiên, dòng pháp này còn có các vị đạo sư vĩ đại khác nữa. Đặc biệt, Sơ Tổ, bậc khai lập dòng pháp Longchen Nyingthik, là đạo sư Jigme Lingpa. Jigme Lingpa có hai linh kiến về Longchenpa và Longchenpa

đã truyền dạy các giáo lý này cho Jigme Lingpa trong các linh kiến đó. Rồi Jigme Lingpa truyền dạy các giáo lý này cho chúng đệ tử. Và từ đó tới nay đã có nhiều các bậc đạo sư vĩ đại giảng thế để trì giữ dòng Pháp này.

“Longchen Nyingthik” có nghĩa là “Tâm Yếu của Longchen Rabjam”. “Tâm Yếu của Longchen Rabjam” có nghĩa là chân tâm, là Đại Viên Mãn. Jigme Lingpa đã trực tiếp thọ nhận pháp Chân Như Tâm Yếu, Longchen Nyingthik, từ Longchenpa. Đó là lý do tại sao tên của dòng pháp là “Longchen Nyingthik”. Các giáo huấn của Longchenpa và Jigme Lingpa được sử dụng rộng rãi trong nhiều truyền thống khác nhau như Kagyupa, Sakyapa, Nyingmapa. Trong truyền thống Nyingmapa, khi nghiên cứu về Dzogchen thì đa số các bản kinh được dùng là giáo huấn của Longchenpa và Jigme Lingpa. Tóm lại, các giáo huấn của hai bậc Thầy này là vô cùng quý báu, rất nổi tiếng và rất lợi lạc.

Mục đích tu Dzogpa Chenpo hay Longchen Nyingthik là để có thể trực nhận chân tánh của tâm. Vì vậy, cần phải nghiên cứu các giáo lý Dzogchen, về phương pháp làm sao để trực nhận chân tánh của tâm mình, và làm sao để có thể an trụ ở trong chân tánh ấy. Một khi đã an trụ được trong chân tánh của tâm, thì việc trụ trong tánh này sẽ có

một sức mạnh [lớn tới mức] có thể đoạn diệt bám chấp, tham luyến. Điều này sẽ làm suy giảm và diệt trừ tất cả các vọng niệm, phiền não, và cuối cùng các phiền não được giải thoát vào chân như của bản tâm. Đó là cách để thực hành Dzogpa Chenpo và đó là cách để giải thoát chúng ta khỏi luân hồi, bởi vì, luân hồi, về căn bản, được sanh ra bởi vọng niệm, phiền não. Khi trực nhận được chân tánh của tâm thì [đây] chính là phương tiện tốt nhất để đoạn diệt tất cả mọi loại phiền não, che chướng.

“Để tu Dzogchen cần phải có các phẩm chất như hạnh tinh tấn, tâm chí tín thành, tri kiến thanh tịnh.”

Giải thoát và Phật quả trong các giáo lý Phật truyền dạy, dù là Hiển hay Mật, khắp nơi đều giống như nhau, không khác. Hãy nghĩ về khoảng không. Giải thoát giống như khoảng không chúng ta muốn tới. Nhưng làm sao để tới nơi ấy? Đó là câu hỏi được đặt ra. Chúng ta cần phương tiện vận chuyển tốt để tới đó. Các giáo lý là những phương tiện vận chuyển khác nhau và Kim Cương Thừa là phương tiện nhanh nhất. Dzogchen thậm chí giống như tàu vũ trụ, giúp ta tới đó cực kỳ nhanh chóng. Đây là lý do tại sao

pháp này rất đặc biệt, rất thâm diệu. Thể của tâm giống như khoảng không. Đây là khoảng không bao la nhất. Để tới được đó, cũng vậy, chúng ta cần một phương tiện. Đây là một trong những cái dụng của giáo lý Dzogchen. Chúng ta dùng tàu vũ trụ để tới đó.

Nhưng không chỉ có vậy. Chúng ta còn phải rất thông minh, vì cần phải nắm vững cách sử dụng con tàu đó. Không được huấn luyện tốt, thiếu những kỹ năng đặc biệt, thì khó bề điều khiển con tàu. Và chúng ta phải rất tinh tấn để làm chủ phương tiện thâm diệu này. Nếu lười biếng, ta không sử dụng nổi phương tiện ấy. Chúng ta còn cần hội đủ năng lượng cần thiết để sử dụng cỗ xe tuyệt vời như vậy. Có nghĩa là, để tu Dzogchen cần phải có các phẩm chất như hạnh tinh tấn, tâm chí tín thành, tri kiến thanh tịnh. Tất cả những yếu tố này là nhân duyên, là phẩm chất để một hành giả tu Dzogchen có kết quả.

*“Nhưng Kim Cương Thừa đặc biệt đòi hỏi
hành giả phải tu Guru Yoga và đặc biệt nhấn mạnh
tầm quan trọng của Guru và thực hành Guru Yoga.”*

Thành công của pháp Dzogchen, cũng như của các

pháp tu khác, tất cả các pháp tu Kim Cương Thừa, phụ thuộc rất nhiều vào Guru và Guru Yoga (Thượng Sư Tương Ứng pháp). Không có giáo huấn của Guru, không có Guru Yoga, không có gia trì của Guru, thì hành giả không thể thành tựu. Vì vậy, Guru Yoga chiếm vị trí đặc biệt trong Kim Cương Thừa. Đặc biệt là Kim Cương Thừa. Tất nhiên đạo sư luôn luôn quan trọng trong cả hai truyền thống Kinh Thừa và Mật Thừa. Nhưng Kim Cương Thừa đặc biệt đòi hỏi hành giả phải tu Guru Yoga và đặc biệt nhấn mạnh tầm quan trọng của Guru và thực hành Guru Yoga.

Guru Yoga quan trọng như Thầy đã giải thích. Để tu pháp Guru Yoga thành công ta cần những pháp luyện tâm khác. Có nghĩa là chúng ta cần tu hạnh xả ly và tịnh hóa. Nếu không có tâm xả ly thì không có khát khao chân thực hướng tới giải thoát và nói rằng ta tu để giải thoát là điều không chân thật. Pháp tu thứ hai là tịnh hóa. Khi không tịnh hóa thì sẽ có rất nhiều chướng ngại cho chứng ngộ, cho khai mở tuệ giác. Vì vậy, ta cần tu tịnh hóa. Tóm lại: xả ly, tịnh hóa và Thượng Sư Tương Ứng pháp (Guru Yoga). Nếu một hành giả kết hợp được tất cả ba phương diện này trong cùng một pháp tu thì hành giả đó đang tu đúng.

*“Chúng ta không thực sự là hành giả,
bởi vì chúng ta có quá nhiều mối quan tâm thế tục.”*

Làm sao tu hạnh xả ly? Thực hành bốn niệm hương tâm về chánh Pháp. Phải thực hành vô thường; phải hiểu giá trị đời người; phải hiểu nhân quả; phải hiểu bản chất luân hồi. Khi biết, hiểu, và nhận chân được các điều này thì sẽ phát được tâm xả ly chân thật, và nhờ vậy mà đã chín cho việc tu hành. Nếu không như vậy thì, giống như chúng ta, thì không phải [hành giả] chân thật. Thực tế là vậy, chúng ta không thực sự là hành giả, bởi vì chúng ta có quá nhiều mối quan tâm thế tục. Chúng ta ham thích, tham luyến quá nhiều thứ trong cuộc đời này. Thế nên chúng ta không thể chuẩn bị cho mình [đủ nhân duyên] để tu giải thoát.

Chúng ta rất buồn. *(cười)*

Phải vui chứ, vì giờ thì ta biết ta là thế nào rồi. *(cười)*

*“Giải thoát là cái ta có thể nương cậy,
là cái bất biến, là đại an bình.”*

Câu hỏi chính yếu ở đây: tại sao lại cần tâm xả ly để tu giải thoát? Xả ly là nhân duyên duy nhất, mạnh mẽ nhất, quan trọng nhất đưa ta đến giải thoát. Nhân duyên cho giải thoát là gì? Đó là bốn niệm chuyển tâm, ví dụ như “đời là vô thường.” Tại sao hiểu vô thường lại khiến ta buông bỏ. Câu trả lời rất đơn giản. Vì vắn nạn của chúng ta là ta luôn tin vào mọi thứ trong cuộc đời này, rằng chúng là có thật và ta có thể nắm giữ chúng mãi mãi. Thật ra không gì ta có thể nắm giữ mãi. Không thể nắm giữ mãi kiếp sống này, hay thân xác, gia đình, tiền bạc v.v... Tất cả, tất cả mọi thứ, [kể cả] tài sản rồi sẽ phải bỏ lại, và ta ra đi với hai bàn tay trắng. Vậy nên, không có gì là thường hằng, bất biến, và tất cả mọi thứ đều biến đổi, biến đổi, biến đổi. Đó là vô thường.

Và không có gì thường hằng, bất biến bởi vì không có gì đáng nương cậy. Tiền bạc không đáng nương cậy. Tiền bạc là phù du và ta mất nó. Cuộc sống này cũng không đáng nương cậy vì ta không thể giữ nó mãi cho mình, ta sẽ phải mất nó.

Vậy nên, hiểu vô thường cho ta trí tuệ hiểu biết thực tánh của vạn pháp. Chúng ta hiểu mọi thứ đúng, chúng ta hiểu hiện hữu sâu sắc tới mức ta không còn tha thiết với luân hồi nữa. Chúng ta hiểu rằng tất cả mọi thứ đều không



“ Điều rất quan trọng là phải có một dòng truyền thừa, các vị đạo sư dòng truyền thừa bởi vì chỉ khi đó mới có lục gia trì, gia hộ từ cội nguồn, từ những bậc như Kim Cang Trì, Guru Rinpoche. ”

thực sự chắc thật [như mình tưởng] và tất cả mọi thứ đều không thể thường trụ, bất biến cho bất cứ ai. Cái duy nhất là thật và đáng tin cậy là giải thoát. Giải thoát là cái ta có thể nương cậy, là cái bất biến, là đại an bình. Nơi đó không niệm tưởng, không phiền não, không tham luyến, không có cái-gần-tôi hay cái-xa-tôi, mà tất cả đều bình đẳng và an bình. Vì vậy đó là cái duy nhất ta có thể trông cậy. Vậy nên xả ly rất quan trọng, chỉ có xả ly mới đưa tới giải thoát.

*“Chúng như vậy vì chúng không có tự tánh.
Chúng không biết làm sao để sinh ra
với một tự tánh cứ trường tồn mãi mãi ở đó.”*

Nói rằng không có gì đáng trông cậy, không ai đáng trông cậy thì nghe [có vẻ] tệ. Thật ra, nói vậy không có nghĩa rằng mọi người là tồi tệ, xấu xa, mà đó là bản chất của tất cả. Đây là sự thật về vạn pháp. Chúng ta không thể nói rằng cái gì đó không đáng tin cậy trong một vài phút, mà sự thật là nó không đáng tin cậy muôn đời. Vấn đề là ở chỗ đó. Nhưng trong tâm chúng ta vẫn tin rằng cái đó đáng trông cậy và cuộc đời này dường như không chấm dứt. Đó là vấn nạn của chúng ta. Đó là vô minh. Đó là tham luyến.

Sự thật là các sự vật, hiện tượng, tất cả mọi thứ, tất cả mọi người không tồn tại vì không đáng trông cậy. Chúng như vậy vì chúng không có tự tánh. Chúng không biết làm sao để sinh ra với một tự tánh cứ trường tồn mãi mãi ở đó. Trái lại, chúng sanh ra với bản chất vô thường. Thay đổi không ngừng nghỉ, luôn chuyển động về phía trước. Vì vậy, mọi thứ đều có hồi kết của nó. Khi hồi kết tới thì ta không biết rằng nó tới, và không biết rằng nó vô thường. Vì vậy khi nó kết thúc thì ta tổn thương, ta đau khổ.

“Ồ tôi nghĩ rằng nó là một cái gì đó tôi có thể thực sự ...” “Ồ tôi không ngờ như vậy. Và giờ đây ... nó làm tôi tổn thương.” Tuy nhiên khi biết bản chất của vạn pháp thì ít nhất ta sẽ mạnh mẽ hơn. Ta có nhiều hơn sức mạnh ở trong tâm để khi môi trường, hoàn cảnh, tất cả thay đổi thì tâm ta vẫn có hiểu biết kiên định, không dời đổi. Và an bình trong tâm ta vẫn như vậy, không dời đổi. Điều quan trọng là giữ được an bình nội tại, không để cho mình cảm thấy tổn thương hay đau lòng. Tóm lại, tâm xả ly và trí tuệ hiểu biết thực tại của vạn pháp chính là Đại Viên Mãn, Đại Toàn Thiện cho hạnh phúc, an bình trong tâm chúng ta.

“Định nghĩa của xả ly là thấy luân hồi như một sào huyết của ma quỷ, hay như một nhà lửa.”

Các Đạo Sư vĩ đại, các bậc đã thành tựu viên mãn, luôn thực sự quán chiếu bản chất của luân hồi. Luân hồi này là đau khổ, nó làm ta mệt mỏi. Bởi vì, không có giải thoát giác ngộ thì ta sẽ lăn lóc trong luân hồi mãi mãi. Luân hồi không đầu, không cuối, nó là bất tận. Do vô thường nên ta sanh ra rồi chết đi, rồi sanh ra chết đi lần nữa, lần nữa. Và mỗi lần sanh ra ta lại bắt đầu từ số không. Rồi lại lần nữa, lần nữa ta sanh ra với số không. Chính vì vậy nó rất mệt mỏi! Vậy nên, định nghĩa của xả ly là thấy luân hồi như một sào huyết của ma quỷ, hay như một nhà lửa. Chúng ta sẽ không còn chút ham muốn nào để sống với lửa, vì nó thiêu cháy ta. Cũng không thể nào làm bạn với quỷ ma: chẳng có niềm vui nào mà chỉ toàn hiểm họa. Tóm lại, quán chiếu luân hồi như thế là phương pháp tuyệt vời để giảm đi tham luyến thế tục.

*“Mọi thứ đều cần khổ công luyện tập.
Khi ta khổ công luyện tập rất nhiều thì
việc quán tưởng sẽ dần dần tự nhiên hơn, dễ dàng hơn.”*

Trang 4 (nghị quỹ Khai Quang Minh Tạng) là pháp tịnh khẩu. Vì vô minh, phiền não, vọng niệm làm ô nhiễm thân, khẩu, ý nên sức mạnh của thân, khẩu, ý bị suy giảm. Vì vậy khi chúng ta tụng nghi quỹ, lời cầu nguyện, minh chú ta sẽ không nhận được lực gia trì. Do đó, trước hết phải tịnh hóa khẩu.

Ta tịnh hóa khẩu như thế nào? Có hai phương pháp: Thứ nhất là quán tưởng và thứ hai là trì tụng [minh chú]. Chúng ta quán tưởng chủng tử RAM và cố gắng cho hình ảnh quán tưởng ngày càng rõ hơn. Thầy sẽ không giải thích chi tiết, và có thể dựa vào hướng dẫn trong nghi quỹ để quán tưởng. Việc này đòi hỏi thời gian. Mọi thứ đều cần khổ công luyện tập. Khi ta khổ công luyện tập rất nhiều thì việc quán tưởng sẽ dần dần tự nhiên hơn, dễ dàng hơn. Khi đó chất lượng quán tưởng sẽ tốt hơn.

Trì tụng minh chú. Các minh chú có bản chất đối trị và

hủy diệt năng lượng tiêu cực, bất tịnh, dẹp chướng ngại. Minh chú A Ah, I Ih, U Uh ... [bao gồm] các nguyên âm, phụ âm trong bảng chữ cái. Minh chú này rất phổ biến và quan trọng. Ta có thể gặp nó ở nhiều nghi quỹ khác nhau và nó có sức mạnh đoạn diệt trừ những bất tịnh trong mọi thứ, đặc biệt là những ám chướng về khẩu. Vì vậy chúng ta dùng nó ở đây.

“Pháp tu của chúng ta thường biến chất thành ‘dorm’.

*Dorm bởi vì chúng ta lạm dụng Pháp,
chúng ta sử dụng Pháp cho mọi thứ trên đời,
chúng ta sử dụng Pháp cho luân hồi.”*

Trang 5, cầu nguyện Đức Bồn Sư. “Đức Bồn sư từ tôn, xin hãy nhớ nghĩ đến con.” Ta cần phải cầu nguyện [tới Bồn Sư] là vì chúng ngộ phụ thuộc vào giáo huấn và gia trì của Đạo sư. Ngay từ đầu chúng ta thỉnh cầu Guru, xin Ngài ban gia trì để ta tu hành đúng chánh Pháp. “Xin hộ trì để tâm con niệm niệm hướng đạo Pháp”. Câu này rất quan trọng vì việc tâm của người tu luôn theo đúng con đường của chánh Pháp là rất quan trọng. Tâm của chúng ta nhiều lúc không hướng về Pháp mà hướng về luân hồi.

Nó thường không ở môi trường của Pháp, mà ở trong môi trường của luân hồi. Vì vậy, điều quan trọng là nó phải hướng theo đúng chánh Pháp.

Tiếp theo, “Xin hộ trì để pháp tu của con đúng Chánh đạo”. Pháp tu của chúng ta thường biến chất thành ‘dorm’. Dorm bởi vì chúng ta lạm dụng Pháp, chúng ta sử dụng Pháp cho mọi thứ trên đời, chúng ta sử dụng Pháp cho luân hồi. Chúng ta lợi dụng Pháp để kiếm tiền, để kinh doanh, để dính mắc vào tha nhân v.v... Như vậy không tốt. Cách tu đúng đắn nhất là đưa pháp của ta theo đúng đạo lộ [giải thoát]. Đưa pháp của ta theo đúng đạo lộ có nghĩa là hành động của ta sẽ đúng Pháp nhờ hạnh xả ly, nhờ sức mạnh Pháp Bảo. Trong cốt tủy, Pháp là không dính mắc, nhưng vì tham luyến quá nhiều thứ, ta lạm dụng Pháp để tăng thêm tham luyến. Đây không phải là cách tu đúng đắn.

*“Cầu nguyện tốt là ý nghĩa bên trong
và lời tụng bên ngoài phải hòa nhập với nhau làm một.”*

Trang 8. Thực hành trọn vẹn bốn niệm chuyển tâm xả bỏ luân hồi và tu luyện tâm. Đó là những gì Thầy luôn luôn nhắc nhở và sáng nay Thầy cũng đã nhắc. Điều này

rất quan trọng, và đây là nhân duyên chính yếu giúp chúng ta nuôi hạnh xả ly chân thực, trở thành hành giả chân thực, thực hành Pháp chân thực. Điều này rất quan trọng. Đây là cách tốt nhất để tu luyện tâm.

“Tu luyện tâm” có nghĩa là khi tụng những dòng kệ này, phải đồng thời nghĩ về ý nghĩa của chúng. Khi nói: “Con có được thân người quý báu với tự do thuận duyên” thì phải hiểu rằng thân người này là rất khó gặp. Phải hiểu thực tại đó. Hiểu được đời người có lợi lạc gì. Một khi hiểu được giá trị đời người thì ta muốn sử dụng nó [đúng đắn]. Ta không muốn uổng phí may mắn này. Cuộc đời này có ý nghĩa nhiều nhất, theo lời Phật dạy, khi việc tu hành không chỉ giải thoát bản thân mà còn lợi lạc chúng sinh. Đây là ý nghĩa duy nhất, quan trọng nhất của đời người. Cần phải vừa đọc vừa nghĩ về ý nghĩa này, vừa thiền định. Thiền định có nghĩa là tập trung vào ý nghĩa của một cái gì đó. Đó là thiền định. Thiền định về bốn niệm chính yếu, bốn phương pháp chính yếu. Điều này rất quan trọng.

Có câu nói: “Ý nghĩa giống như một người già và dòng kệ giống như chiếc gậy. Ông lão phải dựa vào chiếc gậy để đứng vững.” Điều đó có nghĩa là mỗi chữ đều có ý nghĩa và mỗi chữ đều có thể nhắc ta về điều gì đó. Khi chúng ta tụng, điều quan trọng nhất là phải suy nghĩ, phải nhớ ý



“Điều quan trọng là phải tu đúng ngay từ đầu.”

nghĩa chứa đựng trong câu chữ. Vì vậy, bản kinh luôn luôn quan trọng, vì chúng giúp ta nhớ những điều quan trọng. Không có câu chữ [được viết ra] thì Thầy tin rằng chúng ta không thể nhớ tất cả mọi thứ được nhắc tới ở đây. Vì vậy các bản kinh này nhắc ta nhớ nhiều điều quan trọng và là nguồn đáng tin cậy để ta nhớ đến Pháp.

Khi cầu nguyện thì phải cầu nguyện với sự hiểu biết, phải ghi nhớ ý nghĩa cùng với lời tụng. Đó là cầu nguyện tốt. Một lời cầu nguyện dở thì rỗng tuếch, không có ý nghĩa gì cả. Tâm bạn nghĩ tới một thứ gì khác. Tâm bạn trống rỗng, mịt mờ, không có gì để nhớ, còn miệng thì lặp đi lặp lại một cái gì đó. Ý nghĩa và ngôn từ hoàn toàn tách rời nhau. Đó là cầu nguyện dở. Cầu nguyện tốt là ý nghĩa bên trong và lời tụng bên ngoài phải hòa nhập với nhau làm một.

“Bất cứ lúc nào, bất cứ pháp tu nào, điều quan trọng là ngay từ đầu phải thực hành quy y Tam Bảo.”

Phần hai, trang 10. Phần thứ nhất được gọi là *ngoại ngondro*. Về căn bản, trong ngoại ngondro, người tu cố gắng hiểu ý nghĩa thực sự của luân hồi. Luân hồi là gì, giải

thoát là gì, làm sao để có tâm xả ly? Và khi hiểu rõ thực tại được dạy trong ngoại ngondro thì chúng ta sẵn sàng để trở thành một người tu Pháp chân thực. Khi đó ta phải quy y Tam Bảo. Nếu một người muốn theo con đường Đại Thừa thì người đó phải phát triển Bồ Đề Tâm. Phần thứ hai được gọi là *nội ngondro*. Có tất cả bốn tích tụ. Để tích lũy nhiều công đức chúng ta cần phải trải qua tất cả các giai đoạn này. Nhờ tu qua tất cả các giai đoạn này hành giả mới có thể có thể tích lũy nhiều công đức.

Phần thứ nhất của nội ngondro là quy y Tam Bảo. Quy y Tam Bảo là con đường duy nhất để trở thành hành giả Phật giáo tốt. Không quy y Tam Bảo thì không có cách gì bước vào cánh cửa Phật pháp, vì vậy điều này rất quan trọng và luôn luôn quan trọng. Bất cứ lúc nào, bất cứ pháp tu nào, điều quan trọng là ngay từ đầu phải thực hành quy y Tam Bảo. Phần tiếp theo là phát Bồ Đề Tâm. Bồ Đề Tâm là nguyên nhân tối quan trọng để đạt Phật quả. Vì vậy cần trưởng dưỡng Bồ Đề Tâm.

*“Không tịnh hóa, không tích lũy công đức
thì việc thấy tánh khó thực hiện được.”*

Phần thứ ba là thực hành Kim Cang Tát Đỏa. Kim Cang Tát Đỏa là vị Phật có phẩm tánh đặc biệt: sức mạnh tịnh hóa ác nghiệp, cấu uế của hành giả. Kim Cang Tát Đỏa ban cho hành giả năng lực tự tịnh hóa bản thân. Cách thực hành pháp Kim Cang Tát Đỏa được hướng dẫn ở đây không phức tạp. Về quán tưởng thì việc này đòi hỏi thời gian. Phải hành trì rất siêng năng với sự kiên nhẫn, với chánh niệm. Rồi quán tưởng sẽ tiến bộ và cuối cùng sẽ trở thành cảnh giới rất hiệu quả, rõ ràng.

Chúng ta nói rằng Kim Cang Tát Đỏa có năng lực lớn hơn các bản tôn khác trong việc tịnh hóa. Kim Cang Tát Đỏa tụng lời phát nguyện nhiều hơn vì vậy Ngài trở thành một bản tôn rất hùng mạnh, hữu ích, từ bi và trí tuệ, để giúp chúng sinh thành tựu. Cái gì là nguyên nhân chính trở ngại chúng ngộ? Chương ngại chính yếu là mê mờ che chướng: tâm loạn động, phiền não, chấp vào các pháp là thực.

Hành giả tu tịnh hóa bản thân với bốn sức mạnh được nhắc tới trong các bản kinh. Bốn sức mạnh này có tác dụng rất lớn giúp tịnh hóa bản thân. Nếu không có pháp tu này thì chúng ta mất rất nhiều thời gian để tịnh hóa ô nhiễm. Tuy nhiên với pháp Kim Cang Tát Đỏa ta có thể tịnh hóa

nhanh hơn so với các pháp khác. Chúng ta cần phải thấy rằng mình rất may mắn có được pháp tu này.

Có hai chướng chính yếu khiến chúng ta lăn lóc luân hồi, không được giải thoát. Thứ nhất là phiền não chướng, thứ hai là sở tri chướng. Hai loại chướng này tạo nên luân hồi và vọng tưởng. Và từ đó mà tất cả vắn nạn của luân hồi nảy sinh. Để giải thoát khỏi luân hồi phải chặt đứt gốc rễ của nó. Cách tốt nhất để chặt đứt gốc rễ này là trực nhận chân tánh của mình. Không tịnh hóa, không tích lũy công đức thì việc thấy tánh khó thực hiện được. Vì vậy, tu pháp Kim Cang Tát Đỏa để tịnh hóa là con đường tốt nhất, ngắn nhất để đạt chứng ngộ.

*“Khi hành giả đoạn trừ được tham luyến bám chấp
thì trí tuệ tăng trưởng.”*

Phần thứ tư được gọi là *Cúng dường Mạn đà la*. Mạn đà la là gì? Ở đây Mạn đà la có nghĩa là đạt tới cốt tủy. Làm sao để đạt tới cái cốt tủy bằng tu pháp mạn đà la? Cốt tủy của pháp tu này là tích tụ. Có hai tích tụ: tích tụ công đức và tích tụ trí tuệ. Và cốt tủy của hai cốt tủy này là chứng ngộ. Không có tích tụ thì không đủ công đức, không đủ trí

tuệ để chứng tánh Không. Vậy nên tu pháp cúng dường mạn đà la cho ta sức mạnh đạt tới cái cốt tủy, để trực nhận tánh Không. Ý nghĩa của pháp tu này là hành giả sẵn sàng cúng dường tất cả mọi thứ mình có lên Tam Bảo, Guru, Tam Căn, Tam Thân. “Con dâng các Ngài không tiếc nuôi/vô lượng cúng dường cõi Tam Thân.” Điều này có nghĩa là ta cúng dường tất cả, không nuôi tiếc, không do dự. Con hoan hỷ cúng dường thân, khẩu, ý, đức, hạnh và tất cả những gì thuộc về con lên Tam Bảo, nhờ tín tâm và hạnh bố thí. [Nhờ đó] hành giả có được đức hạnh đoạn trừ tham luyến, bám chấp. Khi hành giả đoạn trừ được tham luyến bám chấp thì trí tuệ tăng trưởng. Vì trí tuệ đối nghịch tham luyến, nên khi đoạn diệt được tham luyến thì hành giả làm tăng mặt đối lập là trí tuệ.

“Cuối cùng, hành giả tan hòa vào tâm của Guru rồi an trụ trong thực tại đó, chân tánh đó, cảnh giới đó, trí tuệ đó.”

Đó là phần hai, hay còn gọi là *nội ngondro*. Hai phần này (ngoại ngondro và nội ngondro) vẫn còn là thực hành ngondro, thực hành tiên yếu. Ở đây có một điều quan trọng cần nhớ là phải thấy tất cả là Bản tôn, kể cả Kim Cang Tát

Đũa, chính là Bản sư của mình. Phải thấy Tam Bảo, Bản tôn, Đàn tràng Quy y, chư Đạo sư là hiện thân của Bản sư. Phải thấy Phật, Pháp, Tăng là hiện thân của Bản sư. Đây là điều quan trọng cần ghi nhớ. Khi quán tưởng Kim Cang Tát Đũa trên đỉnh đầu thì Ngài có cùng bản chất với Guru của mình, bất khả phân.

Phần ba, thực hành chính, là Guru Yoga. Ở đây có mấy phần: quán tưởng mình là Kim Cang Du Già Thánh Nữ và quán tưởng Guru Rinpoche trên đỉnh đầu mình. Rồi thỉnh cầu Guru Rinpoche nhập vào giới thể tôn (bổn tôn được quán tưởng), và thực hành cúng dường bảy nhánh. Nhờ tu pháp cúng dường bảy nhánh, ta tích lũy rất nhiều công đức. Sau đó ta trì tụng minh chú Đạo Sư. Trì tụng chú Đạo sư tạo vô lượng công đức và có sức mạnh dẹp trừ chướng ngại trên đạo lộ, cũng như chướng ngại trong cuộc sống; ví dụ như chướng ngại đối với sức khỏe, tài bảo và vân vân. Sau đó thọ nhận bốn quán đánh từ Guru Rinpoche để tự gia trì.

Cuối cùng, hành giả tan hòa vào tâm của Guru rồi an trụ trong thực tại đó, chân tánh đó, cảnh giới đó, trí tuệ đó. Đó là cách thực hành Guru Yoga và thực hành này rất quan trọng. Người tu sơ cơ bước đầu sẽ không có cảm nhận và không thấy nó có hiệu quả. Tuy nhiên, sau một thời gian

nếu người đó tiếp tục thực hành thì sẽ nhận được gia trì. Chính nhờ pháp tu này, hành giả có thể tiến bộ trên đạo lộ.

“Chúng ta nói “Phật, Phật, Phật” nhưng khi chết chúng ta không nhớ nổi tên Phật. Điều đó rất phổ biến.”

Mọi người thỉnh cầu Thầy ban khẩu truyền nhưng Thầy nghĩ rằng đa số mọi người ở đây không thực sự thực hành miên mật, mà chỉ một số ít người [có thực hành]. Vì vậy Thầy cho phép quý vị thực hành [các pháp này]. Thầy không phải đọc [các bản kinh] cho mọi người, nhưng trong tâm Thầy đã đọc cho quý vị; cho những ai chân thành muốn thực hành. Như vậy có được không?

Vì có nhiều người thực hành Kim Cương Thừa, và có đức tin vào các phương tiện của Pháp, và đây là hai mạn đà la. Mạn đà la này gọi là *Mạn đà la Giải thoát*. “Giải thoát” có nghĩa là khi ai đó chết, nếu đặt nó lên ngực thì có thể giúp cho thân thức vắng sanh Tịnh Độ Cực Lạc hoặc được giải thoát. Đó là giáo huấn rất quan trọng được dạy trong Giáo lý Shitro. Mạn đà la thứ hai được gọi là *Giải thoát Cả Thành Phố*. Nếu bạn treo nó trong nhà mình thì sẽ làm



“Cát nhiên, phẩm chất thứ ba là tinh tấn. Bởi vì khi ta không nỗ lực tu hành, thì sẽ không đi tới đâu cả, thậm chí cho dù bạn có hiểu biết và kiến thức.”

lợi lạc cho rất nhiều người xung quanh. Đó là những gì lợi lạc cho các bạn và khiến các bạn quan tâm.

Minh chú nhỏ này cũng tốt. Thậm chí một chủng tự thôi cũng tốt. Minh chú ấy đã bao gồm ở đây rồi. Như vậy là đã rất nhiều. Thầy đã nói quá nhiều rồi. Bây giờ các bạn đã quên hết cả rồi, Thầy tin như vậy.

Chúng ta có một bản tánh rất đặc biệt là dễ quên những thứ quan trọng. Luôn luôn giữ những gì bé nhỏ và gần với mình, luôn luôn nhớ những thứ đó. Còn những thứ khác [quan trọng] thì chúng ta rất dễ quên.

Lý do mà Thầy nói vậy là vì chúng ta nói “Phật, Phật, Phật” nhưng khi chết chúng ta không nhớ nổi tên Phật. Điều đó rất phổ biến.

Đó là bản tánh của chúng ta, biết làm sao được. Có đúng không?

Việc luyện tâm là cần thiết. Nếu bạn luyện tâm rất tốt thì cuối cùng chúng ta có thể chuyển hóa nó. Nếu không tu luyện tâm mình, thì chúng ta sẽ không đi đến đâu hết. Vì vậy luyện tâm là rất quan trọng.

Bây giờ chúng ta thực hành cúng Tsok. Thầy sẽ làm rất nhanh và rất ngắn gọn. Thầy sẽ nói một điều gì đó để

tiết kiệm thời gian và kết thúc sớm; để các bạn có thể về nhà và Thầy cũng có thể về nhà.

*“Bất cứ điều gì Thầy nói, Thầy đều nói với tâm chân thật.
Vì vậy, đôi khi một vài lời nói [của Thầy]
nghe không được êm tai cho lắm.”*

Bốn ngày vừa qua, Thầy đã nói nhiều điều quan trọng. Thầy nhắc lại những điểm rất quan trọng đối với con đường tu của các bạn. Thầy hy vọng các bạn sẽ cố gắng ghi nhớ và thực hiện đúng.

Mục đích chúng ta theo Phật là để thành người tốt hơn trong kiếp này và kiếp mai sau. Thế nhưng vấn đề của chúng ta là ở chỗ chúng ta còn rất nhiều bất tịnh và nghiệp chướng trong tâm. Nếu các bạn không cố gắng tịnh hóa, sám hối thì có rất nhiều khả năng chúng ta sẽ tái sinh trong các cõi thấp ở kiếp sau. Vì vậy, hãy làm sao để chắc chắn rằng điều đó không xảy ra. Hãy cố gắng để sao cho mình chắc chắn không bị đọa lạc. Điều này rất quan trọng.

Khi Thầy giảng pháp, ở tất cả mọi nơi chứ không riêng ở đây, Thầy dạy tất cả những gì là Giáo lý [Phật]. Thầy có

nói và có chỉ ra một số vấn đề. Và Thầy đã không hề ngần ngại, e dè mà cố gắng hết sức trung thực; dạy mọi người một cách trung thực. Bất cứ điều gì Thầy nói, Thầy đều nói với tâm chân thật. Vì vậy, đôi khi một vài lời nói [của Thầy] nghe không được êm tai cho lắm. Nhưng rất cần thiết phải làm như vậy. Chúng ta không nên khen ngợi, tán dương nhau trước mặt và lúc nào cũng nói “tốt, tốt, tốt”, mà chúng ta cần phải thấy lỗi lầm, sai sót. Vì vậy, trung thực là điều quan trọng!

“Thầy không có một oai lực nào để ban cho các bạn, ngoài trừ các bạn nghe lời Thầy và áp dụng đúng ý nghĩa lời Thầy nói.”

Chúng ta có thể kết thúc chương trình ở đây. Mọi người đã cố gắng để tới đây, các bạn đã nỗ lực nhiều, các bạn đã bỏ ra nhiều công sức, thời gian, tiền của để tới đây nghe Pháp. Vì vậy, nỗ lực của các bạn sẽ có ý nghĩa. Để nó có ý nghĩa, các bạn cần phải cố gắng nhiều hơn, cần phải tiếp tục. Chúng ta nói rằng nỗ lực liên tục chính là yếu tố đem lại thành công. Vì vậy, điều quan trọng là phải tiếp tục thực hành để hoàn thiện các nỗ lực và giới hạnh của

mình. Thầy xin cảm ơn những người tham gia công việc tổ chức, nhà chùa, chư tăng ni và cộng đồng Phật tử ở đây. Tất cả mọi người đều rất tốt, rất nồng hậu. Vì vậy Thầy rất biết ơn.

Thầy không có gia trì nào để ban cho mọi người. Thầy không có một oai lực nào để ban cho các bạn, ngoại trừ các bạn nghe lời Thầy và áp dụng đúng ý nghĩa lời Thầy nói. Cách duy nhất để Thầy lợi lạc mọi người là chuyển thông điệp của Đức Phật, giải thích ý nghĩa Giáo lý và thực tại của vạn pháp. Đó là cách duy nhất Thầy có thể giúp các bạn, lợi lạc cho các bạn và ban gia trì. Chính Đức Phật cũng nói như vậy: “Nếu quý vị nghe tôi, nếu quý vị áp dụng giáo lý của tôi đúng đắn thì sẽ nhận được gia trì của tôi. Tôi không có chứng ngộ nào để truyền cho quý vị cả.”

Tất nhiên bản thân Thầy không là gì cả. Nhưng điều này rất quan trọng. Bởi vì tất cả mọi người đã bỏ ra rất nhiều thời gian. Thầy đã dạy rất nhiều và các bạn nghe rất nhiều. Giờ đây các bạn phải cùng nhau ghi nhớ ý nghĩa [của giáo huấn]. Thầy khuyên các bạn hãy cùng nhau hỗ trợ các chùa chiền địa phương của các bạn, nơi các bạn tới sinh hoạt, và phụng sự cộng đồng tăng ni với tâm thành tín. Như vậy tín tâm của các bạn là điều rất quan trọng, là hành vi rất tốt đẹp. Xin hãy làm như vậy. Thầy sẽ tụng ít lời

còn các bạn nghĩ thâm trong tâm, chúng ta cùng hồi hướng
vì giải thoát, vì hạnh phúc của tất cả hữu tình chúng sinh.

(Hết bài giảng ngày 16/10/2018 tại Chùa Súi)

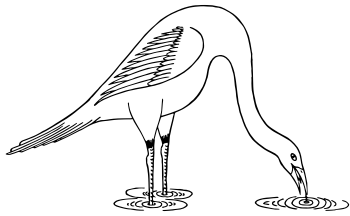
--

*Xem bản tiếng Anh (dưới bản Việt dịch) do Lotsawa (Hiếu Thiện) chép:
www.lienhoaquang.com/loidaosu-q4-01*

MP3 chiều 16.10.2018: www.lienhoaquang.com/loidaosu-q4-01-mp3



“Đôi chân đưa chúng ta đi khắp nơi và
đôi chân cũng đưa chúng ta vào bệnh viện.”



LÝ NHÂN DUYÊN VÀ BẤT BẠO ĐỘNG: Kiến và Hành của Phật Giáo

*“Cái làm cho thiện hạnh thật sự là thiện hạnh
chính là do động cơ thanh tịnh.”*



Tất cả mọi người tham gia lễ hội này đã tới đây với những động cơ khác nhau, những nỗ lực khác nhau. Nếu không có động cơ, không có nhân duyên thì có lẽ các bạn đã không ở đây vào lúc này. Nhưng có nhiều duyên, nhiều nhân đã đưa các bạn tới đây – những động cơ và nỗ lực của các bạn – cho nên các bạn đang hiện diện ở đây. Đó là kết quả của nghiệp, của các nhân duyên. Do bởi chúng ta cùng chung nghiệp này – cùng tụ hội nơi đây – nên chúng

ta sẽ cố gắng làm cho mọi thứ có ý nghĩa, biến nó thành thiện hạnh.

Đạo Phật là một tôn giáo hết sức nỗ lực để hiểu tâm. Vì vậy nó có vẻ duy tâm. Chúng ta có thể nói rằng nó có vẻ duy tâm. Chúng ta đặt động cơ ở vị trí trung tâm, lấy động cơ làm nhân vật chính của tất cả mọi thứ. Tất nhiên, *kiến* và *hành*, trong khuôn khổ tư tưởng này của Phật Giáo, có nghĩa là cố gắng đạt tới một quả lành, cố gắng tạo lập thiện hạnh. Cái làm cho thiện hạnh thật sự là thiện hạnh chính là do động cơ thanh tịnh. Bởi vì chúng ta là những người rất bình phàm nên động cơ của chúng ta có thể không thù thắng, có thể không hoàn hảo. Nhưng chúng ta phải cố gắng hoàn thiện động cơ, làm cho động cơ của mình trong sáng bằng cách tu luyện tâm, bằng hiểu biết đúng.

"Chúng ta đặt mình vào nơi tốt nhất, vào vị trí trung tâm và nỗ lực làm bất cứ điều gì có thể làm được cho bản thân."

Cái gây nên tất cả những bất ổn, hiểu lầm, khổ đau là cái tâm có tên "ích kỷ". Vì bản chất của chúng ta là bình phàm nên chúng ta là những người rất vị ngã. Chúng ta đặt

mình vào nơi tốt nhất, vào vị trí trung tâm và nỗ lực làm bất cứ điều gì có thể làm được cho bản thân. Chúng ta cố gắng hết sức mình để gây dựng hạnh phúc cho bản thân, làm cho mình được nổi tiếng, giàu có ... v.v. Thế nhưng đây không phải là cách đúng đắn để tạo hạnh phúc cho bản thân, bởi vì khi cái ngã được đặt ở trung tâm thì chúng ta trở nên quá ích kỷ. Vì vậy, hãy tu luyện tâm bằng cách phát triển động cơ Bồ Đề Tâm, nuôi dưỡng tình thương yêu và lòng bi mẫn. Hãy giảm bớt bám chấp mạnh mẽ vào cái ngã. Hãy cố gắng giảm bớt tâm chấp ngã. Hãy cố gắng hiểu rằng điều quan trọng là: phải xem người khác quan trọng, phải nỗ lực làm lợi lạc cho mọi người.

*“Chừng nào bạn còn là một người vị ngã
thì bạn còn nhiều phiền não,
nhiều tham, sân, si, mạn, đố và ... v.v...”*

Bất cứ khi nào, với bất cứ lý do gì, mà ta hành xử một cách vị kỷ thì ta đều đang tạo nên rất nhiều bất ổn, vẩn đục cho bản thân, bởi vì chấp ngã là tư tưởng nhấn mạnh tầm quan trọng của bản thân cá nhân và nó sản sinh ra rất nhiều độc tố, ô nhiễm trong tâm. Ích kỷ là nguyên nhân

chính yếu tạo nên mọi loại cảm xúc tiêu cực, ngu độn hay tam độc. Vì vậy, chừng nào bạn còn là một người vị ngã thì bạn còn nhiều phiền não, nhiều tham, sân, si, mạn, đố và ... v.v...

“Chúng ta luôn thấy cái ngã tồn tại một cách độc lập. Chính vì cái nhìn sai lầm ấy mà chúng ta nuôi dưỡng bám chấp vào tự ngã trong tâm mình, trong tim mình.”

Chúng ta luôn thấy cái ngã tồn tại một cách độc lập. Chính vì cái nhìn sai lầm ấy mà chúng ta nuôi dưỡng bám chấp vào tự ngã trong tâm mình, trong tim mình. Chừng nào chúng ta còn nhìn thấy cái ngã là tự-thân-tồn-tại, độc lập, thì ta vẫn còn tin rằng tất cả mọi thứ thực sự tự-thành. Và chúng ta không cố gắng để thấy chân tánh, thấy thực tại của vạn pháp. Chúng ta cứ tin rằng tất cả mọi thứ là chắc thật.

Vì lý do đó mà chúng ta thấy mọi thứ tồn tại độc lập. Và điều đó tạo nên bám chấp, tham dục rất mạnh. Tham dục có nghĩa là một cái gì đó mà chúng ta tin vào nó và tin rằng một cái gì đó thực sự tồn tại ở đó mãi mãi: nó được

tạo ra bởi chính nó chứ không phải nương vào nhiều nhân duyên, nhiều yếu tố. Đó là cách mà chúng ta thường thấy, thường nghĩ về mọi thứ. Rồi chúng ta phát triển một thứ tập khí, một cách hiểu [cố hữu]: “Đó là cách tôi hiểu. Đó là cách [mọi thứ] tồn tại.” Đó chính là tập khí, là thói quen của chúng ta.

Tuy nhiên, khi Đức Phật chuyển bánh xe Pháp, đặc biệt là bánh xe Pháp Đại Thừa – Bát Nhã Ba La Mật – thì Ngài dạy rằng tất cả vạn pháp tồn tại nương vào nhiều yếu tố, nương vào *nhân duyên tương sinh*. Không có cái gì thực sự tồn tại hay có tự tánh, mà tất cả đều nương theo rất nhiều nhân duyên. Và mọi sự vật, hiện tượng đều không có tự tánh. Tất cả mọi sự vật hiện tượng đều không biết làm sao để sinh ra mà không phải nương vào nhân duyên. Chúng sinh ra nhờ nhiều nguyên nhân, nhiều thành tố, nhiều yếu tố. Điều này được gọi là *nhân duyên tương sinh*. Và một khi ta cố gắng hiểu được cái *kiến* của *lý nhân duyên* thì ta có thể thấy được vạn pháp thực sự tồn tại như thế nào, chúng có loại tự tánh nào, bản chất nào, chúng phát triển như thế nào, sinh ra như thế nào, xuất hiện như thế nào. Khi đó chúng ta sẽ hiểu rõ hơn chúng sinh ra như thế nào, vạn pháp hiện khởi như thế nào.

*“Thứ nhất là kiến, thứ hai là hành.
Kiến của Phật giáo là nhân duyên tương sinh
và hành của Phật giáo là bất-bạo-động.”*

Đạo Phật là gì? Cái gì làm nên đạo Phật? Có hai phần, có hai phương diện quan trọng khiến cho đạo Phật là đạo Phật. Thứ nhất là *kiến*, thứ hai là *hành*. *Kiến* của Phật giáo là *nhân duyên tương sinh* và *hành* của Phật giáo là *bất-bạo-động*. Vì vậy, một người tu Phật giáo, một Phật tử cần phải hiểu được hai phương diện quan trọng này. Người tu cần phải cố gắng hiểu, cố gắng áp dụng hai phương diện này. Thứ nhất là *kiến*: phải hiểu rằng mọi thứ đều sinh ra từ nhân duyên, từ các yếu tố. Thứ hai: bất cứ hành vi nào, bất cứ hành động nào đều phải rất an bình, không được gây hại mà phải an bình, hòa hợp.

*“Rồi khi cái kiến của chúng ta đạt tới một tâm cao,
thì danh vọng, của cải, quan hệ, tất cả những thứ đó
trở nên giống như món đồ chơi.”*



“Thầy rất hạnh phúc về điều này bởi vì thầy có đủ dũng cảm để không dằn dậm chút gì cả. Bởi vì khi có được gì đó thì thầy muốn dùng nó cho tu viện, để tu viện trở thành một nơi đẹp đẽ, hạnh phúc, luôn làm hoan hỉ lòng người ngay cả khi thầy không còn đây nữa.”

Khi ta hiểu rằng không có gì tồn tại tự thân mà phải nương vào nhiều nhân duyên, nhiều thành tố; và khi hiểu điều đó thật rõ ràng thì chúng ta có thể thấy tất cả mọi thứ giống như một giấc mộng. Bởi vì vạn pháp không có tự tánh để sinh ra từ tự tánh của riêng mình. Chúng phải phụ thuộc và nhiều yếu tố, nhiều nhân duyên. Vậy nên, mọi thứ đều giống như một giấc mộng; không phải là thực sự chắc thật mà chỉ giống như một giấc mộng. Vạn pháp sinh rồi diệt. Tất cả vạn pháp dòi dỏi phụ thuộc vào cách chúng ta nhìn mọi thứ. Tùy thuộc vào cái *kiến* của chúng ta vạn pháp sẽ dòi dỏi. Ví dụ, khi còn là những đứa trẻ, chúng ta nhìn mọi thứ rất khác. Đồ chơi là một cái gì đó rất nhỏ bé. Đối với người lớn nó không là gì cả, nhưng đối với người bé, với con trẻ, chúng rất quan trọng. Khi món đồ chơi hỏng nó gây buồn phiền. Nó làm con trẻ khóc, nhưng chắc chúng ta thì cười. Bởi vì chúng ta hiểu rằng nó không quan trọng.

Rồi khi cái kiến của chúng ta đạt tới một tầm cao, thì danh vọng, của cải, quan hệ, tất cả những thứ đó trở nên giống như món đồ chơi. Các bậc hiền thánh thấy chúng ta chỉ là những đứa trẻ; chúng ta chơi đùa như con trẻ. Đó là về *kiến*. Khi *kiến* của chúng ta thay đổi thì vạn pháp đều thay đổi. Không có gì thực sự ở đó mãi mãi, theo một cách

y như vậy, tình huống, giá trị y như vậy, mà mọi thứ thay đổi tùy thuộc vào cách ta hiểu, ta nhìn.

*“Khi tâm hẹp hòi, bé nhỏ
thì bất cứ cái gì cũng trở thành to chuyện.”*

Cần hiểu rằng nguyên nhân chính khiến chúng ta là kẻ bình phàm, là vì chúng ta sở hữu nhiều thứ nhỏ bé, và đầu óc chúng ta rất hẹp hòi, bé nhỏ. Khi tâm hẹp hòi, bé nhỏ thì bất cứ cái gì cũng trở thành to chuyện. Bất cứ cái gì. Giống như đứa trẻ làm to chuyện chỉ vì món đồ chơi bé nhỏ. Nếu chúng ta muốn [tâm mình] lớn hơn, tốt hơn, cao hơn thì cần phải tạo nhiều không gian hơn trong tâm. Làm sao thực hiện điều này? Chúng ta chỉ có thể làm được điều này nhờ hiểu lý nhân duyên. Chỉ có con đường đó. Nếu chúng ta cứ tin rằng mọi thứ thực sự tự-thành, thực sự tồn tại [độc lập] thì không thể nào làm cho tâm chúng ta, *kiến* của chúng ta rộng lớn hơn, mà ngược lại ta chỉ càng bám chấp vào mọi thứ hơn. Tuy nhiên, nếu ta hiểu đúng hơn mọi thứ tồn tại như thế nào, thì chính điều này mở rộng tâm để ta có thể chấp nhận, hóa giải mọi thứ tốt hơn.

Vì vậy, điều quan trọng là chúng ta phải hiểu tri kiến Phật, hiểu thực tánh của vạn pháp.

“Hy vọng đó đem lại rất nhiều sợ hãi trong tâm.”

Khi đặt quá nhiều lòng tin vào mọi thứ, cho rằng mọi thứ bên ngoài thực sự tồn tại, ta thấy cái gì cũng quan trọng, cũng quý giá. Hy vọng đó đem lại rất nhiều sợ hãi trong tâm. Ta nghĩ: “Ồ, tôi sẽ mất nó. Tôi bỏ nó lại, và ai đó sẽ cướp lấy nó.” Rất nhiều lo sợ. Và điều đó gây nên cảm giác bất an trong tâm. Tâm ta không yên ổn, nó phập phồng, trời sục, luôn lo lắng, sợ hãi và ... v.v... Tuy nhiên, khi chúng ta cố gắng hiểu mọi thứ đúng, thì điều này sẽ làm giảm căng thẳng, sợ hãi đi rất nhiều. Bởi vì khi đó ta sẽ không cố gắng nắm giữ một cái gì đó thật chắc, do ta hiểu rằng không thể nắm giữ được gì mãi mãi. Mọi thứ đến rồi đi, tùy thuộc vào nhân, duyên, nghiệp, tùy thuộc vào *kiến* của chúng ta. Vì vậy, điều rất quan trọng là nghiên cứu cốt tủy giáo lý Phật. Cốt tủy của giáo lý Phật đã cho ta nhiều trí tuệ, nhiều lòng tin.

“Phật giáo là một truyền thống bất bạo động. Vì vậy, hành động của chúng ta phải hoàn toàn không gây hại, và trái lại phải rất an hòa, nhẹ nhàng, dịu dàng.”

Thầy đã giải thích chúng ta cần phải có loại *kiến* nào, phải hiểu như thế nào về vạn pháp. Điều này rất quan trọng. Phần thứ hai là *hành bất bạo động*. Phật giáo là một truyền thống bất bạo động. Vì vậy, hành động của chúng ta phải tuyệt đối không gây hại, và trái lại phải rất an hòa, nhẹ nhàng, dịu dàng. Khi chúng ta nói *hành bất bạo động* thì có nghĩa là hành động không chỉ đối với bản thân mà cả đối với người khác. Hành động phải luôn luôn an hòa, đó là lời Phật dạy. Vì vậy, chúng ta phải có một phương cách tốt để tạo nên hành bất bạo động. Cũng lại [phải đề cập tới] động cơ ở trong tâm. Để có thiện hạnh thì tâm phải thiện lành. Phải có tâm rất trong sáng, rất tốt lành thì mới làm được việc thiện, tạo được cử chỉ đẹp.

Chúng ta phải học cách tu tâm từ bi, tâm Bồ Đề để sao cho hành động của chúng ta chân thật hơn, nhẹ nhàng, an hòa hơn. Với động cơ là tâm bi, hành vi bất bạo động, hành vi thiện lành sẽ rất tốt đẹp. Cốt tủy tám vạn bốn ngàn

pháp môn Phật trao truyền là động cơ giác ngộ, Bồ Đề Tâm. Bồ Đề Tâm là trung tâm của giáo lý Phật đà, Bồ Đề Tâm là nhân tốt nhất, duyên tốt nhất để bất cứ ai đang tu luyện tâm có thể tạo thiện hạnh, thực hiện hành vi bi mẫn chân thực.

Bất cứ pháp tu, hay thiện hạnh nào ta đang làm đều không được quên lòng bi mẫn và tâm Bồ Đề. Chỉ bằng cách đó ta mới có thể làm được một cái gì đó chân thực, có ý nghĩa, thực sự lợi lạc tất cả, trong đó có bản thân. Khi ta quên động cơ giải thoát, khi tu hành nhưng đánh mất cái cốt tủy của việc tu, thì ta sẽ không đạt được kết quả tốt như mong muốn. Vì vậy, điều rất quan trọng cần ghi nhớ: phải tu luyện tâm bằng động cơ giải thoát, giác ngộ.

*“Để nuôi lớn tâm Bồ Đề, hạnh xả ly ...
người tu phải nhìn thấy những bất ổn, những khổ đau,
những vấn nạn đang tồn tại trong xã hội.”*

Để phát triển tâm xả ly, tâm bi mẫn, tâm Bồ Đề, chúng ta không phải tìm kiếm xa xôi, mà có thể thực hành điều này bất cứ nơi nào ta hành động. Ví dụ, đức Phật Thích Ca Mâu Ni tu dưỡng Bồ Đề Tâm khi Ngài ở cõi Địa Ngục.

Và Đức Phật Thích Ca Mâu Ni tu dưỡng hạnh xả ly khi Ngài sống trong xã hội. Để nuôi lớn tâm Bồ Đề, hạnh xả ly thì điều quan trọng là người tu phải nhìn thấy mọi thứ trong xã hội, phải nhìn thấy những bất ổn, những khổ đau, những vấn nạn đang tồn tại trong xã hội. Nếu không thấy được điều này, nếu không biết được điều này, thì ta không có khát khao muốn tu dưỡng động cơ ấy. Còn nếu ta nhìn thấy những vấn nạn như vậy, những sự việc như vậy thì ta sẽ hiểu: “Đây không phải là cái ta mong muốn. Đây không phải là giá trị ta muốn đạt được. Chắc chắn phải có một cái gì đó tốt hơn, trong sạch hơn, ý nghĩa hơn.” Và khi đó ta sẽ nỗ lực tư duy, quán chiếu.

*"Chúng ta không làm gì cả, mà cứ tiếp tục
làm những gì chúng ta vẫn đang làm bao lâu nay."*

Tuy nhiên, hầu như không có hy vọng gì là chúng ta có thể phát triển [khát khao đó], bởi vì chúng ta không [thường] tư duy, quán chiếu. Chúng ta không biết, và ta nghĩ cứ rằng mọi thứ xem ra ổn cả, mọi thứ xem ra hoàn hảo. Chúng ta không làm gì cả, mà cứ tiếp tục làm những gì chúng ta vẫn đang làm bao lâu nay. Thế nhưng, nếu

ta nhìn thấy rất nhiều bất ổn thì điều đó sẽ khiến ta có một cách suy nghĩ khác. Đó là một phương cách rất tốt để chúng ta hiểu thực tại của xã hội, thực tại của luân hồi.

(Hết trích đoạn bài giảng sáng 19/10/2018 tại Chùa Vĩnh Nghiêm)

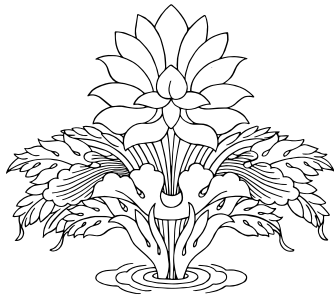
--

*Xem bản tiếng Anh (dưới bản Việt dịch) do Lotsawa (Hiếu Thiện) chép:
www.lienhoaquang.com/loidaosu-q4-02*

MP3 sáng 19.10.2018: www.lienhoaquang.com/loidaosu-q4-02-mp3



"Mọi người ngày càng tăng trưởng tín tâm [với thầy] và đặt sự tin cậy vào thầy nhiều hơn so với trước kia, khi mọi thứ mới bắt đầu. Mọi người ở đây - bao gồm cả chư tăng, chư ni, chư yogi - có kiến thức nền tảng về Pháp tốt và hiểu rõ cần phải tâm cầu đạo sư gốc như thế nào. "



BA TÁNH ĐỨC CẦN CÓ CỦA MỘT BẠC ĐẠO SƯ: Ba Phẩm Chất Một Đệ Tử Cần Có

“Điều rất quan trọng là phải theo một đạo sư tốt, đầy đủ tánh đức. Một đạo sư tốt cần phải thông tuệ giáo lý, giới hạnh thanh tịnh, có chứng nghiệm tốt.”



Đối với người tu Phật Giáo, điều quan trọng là phải thực hành đầy đủ cả ba pháp: *văn, tư, tu* thường được nhắc tới. Người tu phải hoàn hảo cả ba pháp tu chính yếu này để thành tựu Phật quả. Trong việc tu hành hàng ngày chúng ta phải áp dụng [ba] phương tiện này. Chúng ta phải đưa vào thực tập (tu) hàng ngày tất cả những gì ta học hỏi được, biết được (văn, tư). Ví dụ, nói về *văn, tư* – nếu bạn không

ngiên cứu, học tập thì sẽ không biết cách thực hành bất cứ pháp tu nào. Nếu bạn nghiên cứu một pháp môn cụ thể nào đó thì bạn sẽ có thể thực hành pháp đó có hiệu quả. Tóm lại, chỉ bằng việc học hành như vậy, chúng ta mới có thể hành trì đạt kết quả tốt. Lấy ví dụ, pháp Tara Xanh – chúng ta phải học giáo lý trước rồi mới bắt tay vào thực hành. Không có giáo huấn về một thực hành nào đó thì khó mà hiểu và hành trì có hiệu quả. Vì vậy, việc học giáo lý là rất quan trọng.

Điều rất quan trọng là phải theo một đạo sư tốt, đầy đủ tánh đức. Một đạo sư tốt cần phải thông tuệ giáo lý, giới hạnh thanh tịnh, có chứng nghiệm tốt. Ba phẩm chất này làm nên một vị đạo sư tốt. Không có các phẩm chất này thì khó mà trở thành một vị đạo sư tốt. Không có một bậc đạo sư tốt dẫn dắt thì khó có thể đi theo con đường đúng đắn. Vì vậy, điều rất quan trọng là người tu phải có đạo sư tốt.

“Đạo hạnh tốt có nghĩa là trung thực, và đạo hạnh kém là không trung thực, dối trá. Vì vậy đạo hạnh tốt, kỷ luật tốt thậm chí còn quan trọng hơn cả kiến thức và hiểu biết tốt.”

Sự hiểu biết, kiến thức là phẩm chất quan trọng của

một bậc đạo sư để dẫn dắt người tu đi trên con đường đạo. Vì vậy, sự hiểu biết là rất quan trọng. Khi một người nào đó không thông tuệ giáo lý, không biết phải dạy thế nào, phải dẫn dắt đệ tử thế nào thì đó là điều rất tồi tệ.

Tuy nhiên đó không phải là điều kiện duy nhất để trở thành một đạo sư tốt. Như Thầy đã nói trước đây, đạo hạnh tốt là rất quan trọng, thậm chí còn quan trọng hơn cả sự hiểu biết đầy đủ, đúng đắn. Đôi khi những người thông minh, hiểu biết giáo lý lại có thể gây nhiều chuyện không tốt. Họ có thể nói dối, lừa phỉnh mọi người bởi vì họ rất khôn ngoan, khéo léo, nhưng đạo hạnh thì không tốt. Đạo hạnh tốt có nghĩa là trung thực và đạo hạnh kém có nghĩa là không trung thực, dối trá. Vì vậy đạo hạnh tốt, kỷ luật tốt thậm chí còn quan trọng hơn cả kiến thức và hiểu biết tốt.

“Khi không có trải nghiệm, chứng ngộ về đạo lộ, về giáo lý thì tâm vẫn còn rộng cạn, không có sức mạnh. Khi đó tâm vẫn chưa đạt tới điểm rốt ráo của Pháp.”

Lại nữa, trải nghiệm là yếu tố rất quan trọng, bởi vì nếu một người có hiểu biết, kiến thức, có đạo hạnh tốt nhưng không tu trì đầy đủ thì sẽ không có trải nghiệm,

chúng ngộ gì cả. Khi không có trải nghiệm, chúng ngộ về đạo lộ, về giáo lý thì tâm vẫn còn rộng cạn, không có sức mạnh. Khi đó tâm vẫn chưa đạt tới điểm rốt ráo của Pháp. Pháp đối với người đó vẫn còn xa vời, Pháp vẫn chưa thực sự có hiệu lực, sức mạnh đối với tâm [người đó]. Tâm [người đó] vẫn còn rộng cạn, vẫn còn bình phàm, chưa được điều phục, mặc dù người đó có đạo hạnh tốt, hiểu biết, kiến thức tốt.

“Khi chưa chứng ngộ chân tánh thực tại, chưa đạt tới liễu nghĩa của giáo lý, thì cho dù người thầy rất thông minh, người đó cũng không thể dạy đệ tử, không thể làm lợi lạc được nhiều cho đệ tử.”

Như vậy, ba phẩm chất này rất quan trọng. Thứ nhất là hiểu biết, kiến thức, thứ hai là giới hạnh, và thứ ba là trải nghiệm, chứng ngộ. Ý nghĩa thực sự của phẩm chất chứng nghiệm là công phu thiền định thật nhiều, hết sức nỗ lực công phu thiền định để tự hoàn thiện mình trên đạo lộ. Khi một ai đó, một đạo sư nào đó tu trì nhưng không đạt được các trải nghiệm thì người đó không có chứng ngộ thực sự. Khi chưa chứng ngộ chân tánh thực tại, chưa đạt tới liễu

nghĩa của giáo lý, thì cho dù người thầy rất thông minh, người đó cũng không thể dạy đệ tử, không thể làm lợi lạc được nhiều cho đệ tử. Trái lại, khi một bậc thầy dạy chúng ta với trải nghiệm và chứng ngộ riêng của mình thì sự dạy dỗ đó sẽ hiệu quả hơn nhiều, có lực giá trị lớn hơn nhiều, có sức mạnh lớn hơn nhiều. Việc dạy dỗ đó thực sự lợi lạc cho mọi người, giúp người ta hiểu được giáo lý. Tuy nhiên, rắc rối nằm ở chỗ có nhiều vị thầy, bao gồm cả bản thân Thầy, không có đầy đủ hiểu biết, trải nghiệm, chứng ngộ và tri kiến đúng đắn.

Vì vậy, những lời dạy của họ hầu như chỉ là những cuộc nói chuyện rỗng rạc. Nhưng đối với các bạn, cần phải tìm được vị đạo sư có đầy đủ những tánh đức mà Thầy đã nhắc tới: hiểu biết, đạo hạnh, trải nghiệm và chứng ngộ. Điều này rất quan trọng. Khi chúng ta nói trải nghiệm hay chứng ngộ thì “chứng ngộ” có nghĩa là trực chứng chân tánh của vạn pháp, tánh Không, vô ngã, vô thường – đây chính là thực tại của vạn pháp. Còn “trải nghiệm” về căn bản có nghĩa là một người đã công phu tu hành rất thâm hậu trên đường đạo để trưởng dưỡng các tánh đức: từ, bi và Bồ đề tâm. Khi đó người thầy thực sự có tâm bi mẫn. Không phải từ bi nơi cửa miệng, trong lời

nói, mà là từ bi trong con tim, trong tâm. Đây là một phẩm chất rất quan trọng.

“Phẩm chất quan trọng đầu tiên để làm một đệ tử tốt là đức tính trung thực.”

Khi nói rằng phải hiểu những tánh đức cần có của một vị Thầy, thì đồng thời người đệ tử cũng cần phải có một số phẩm chất và năng lực trí tuệ. Nếu không như vậy thì người đệ tử cũng không thể nhận ra được ai là vị đạo sư có đầy đủ tánh đức, ai là không. Phẩm chất quan trọng đầu tiên để làm một đệ tử tốt là đức tính trung thực. Đức tính trung thực rất quan trọng. Đối với đệ tử, điều rất quan trọng là phải trung thực.

Đôi khi có những người đệ tử, mặc dầu họ có hiểu biết, thế nhưng họ lại không thể phân biệt được rõ đâu là tốt, đâu là xấu khi tiếp cận người nào đó. Có lẽ bởi vì người đó rất gần gũi, thân thiết với họ, là người mà họ có những thân cận nào đó. Chính vì vậy mà người ta không muốn nói gì cả, không hề làm gì hết, ngay cả khi người ta nhìn thấy có cái gì đó không được đúng đắn lắm ở con người đó, ở cái ông “thầy” đó.



" Ước hết hãy nghiên cứu, học tập.
Nếu bạn thấy tốt bởi vì bạn đã tìm hiểu, bởi vì bạn thấy
nó đúng sự thật, thì khi đó hãy làm theo lời Phật dạy. "

Đôi khi, thậm chí họ thấy một vị đạo sư rất tốt, đầy đủ mọi tánh đức, thế nhưng vì tâm họ không trung thực, nên họ không muốn chấp nhận, họ không cố gắng để đánh giá đúng và trân quý những tánh đức đó. Vì vậy, đức tính trung thực là phẩm chất đầu tiên để làm một người đệ tử tốt.

*“Chúng ta cần phải theo chân một bậc đạo sư
với sự hiểu biết và thông minh.”*

Phẩm chất thứ hai là hiểu biết và kiến thức. Người đệ tử cần phải có đủ thông minh để hiểu được các tánh đức của bậc đạo sư. Không có sự hiểu biết, kiến thức thì người đệ tử không biết một bậc đạo sư cần phải có những tánh đức như thế nào. Khi đó người đệ tử không biết được vị thầy [của họ] là tốt hay là xấu. Vì vậy, thông minh và hiểu biết là rất quan trọng. Có nghĩa là cần phải học hỏi về các tánh đức cần có của bậc đạo sư, học cách tâm sư học đạo, học cách làm một đệ tử tốt – đây là điều kiện làm nên một đệ tử thành công. Tóm lại, người tu phải học rộng, biết nhiều, không để đầu óc rỗng rạc. Không nên theo chân một kẻ có tâm địa không tốt chỉ do thiếu hiểu biết. Đó là điều không tốt. Chúng ta cần phải theo chân một bậc

đạo sư với sự hiểu biết và thông minh. Đây là phẩm chất thứ hai.

Tất nhiên, phẩm chất thứ ba là tinh tấn. Bởi vì khi ta không nỗ lực tu hành, thì sẽ không đi tới đâu cả, thậm chí cho dù bạn có hiểu biết và kiến thức. Nếu một người biết rõ về đạo sư của mình, và đã thọ nhận nhiều giáo lý từ bậc chân sư, nhưng lại không tinh tấn, liên tục hành trì thì người đó cũng không đi tới đâu cả. Vì vậy, nỗ lực tu hành là điều rất quan trọng.

“Thế nhưng giáo huấn tốt có lợi lạc cho bạn hay không lại phụ thuộc vào việc bạn hiểu [giáo lý] thế nào, tinh tấn ra sao.”

Để làm một đệ tử tốt thì rất cần phải nắm vững những giáo lý, giáo huấn quan trọng. Vì muốn thực hành Pháp nên chúng ta cần giáo huấn tốt về đạo lộ giải thoát. Do đó, giáo huấn tốt là rất cần thiết. Thế nhưng giáo huấn tốt có lợi lạc cho bạn hay không lại phụ thuộc vào việc bạn hiểu [giáo lý] thế nào, tinh tấn ra sao. Nếu không hiểu giáo huấn thì giáo huấn sẽ không ích lợi gì cho bạn. Nếu

lười biếng thì cho dù đã thọ nhận giáo huấn tốt, bạn vẫn tu không tiến bộ. Bởi vì đã lười biếng thì bạn không thích thực hành mà chỉ tiêu tán thời gian vào chuyện phiếm, vào chơi bời, giải trí, ăn ngủ v.v... Các hoạt động thể tục này tiêu tán thời gian, và bạn không còn thời giờ dành cho Pháp, bạn tu không tiến bộ.

“Chính đức Phật đã cảnh báo rằng trong tương lai sẽ tới một thời kỳ mà những vị thầy kém phẩm chất lại được ưa thích hơn, nhiều người hâm mộ hơn các bậc chân sư.”

Lại nữa, người tu cần luôn kiểm tra xem mình có đang theo những vị thầy kém phẩm chất hay không, bởi vì ngày nay một sự thật rất phổ biến là có nhiều vị thầy kém phẩm chất lại được nhiều người ưa thích và chạy theo. Chính đức Phật đã cảnh báo rằng trong tương lai sẽ tới một thời kỳ mà những vị thầy kém phẩm chất lại được ưa thích hơn, nhiều người hâm mộ hơn các bậc chân sư. Vào thời đức Phật đã có những vị thầy xấu lừa lọc đệ tử, dẫn dắt họ vào con đường lầm lạc. Vì vậy, điều quan trọng là tránh chạy theo những vị thầy xấu.

*“Các đệ tử phải đặc biệt tôn kính đạo sư,
phải đưa giáo huấn của đạo sư vào thực hành
và phải giữ kết nối đạo-sư-đệ-tử thật thanh tịnh.”*

Thầy đã nói về việc làm sao để tìm được Đạo sư và làm sao để thành một Pháp tử. Đây là một chủ đề quan trọng đối với chúng ta, những người tu Phật.

Nói chung, gặp được một bậc thầy tốt là rất quan trọng đối với việc học hành, nghiên cứu, giáo dục, thành công và tất cả mọi thứ khác của người tu. Một khi ta nhận ai là đạo sư của mình thì phải tôn kính đạo sư, vâng lời ngài, phải làm theo bất cứ giáo huấn nào ngài ban cho ta. Nếu không, chúng ta sẽ trở thành một người không tốt, một đệ tử không tốt. Điều này ở mọi nơi trong truyền thống Phật giáo đều như vậy. Các đệ tử phải đặc biệt tôn kính đạo sư, phải đưa giáo huấn của đạo sư vào thực hành và phải giữ kết nối đạo-sư-đệ-tử thật thanh tịnh. Nếu không, họ sẽ là người tu kém, đệ tử kém, và điều này hủy hoại những thành quả tốt đẹp trên đường tu của họ, hủy hoại cơ hội tiến bộ, và tạo nhiều chướng ngại cho chính họ. Đôi khi kết nối thầy-đệ-tử bị hoen ố, giới nguyện bị hủy hoại

có thể trở thành nhân duyên quan trọng khiến người tu bị đọa ác đạo. Vì vậy, người tu Phật phải hiểu điều này và cố gắng tự bảo vệ bản thân mình.

Là người tu hành chúng ta đã thọ nhiều giới nguyện. Chúng ta đã chấp nhận nhiều yêu cầu đối với pháp tu, chúng ta đã phát nhiều thệ nguyện khác nhau về đường tu của mình. Điều rất quan trọng là phải hiểu chúng ta đã phát thệ nguyện gì, đã thọ giới gì, và phải trì giữ các giới nguyện này thật miên mật. Đó là vì giữ giới thanh tịnh là cách duy nhất để tiến bộ trên đường tu, để thành tựu giải thoát. Nếu người tu không trì giữ giới nguyện nghiêm cẩn, nếu người đó thiếu tôn trọng hoặc vi phạm giới nguyện, dù cố ý hay vô tình, thì người đó sẽ hủy hoại chính bản thân mình và tất cả thành quả tu hành đã đạt được.

*“Khi bạn thọ nhận giáo lý, quán đảnh
thì có nhiều điều kiện, yêu cầu kèm theo.
Vì vậy, cần phải có hiểu biết rất rõ ràng về cái mình
đang làm, về những yêu cầu mình đang chấp nhận.”*

Thầy tin rằng có nhiều người ở đây, ở đất nước này, đã đi chỗ này chỗ khác thọ nhận giáo lý, thọ nhận quán đảnh

– họ thọ nhận những quán đảnh từ những vị lạt ma khác nhau. Và nhiều người ở đây cũng có kết nối với truyền thống Kim Cương Thừa. Đôi khi người ta không có nhiều hiểu biết nhưng vẫn đi đây đi đó thọ nhận giáo lý. Ngay cả khi họ không biết nhiều về giáo lý, về bốn tôn, về quán đảnh, về tầm quan trọng của giáo lý và quán đảnh, về những đòi hỏi đặt ra đối với người thọ nhận, thế nhưng họ vẫn đi thọ nhận. Việc thọ nhận đó có một số điều kiện kèm theo. Người ta không thể nhận một cái gì đó mà không có điều kiện kèm theo. Khi bạn thọ nhận giáo lý, quán đảnh thì có nhiều điều kiện, yêu cầu kèm theo. Vì vậy, cần phải có hiểu biết rất rõ ràng về cái mình đang làm, về những yêu cầu mình đang chấp nhận.

Ví dụ, khi chúng ta quy y Tam bảo, ta muốn làm Phật tử, làm hành giả Phật giáo thì có những điều kiện, yêu cầu gì kèm theo không? Tất nhiên là có. Có nhiều điều kiện, yêu cầu đối với chúng ta nếu ta muốn làm người tu. Người ta có quyền làm bất cứ điều gì mình muốn sau khi đã trở thành một Phật tử hay không? Câu trả lời là “không”. Có nhiều yêu cầu chúng ta cần phải tuân thủ. Chúng ta cần phải gìn giữ, tuân thủ tất cả những điều kiện cần thiết làm nên một người tu Phật. Nếu chúng ta không tuân thủ các điều kiện này tức là chúng ta đã phá vỡ giới nguyện.

Chúng ta đã hủy hoại những điều kiện cần thiết để ta trở thành một người tu Phật giáo. Có nghĩa là ta đang hủy hoại chính con người tu hành của mình. Vì vậy cần phải rất tỉnh giác về những điều quan trọng này và biết rõ chúng có ảnh hưởng [tốt xấu] như thế nào, giữa những điều này có liên hệ như thế nào. Không biết điều này, không nghĩ về điều này, thì theo Thầy làm người tu cũng không được mấy lợi lạc, không có mấy ý nghĩa. Bởi vì ta đã không hội đủ điều kiện cần có để thành công trên đường tu.

“Trước hết hãy nghiên cứu, học tập.

Nếu bạn thấy tốt bởi vì bạn đã tìm hiểu, bởi vì bạn thấy nó đúng sự thật, thì khi đó hãy làm theo lời Phật dạy.”

Phật cho mọi người quyền khảo sát giáo lý Phật và chính bản thân đức Phật. Phật không nói rằng chúng ta phải làm đệ tử của Ngài, mà dạy rằng chúng ta phải nghiên cứu kỹ trước khi trở thành Phật tử. Phải học hành, nghiên cứu càng nhiều càng tốt và khảo sát những gì Phật dạy. Những điều đó có đúng hay không, có tốt hay không? Có chút ý nghĩa nào với bạn hay không? Trước hết phải khảo sát, kiểm tra. Đừng vội vàng theo truyền thống này mà



" Tinh túy và giá trị của nghệ thuật Tây Tạng
 ẩn trong nghệ thuật vẽ tranh thangka và
 phong cách thể hiện các vị Bồ đề tôn (Yidam) Phật giáo. "

không có suy nghĩ, hiểu biết gì cả. Trước hết hãy nghiên cứu, học tập. Nếu bạn thấy tốt bởi vì bạn đã tìm hiểu, bởi vì bạn thấy nó đúng sự thật, thì khi đó hãy làm theo lời Phật dạy. Và Phật cũng dạy rằng một khi đã trở thành Phật tử, đã thọ giới, đã chấp nhận các điều kiện thì đừng phạm giới, bởi vì bạn sẽ tạo ác nghiệp và điều này rất không tốt cho bạn.

*“Phật dạy phải nỗ lực làm việc thiện càng nhiều càng tốt.
Và thiện hạnh đầu tiên Phật yêu cầu chúng ta làm
là tránh hãm hại chúng sinh.”*

Có những điều kiện căn bản đối với chúng ta để trở thành một Phật tử; một trong những điều kiện căn bản này là không hại bất cứ ai, không cướp đi mạng sống của bất cứ chúng sinh nào. Đây là yêu cầu căn bản đối với bất cứ ai muốn tu theo Phật bởi vì Phật không cho phép bất cứ một ai hãm hại hoặc sát hại các chúng sinh khác một khi họ là người tu. Phật không cho phép dung hợp hai điều này, và chỉ chấp nhận người không hãm hại chúng sinh. Tất nhiên, cần phải hiểu khi nói “không làm hại chúng

sinh” thì “chúng sinh” không chỉ bao gồm con người mà là bất cứ chúng sinh hữu tình nào, kể cả những con côn trùng nhỏ bé, những con chim, con gà, con cá. Chúng ta không được làm hại hay tấn công chúng mà phải che chở cho chúng. Đây là những điều kiện căn bản để thọ nhận và thực hành giáo lý của Phật.

Sát sinh là hành động rất xấu, rất có hại. Sát sinh là một trong những hành động hung hãn nhất, vô nghĩa nhất đối với một chúng sinh. Chúng ta hiểu chết là điều không dễ dàng chút nào. Không ai muốn bị sát hại bởi bất cứ một kẻ nào, vì bất cứ lý do nào. Điều này như nhau, không khác đối với tất cả mọi người. Chúng ta không muốn đau khổ, không muốn chấp nhận cái chết. Điều này cũng vậy, không khác đối với tất cả chúng hữu tình – không một hữu tình nào muốn chết. Vì vậy, sát sinh là rất hung ác, rất xấu xa. Chính vì lẽ này mà quả báo của sát sinh cực kì nặng nề: nó có thể khiến người ta bị đọa ba đường ác đạo, bị đọa địa ngục rất dễ dàng. Quả báo rất nặng nề và rất tệ hại. Vì vậy, Phật dạy phải nỗ lực làm việc thiện càng nhiều càng tốt. Và thiện hạnh đầu tiên Phật yêu cầu chúng ta làm là tránh hãm hại chúng sinh.

*“Khi không có tâm từ, tâm bi thì sẽ không thể thực sự
cảm nhận được nỗi đau của chúng sinh khác,
và vì thế chúng ta có thể trở nên rất hung ác.”*

Để có thể tránh làm hại chúng sinh và luôn che chở cho kẻ bị hại, chúng ta phải trưởng dưỡng tâm bi. Tâm bi mẫn là nguyên nhân chính yếu khiến chúng ta hiểu được tình cảnh thật của người khác, hiểu được nỗi đau và cái gì gây nên đau khổ cho người khác, chúng sinh khác. Khi không có tâm từ, tâm bi thì sẽ không thể thực sự cảm nhận được nỗi đau của chúng sinh khác, và vì thế chúng ta có thể trở nên rất hung ác. Vì lẽ đó, đức Phật thường xuyên dạy từ bi. Tóm lại, điều rất quan trọng là phải tu luyện tâm để trở nên ngày càng bi mẫn hơn. Nếu ai đó muốn thực hành ăn chay thì đây là một hành động từ tâm rất tốt đẹp, bởi vì sẽ có rất nhiều con vật phải chết do người ta ăn thịt. Ví dụ, Kathmandu ở Nepal là một thành phố không lớn, dân số nhỏ; số lượng Phật tử ở Kathmandu thậm chí rất nhỏ. Thế nhưng theo thông tin qua mạng gần đây thì các Phật tử ở Kathmandu ăn 81 triệu con heo một năm. Chỉ riêng Phật tử thôi!

Khi chúng ta ăn thịt thì thịt không tới từ hư vô, thịt tới từ một mạng sống. Ví dụ, để ăn gà hay thịt gà thì trước hết gà phải chết. Bạn không thể ăn thịt gà trước khi con gà chết, có đúng không? Con gà sẽ chết rồi bạn mới ăn thịt nó. Như vậy, ăn thịt là một hành động hãm hại. Vì vậy, đó là việc làm có từ tâm nếu bạn cố gắng ăn chay càng nhiều càng tốt.

“Người ta thường mắc một sai lầm giống nhau: họ không có ý thức, không tỉnh giác về nhiều thứ và coi khinh rất nhiều thứ quan trọng. Vì vậy, những kết quả, những điều tốt đẹp, những tiến bộ lẽ ra phải có đã bị suy giảm.”

Lại nữa, mục đích trở thành người tu là để tích lũy công đức, để trở thành một người tốt hơn, trong sạch hơn, cao quý hơn. Mục đích này của chúng ta rất có ý nghĩa và rất hợp lý đạo, bởi vì chỉ có việc thực hành Pháp mới có thể đem lại những điều tốt đẹp mà ta mong muốn. Ngoài việc thực hành Pháp ra không gì có thể đem lại cho ta những hoa trái tốt đẹp. Vì vậy, hiểu rõ mục đích của mình và nỗ lực hết sức mình để thực hành một cách đúng đắn là điều rất quan trọng. Người ta thường mắc một sai lầm

giống nhau: họ không có ý thức, không tỉnh giác về nhiều thứ và coi khinh rất nhiều thứ quan trọng. Vì vậy, những kết quả, những điều tốt đẹp, những tiến bộ lẽ ra phải có đã bị suy giảm. Họ tiến bộ rất chậm chính do cách làm, cách xử thế của họ.

*“Tóm lại, có hai lợi lạc mà giáo lý của Phật đem lại:
một là hạnh phúc cho đời này,
và hai là hạnh phúc cho kiếp vị lai.”*

Vạn pháp vô thường vì vậy không có gì là đáng tin cậy bao gồm cả cuộc sống của chúng ta. Như thế nào có nghĩa là cuộc sống của chúng ta không đáng tin cậy? Bởi vì vạn pháp dời đổi và cuộc sống của chúng ta cũng dời đổi theo. Nó thay đổi, thay đổi, thay đổi không dừng lại dù một khoảnh khắc mà dời đổi, liên tục dời đổi. Chính vì lẽ đó mà sẽ có những thay đổi lớn xảy ra. Do nhiều thay đổi rất nhỏ liên tục xảy ra không ngừng nghỉ mà biến đổi lớn rồi sẽ tới. Khi có một biến cố lớn ập tới, chúng ta có thể bị tổn thương, vì ta đã không tự chuẩn bị để chấp nhận nó. Chúng ta không muốn nhìn thấy loại thay đổi ấy. Vì

vậy, hiểu được thực tại của vạn pháp bằng cách thực hành những lời dạy của Phật Thích Ca sẽ đem lại nhiều điều tốt đẹp, đem lại trí tuệ và nhờ đó ta sẽ vượt thoát sợ hãi, thành người vô úy, có khả năng tự chuẩn bị để chấp nhận bất cứ điều gì xảy ra.

Trí tuệ của Phật là bất khả tư nghì. Phật thấy tất cả, Phật biết tất cả. Phật biết chính xác cái gì đem lại hạnh phúc cho cuộc đời của một người và Phật biết cái gì là nhân của giải thoát, cho nên giáo lý của Phật là quý báu nhất, cực kỳ quý báu. Giáo lý này có sức mạnh giúp ta có hiểu biết tốt nhất về cuộc sống của mình, giúp ta đạt hạnh phúc, an bình đời này, và đạt tới một cuộc sống tốt đẹp hơn trong kiếp sau. Như vậy có hai mục đích, hai kết quả, hai sức mạnh để chúng ta thực hành pháp. Thứ nhất, trong đời này ta có thể tự tại cho dù điều gì đang xảy ra. Tâm ta thường an bình cho dù hoàn cảnh nào xảy ra. Nếu tu hành rất tốt thì ta có thể làm được điều đó, chắc chắn làm được. Thứ hai, ta chuẩn bị cho tương lai, để cho kiếp sau sẽ có nhiều hạnh phúc, an bình, và thành công hơn. Tóm lại, có hai lợi lạc mà giáo lý của Phật đem lại: một là hạnh phúc cho đời này, và hai là hạnh phúc cho kiếp vị lai.

“Chúng ta phải tu luyện tâm thông qua văn, tư, tu để làm cho tâm của mình, tri kiến của mình ngày càng thanh tịnh hơn.”

Sáng nay Thầy có giảng về sức mạnh giúp ta có được những thành quả tốt đẹp từ Pháp Phật – đó là tâm chí tín thành. Đó là chí tín thành đối với Phật, với lời Phật dạy và với tri kiến thanh tịnh. Tri kiến thanh tịnh rất quan trọng. Chúng ta không thể nhìn thấy được những phẩm tánh thù thắng của Phật khi chúng ta không có tri kiến thanh tịnh về Phật. Chúng ta không thể thành tựu nếu cái nhìn của ta không thanh tịnh. Chúng ta phải tu luyện tâm thông qua văn, tư, tu để làm cho tâm của mình, tri kiến của mình ngày càng thanh tịnh hơn. Khi thực hành pháp bằng ba pháp tu này (văn, tư, tu) thì chắc chắn chúng ta có thể làm được nhiều lợi lạc và trở thành một người rất trong sạch, an bình, và khiêm hạ.

Chúng ta cần phải hiểu, cần phải thấy rõ rằng vô minh trong tâm chúng ta là rất sâu, rất dày. Tâm của chúng ta vô minh cho nên chúng ta vô minh. Chừng nào một người còn vô minh thì người đó chưa thể nhìn thấy những thứ

thanh tịnh. Chính vì tâm vô minh đó (si) mà chúng ta nhìn mọi việc một cách sai lầm, và vì vậy mà chúng ta kẹt vào kiến sai lạc. Cốt lõi của Pháp Phật rất sắc bén, sắc bén như một lưỡi kiếm. Nếu chúng ta khéo dùng lưỡi kiếm sắc của Pháp Phật thì gốc rễ của vô minh trong tâm ta có thể bị chặt đứt. Tuy nhiên, việc này đòi hỏi thời gian vì vậy chúng ta cần phải chuẩn bị đúng cách. Chúng ta cần có nhiều cơ hội để tự hoàn thiện bản thân dần dần, chậm rãi và liên tục.

(Hết bài giảng ngày 21/10/2018 tại Chùa Vĩnh Nghiêm)

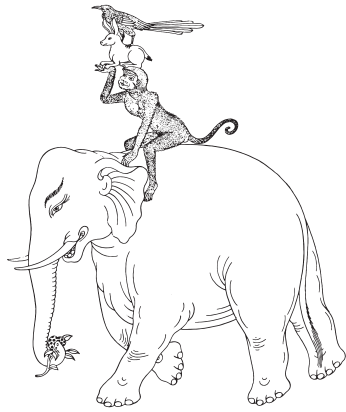
--

*Xem bản tiếng Anh (dưới bản Việt dịch) do Choying Drolma (Giáng Hương) chép:
www.lienhovaquang.com/loidaosu-q4-03*

MP3 chiều 21.10.2018: www.lienhovaquang.com/loidaosu-q4-03-mp3



“Bất chấp sóng gió kinh hoàng của thời cuộc, khi còn là cậu bé bản tính tôi đã luôn hướng tới thiện lành và thương yêu. Tôi khát khao hướng tới tâm bồ đề với niềm vui và nguyện ước mãnh liệt, như con thơ khát mẹ.”



CÒN HÒA HỢP THÌ CỘNG ĐỒNG CÒN TỒN TẠI

*“Nếu không thực hành, nếu không ghi nhớ
lời dạy trong tâm thì nghe Pháp cũng vô ích.”*



Thầy đã có khá nhiều buổi giảng trong chuyến đi này và các bạn cũng đã nghe nhiều rồi, vậy nên chắc Thầy không phải nhắc lại quá nhiều nữa. Thầy hi vọng rằng các bạn đã nghe rồi và sẽ không quên.

Nghe Pháp là quan trọng. Nhưng ghi nhớ trong tâm [lời Pháp ngữ] còn quan trọng hơn. Và đưa lời dạy vào thực hành mới là quan trọng nhất. Nếu không thực hành, nếu không ghi nhớ lời dạy trong tâm thì nghe Pháp cũng vô ích. Vậy nên cái thực sự có ích, thực sự có ý nghĩa chính là đưa tất cả vào hành động, vào thực hành. Tuy

chúng ta gọi thời đại này là thời mạt pháp nhưng có điều đặc biệt tốt lành ở thời đại này; chẳng hạn như cơ hội để học Pháp có nhiều hơn trước.

Trong quá khứ [để học giáo lý] bạn phải học từ ai đó, bạn phải theo một vị thầy suốt một thời gian dài. Ngày nay chúng ta không phải làm như thế nữa; ngày nay có rất nhiều điều kiện thuận lợi [để học Pháp]. Chúng ta có nhiều kinh sách Phật giáo hơn và bạn có thể học qua mạng Internet. Tóm lại, điều kiện học Pháp ngày nay thuận lợi hơn trước rất nhiều. Vì vậy, chúng ta không thể viện lý do để thanh minh rằng mình không có điều kiện để học giáo lý.

Trong quá khứ, đôi khi giáo lý không được truyền cho đại chúng và người tu muốn thọ nhận giáo lý phải gặp rất nhiều khó khăn. Trong quá khứ, để có được chút giáo lý người đệ tử phải trải qua rất nhiều khó khăn, thử thách cam go, phải hội đủ những điều kiện, nèn tảng căn bản rất tốt [để thọ pháp]. Tuy nhiên ngày nay, việc truyền pháp mở rộng cho mọi người và vì vậy chúng ta có nhiều cơ hội hơn. Người tu có nhiều cơ hội để gặp các đạo sư và thọ nhận những giáo lý khác nhau từ các bậc thầy chân tu. Vì vậy, có thể nói rằng đây là một thời đại tốt lành để chúng ta có thể học giáo lý đầy đủ.

“Giáo lý Phật và việc tu hành chỉ có kết quả tốt với những đệ tử có căn cơ phù hợp.”

Nhiều người trong số các bạn đã nghe về đạo sư vĩ đại Milarepa, nhiều người đã đọc tiểu sử của Ngài. Vì vậy, chắc các bạn hiểu Ngài đã phải trải qua vô vàn gian khó như thế nào để thọ nhận giáo lý chân truyền, thậm thâm vi diệu từ Guru của Ngài. Và có nhiều bậc đạo sư cũng đã phải trải qua vô vàn gian nan, thử thách như Đức Milarepa. Như vậy, để thọ nhận giáo lý chân truyền thậm thâm người tu phải trải qua nhiều khó khăn. Người tu phải chấp nhận nhiều điều kiện, thử thách.

Giáo lý Phật và việc tu hành chỉ có kết quả tốt với những đệ tử có căn cơ phù hợp. Nhiều người thực sự chưa đủ căn cơ bởi do họ không đủ tâm thành tín, không đủ hiểu biết, không đủ trung thực, và không đủ tinh cần. Chính vì lý do này mà đôi lúc việc tu hành không tiến triển tốt như chúng ta trông đợi. Lý do là vì việc tu đạo phụ thuộc vào những nhân và duyên. Thành quả của việc tu hành, lực giá trị của Pháp Bảo phụ thuộc vào nhiều nhân và duyên.

“Khi chúng ta không có hiểu biết, kiến thức thì chúng ta không biết phải thực hành thế nào, phải tu thế nào.”

Lần này Thầy muốn nhắc lại một số điểm quan trọng cần phải có để việc tu của ta được kết quả tốt đẹp. Và những điều kiện cần thiết để thực hành giáo lý thành công, để người tu đạt được kết quả tốt là: thứ nhất, đức tin chân thật và tâm tín thành, tận tụy. Tiếp đó là nỗ lực tinh tấn và sự hiểu biết, kiến thức. Chúng ta thường nghĩ rằng sự hiểu biết, kiến thức là điều kiện đầu tiên và điều đó hoàn toàn đúng. Khi chúng ta không có hiểu biết, kiến thức thì chúng ta không biết phải thực hành thế nào, phải tu thế nào, vì vậy sẽ rất khó để tu hành có kết quả tốt. Tuy nhiên, cái thực sự làm cho việc tu hành có được kết quả như ý lại là lòng tin, vì vậy, chúng ta phải tự xem xét lòng tin của mình, tâm tín thành, tận tụy của mình. Nó có trong chân thật hay không, có trong sáng hay không, có đủ mạnh hay không, có vững chắc hay không. Đó là điều quan trọng mà Thầy phải nhắc lại hôm nay với các bạn.

“Tuy nhiên lòng tin được đặt trên nền tảng của trí tuệ là điều thậm chí còn quan trọng hơn.”

Tuy nhiên lòng tin được đặt trên nền tảng của trí tuệ là điều thậm chí còn quan trọng hơn. Cần phải tin vào giáo lý chân thật của Phật. Không nên tin vào bất cứ một ai đó khi chưa có đủ quán chiếu thật rõ ràng tại sao lại tin và tại sao lại chấp nhận. Ngày nay nhiều người có tín tâm nhưng không có mấy sự hiểu biết, vì vậy mà [họ] hay mắc sai lầm. Chính vì lý do này mà Đức Phật thường dạy rằng trước hết phải học hành, phải nghiên cứu, phải tư duy quán chiếu đã, rồi sau đó mới đặt lòng tin [vào ai đó]. Tuy nhiên, thường có kẻ không nắm vững giáo lý, không tu hành tử tế, không có một nền tảng căn bản, thế nhưng vẫn có người, do không học Pháp, không hiểu Pháp nên cứ tin vào họ. Đây là một tình trạng thật sự nguy hiểm.

Những yếu tố mà Thầy nhắc tới ở trên là rất quan trọng và cần thiết đối với người tu. Vậy xin hãy ghi nhớ trong tâm và cố gắng hiểu rõ ý nghĩa của chúng: [trước hết là] đức tin và tâm chí tín thành, tận tụy. Có nhiều trình độ [cao thấp] khác nhau của lòng tin, của tâm chí tín thành.

Lòng tin mà chúng ta cần trường dưỡng phải thực sự đặt trên nền tảng của hiểu biết đúng đắn, học hành đầy đủ. Lòng tin như vậy rất bền vững, không thôi chuyển. Chúng ta có lòng tin loại này bởi vì chúng ta có những lý lẽ rất chân xác. Tóm lại, lòng tin phải mạnh mẽ nhưng nó phải dựa trên nền tảng trí tuệ.

“Khi có đủ lòng tin thì sẽ không có chữ NHỪNG.”

Mặt khác, khi có kiến thức, hiểu biết nhưng không có đủ lòng tin thì việc tu cũng không có kết quả tốt. Có nhiều người học rộng biết nhiều nhưng không thể thành tựu trên đường tu. Vì vậy, chúng ta nói rằng yếu tố quan trọng nhất quyết định thành công của việc tu hành là lòng tin. Khi một người biết Pháp nhiều nhưng không có đủ lòng tin vào Pháp Phật thì người đó, do hiểu biết nhiều, sẽ sinh tâm cống cao ngã mạn, thường chê bai phê phán [người khác], và là kẻ gây nhiều chuyện bất hòa, người đó thường sinh tâm ganh ghét đố kỵ với người khác. Vì vậy, tâm chí tín thành là yếu tố chính giúp ta giảm đi những tiêu cực phiền não trong tâm. Khi một người vừa có hiểu biết Phật pháp lại có tâm tín thành, tận tụy thì người đó chắc



"Nếu các bạn như bà lão nọ, thì tôi sẽ là cái răng chớ kia.
Giả như chẳng có chút xá lợi nào tuôn ra từ tôi, tức là các
bạn đã không được như bà lão nọ. Còn nếu các bạn được
như bà lão nọ thì chắc chắn xá lợi sẽ từ tôi mà tuôn ra."

chấn sẽ rất khiêm tốn, hiền hòa, rất trung thực và từ ái; bởi nhờ có tâm chí tín thành, người đó thực hành giáo lý một cách chân thành, trung thực. Vậy là chúng ta có thể thấy sự khác nhau giữa lòng tin và kiến thức, hiểu biết. Ta cũng thấy được tầm quan trọng của lòng tin, tâm tín thành, tận tụy. Vậy xin các bạn hãy ghi nhớ tất cả trong tâm.

Khi không có đủ tâm thành tín chúng ta nói: Đức Phật, hay Guru của tôi, nói như vậy NHƯNG ... chúng ta luôn nói NHƯNG. Khi có đủ lòng tin thì sẽ không có chữ NHƯNG, không có sự nghi ngờ trong tâm ta. Ví dụ, Phật luôn nói về vô thường và nhắc nhở không nên lười biếng. Nhưng chúng ta vẫn lười biếng. Chúng ta không nhớ nghĩ về vô thường. Đâu phải vì chúng ta không biết, không hiểu. Chúng ta biết rõ, nhưng chúng ta thường quên, không nhớ. Tại sao vậy? Tại vì chúng ta không thật sự đặt lòng tin vào lời Phật dạy. Chúng ta không có đủ lòng tin. Do đó, Thầy nói rằng tâm chí tín thành, tận tụy là nhân, là duyên chính yếu làm nên một hành giả lớn.

Đức Phật luôn nhắc chúng ta rằng vạn pháp là vô thường. Không có gì trên đời mà ta có thể nắm giữ mãi. Tất cả đều dời đổi. Vì vậy hãy rất cẩn trọng. Đừng đặt quá nhiều chú tâm, đừng đặt quá nhiều lòng tin vào những thứ bên ngoài, bởi vì chúng luôn luôn dời đổi. Chúng chắc

chấn sẽ thay đổi. Hiện chúng đang lừa phỉnh bạn. Nếu bạn tin chúng thì chúng sẽ lừa dối bạn. Chúng sẽ không như vậy mãi theo cách mà bạn mong cầu. Chúng chắc chắn sẽ thay đổi. Vì vậy, Phật luôn nhắc chúng ta đừng tham dục quá nhiều, đừng bám chấp vào những thứ bên ngoài. Thế nhưng chúng ta vẫn cứ tham, vẫn cứ bám. Tại sao vậy? Bởi vì chúng ta không tin lắm vào giáo lý của Phật. Chúng ta không học hành giáo lý, chúng ta không tư duy đầy đủ, chúng ta không công phu hành trì một cách chân thật và đúng đắn. Chính vì lẽ đó tất cả những gì chúng ta nghe chỉ dừng lại ở lời nói. Chỉ là câu chữ mà thôi. Vì vậy, như Thầy đã nói ở trên, đôi việc tu hành không đem lại kết quả tốt cho chúng ta. Do chưa hội đủ những phẩm chất cần thiết [của người tu] nên chúng ta chưa thể nhận được sức mạnh, chưa nhận được lực gia trì của Pháp Phật.

Thầy nghĩ rằng chúng ta cần có nhiều kiến thức, cần học giáo lý nhiều hơn. Và điều quan trọng nhất là chúng ta phải có nhiều lòng tin hơn vào Pháp Phật, vào giáo lý của Phật để chúng ta có thể trở thành một hành giả, một đệ tử chân truyền của Phật.

Vì chúng ta có lòng tin vào pháp Phật, vì ta muốn tu hành nên cần phải đưa [Pháp] vào hành động nhiều hơn nữa. Hãy dành nhiều thời gian cho hành trì nếu không sẽ

không có tiến bộ nào cả. Hiện nay chúng ta còn hành trì rất ít. Chúng ta thực hành thiện hạnh rất ít. Như vậy chưa đủ. Cần phải cố gắng nhiều và nhiều hơn nữa để các bạn có thể được lợi lạc từ việc tu hành của mình.

*“Chúng ta có bài học từ lịch sử từ Phật giáo ở Ấn Độ.
Đạo Phật ở đó bị hủy diệt do nhiều nhân duyên,
nhưng một trong những nguyên nhân chính
là sự bất hòa từ bên trong.”*

Trong các buổi giảng pháp, Thầy thường nhắc rằng gốc của lực gia trì, gốc rễ của thành tựu là giữ giới thanh tịnh. Nếu người tu không giữ giới thì không thể có được chút kết quả nào, chút thành tựu nào trong việc tu hành của mình. Như vậy kết quả tốt đẹp hay thành tựu đều phụ thuộc vào việc giữ giới. Giới (samaya) là gì? Giới là cam kết. Bất cứ lời cam kết nào người tu đưa ra thì người đó phải ghi nhớ, phải giữ gìn, phải che chở nó để không gì có thể làm hư hoại giới của mình.

Các huynh đệ tỉ muội đồng tu phải giữ mối quan hệ bạn đạo tốt lành, phải hết sức tôn trọng lẫn nhau. Chúng ta có bài học từ lịch sử từ Phật giáo ở Ấn Độ. Đạo Phật ở đó

bị hủy diệt do nhiều nhân duyên, nhưng một trong những nguyên nhân chính là sự bất hòa từ bên trong. [Những người] trong cộng đồng Phật giáo đã không coi nhau là bằng hữu. Họ phê phán, đả phá nhau, họ tìm cách tiêu diệt nhau. Đó là một trong những cái họa lớn nhất đã hủy diệt đạo Phật ở Ấn Độ.

“Sự hòa hợp là rất quan trọng. Khi không có sự hòa hợp, cộng đồng sẽ tan rã. Điều này là chắc chắn. Không có gì để nghi ngờ hay bàn cãi.”

Nhiều kinh sách Kim Cương thừa luôn nhấn mạnh tầm quan trọng của quan hệ bằng hữu tốt đẹp giữa các huynh đệ tử muội kim cương. Nếu huynh đệ tử muội kim cương phá hoại tình bạn đồng tu thì đây là một nhân duyên có sức mạnh rất lớn đẩy họ rớt xuống ba đường ác đạo, rớt xuống địa ngục Kim Cương. Và các huynh đệ tử muội kim cương cần phải coi nhau còn thân hơn anh chị em cùng cha mẹ sinh ra. Huynh đệ tử muội kim cương phải quý trọng nhau hơn anh chị em cùng một gia đình. Kim Cương thừa lấy tri kiến thanh tịnh làm nền tảng. Đặc biệt là thái độ và cách nhìn đối với Đức Bổn sư, đối với bạn đồng tu

cùng một dòng truyền thừa, cùng một guru, cùng một mạn đà la. Nếu chúng ta không làm được điều đó, nếu chúng ta cố tình không tuân thủ điều đó, tức là chúng ta đang hủy hoại giới nguyện của mình. Chúng ta đang hành động trái ngược với những tôn chỉ và giáo huấn của truyền thống Kim Cương thừa.

Vì vậy, sự hòa hợp [cộng đồng] là rất quan trọng. Sự hòa hợp là rất quan trọng đối với bất cứ cộng đồng nào, kể cả cộng đồng Phật giáo. Sự hòa hợp là rất quan trọng. Khi không có sự hòa hợp, cộng đồng sẽ tan rã. Điều này là chắc chắn. Không có gì để nghi ngờ hay bàn cãi. Chừng nào trong cộng đồng còn sự hòa hợp thì cộng đồng tiếp tục tồn tại và sống sót. Vì vậy, chúng ta phải nhìn thấy tầm quan trọng của việc giữ hòa hợp cộng đồng. Làm được điều này là làm được điều tốt cho Pháp Phật, cho xiển dương các hoạt động của Phật Giáo. Người tu cần phải giữ kham nhẫn, cần phải hiểu biết và cảm thông với những bạn đồng tu khác.

Trong cuộc sống hàng ngày chúng ta cần cố gắng nghĩ tới các chúng sinh khác, đặc biệt là các chúng sinh sống trong môi trường của chúng ta. Hãy tránh làm hại họ, hãy che chở cho họ, tốt bụng với họ. Và như vậy bạn là người tu tốt. Đây là một việc rất quan trọng và rất đẹp.



“ Trên thực tế, tất cả những gì ta cảm nhận là tốt hay xấu trong thế giới này thật ra là muôn vàn hình tướng hóa hiện khác nhau sinh từ mảnh đất nhân duyên của riêng mỗi cá nhân. Vì vậy, nếu bạn đưa ra một quyết định nào đó mà chỉ dựa thuần túy vào cảm nhận của cá nhân mình, vào nhân duyên của riêng cá nhân mình thì sẽ rất khó nhận ra được bản tánh tương duyên mà tất cả mọi sinh tồn đều chia sẻ. “

“Nếu bạn đang thực hành Ngondro Longchen Nyingthik, thì bạn cần phải có nhiều lòng tin vào pháp của mình, vào dòng truyền thừa của mình. Đừng nên phân vân do dự.”

Nếu bạn đang tu một pháp nào đó thuộc truyền thống khác, nếu bạn đang thực hành Ngondro Longchen Nyingthik, thì bạn cần phải có nhiều lòng tin vào pháp của mình, vào dòng truyền thừa của mình. Đừng nên phân vân do dự. Một khi bạn đã chọn pháp này để hành trì hàng ngày thì bạn phải hành trì với nhiều lòng tin. Bởi vì Thầy thấy một số người không hoàn toàn vững tâm về pháp họ đang thực hành. Họ không kiên định về việc mình đang làm, và lúc thì tu pháp này lúc lại tu pháp khác. Sự thiếu kiên định là một nguyên nhân lớn khiến người tu không tiến bộ và uổng phí nhiều thời gian và công sức. Như vậy thái độ kiên định là rất quan trọng để phát triển lòng tin vững chắc [vào pháp mình hành trì]. Khi đó bạn sẽ có tiến bộ, có nhiều lợi lạc từ thực hành.

Nếu bạn nhìn vào cuộc đời của Đức Liên Hoa Sanh chẳng hạn, bạn sẽ thấy Đức Liên Hoa Sanh giác ngộ trong một đời và tất cả các vị đạo sư khác như tổ Garab Dorje, tổ

Longchenpa cũng như vậy. Vô lượng đạo sư đã viên mãn Phật quả trong một đời nhờ tu pháp Dzogpa Chenpo, pháp Longchen Nyingthik. Điều đó có nghĩa là pháp Longchen Nyingthik là pháp chân thực, đáng tin cậy và sẽ không có gì sai nếu bạn tin tưởng và hành trì tinh cần. Đừng phân vân, lưỡng lự, đừng đổi ý thay tâm mà hãy đặt hết nỗ lực vào đó và bạn sẽ được lợi lạc lớn lao. Các đạo sư vĩ đại của quá khứ nói rằng nếu một người không tích tụ rất nhiều công đức thì sẽ không có cơ duyên gặp được giáo pháp thậm thâm như vậy. Do đó, Thầy tin rằng các bạn đã tích lũy nhiều công đức để bây giờ gặp được giáo lý chân truyền, thậm thâm vi diệu này và hành trì. Vì lẽ đó chúng ta phải thấy hạnh phúc mình đã có cơ hội may mắn thọ nhận giáo lý vĩ đại và thực hành.

“Vậy nếu bạn nghe Thầy “blah blah blah” thì xin hãy biết rằng đây là một cái gì đó có ý nghĩa, có giá trị.”

Thầy xin cảm ơn các bạn về lòng tốt của các bạn. Các bạn đã đón tiếp Thầy, tổ chức các buổi giảng Pháp của Thầy một cách tốt đẹp. Nhờ lòng tốt và nỗ lực làm việc hết sức của các bạn mà chuyến hoằng pháp [của Thầy] đã

thành công, đem lại lợi lạc cho tất cả những ai tham dự. Các bạn tốt và hào phóng với Thầy tới mức Thầy đã tăng thêm nhiều ký (*cười*).

Thầy không phải là một bậc chứng ngộ cao, một nhân vật đặc biệt; nhưng vì chúng ta kết nối duyên nghiệp, vì Thầy có một nền tảng, vì Thầy là người Tây Tạng, là một tu sĩ - rất nhỏ bé - và Thầy có chút học hành, đào tạo, nên hy vọng rằng Thầy có thể đem lại chút lợi lạc cho các bạn. Một chút gì đó có ý nghĩa, có ích và thực tế.

Mọi người thường coi Thầy là một giáo sư vạn năng, vạn pháp. “Con bị đau chỗ này chỗ kia, xin Ngài giúp con.” “Con gặp rắc rối trong việc kinh doanh, xin Thầy giúp cho công việc được thuận buồm xuôi gió.” Và để mọi người vui, Thầy giả bộ là người vạn năng. Nhưng thực ra Thầy chỉ là một anh người Tạng không biết gì nhiều, đúng ra là biết rất ít, vậy nên Thầy không thể giúp các bạn nhiều tới mức đó. Thầy phải xin lỗi vì điều này. Tuy nhiên, Thầy có thể cầu nguyện cho các bạn. Thầy biết nhiều lời cầu nguyện. Thầy tụng lời cầu nguyện bằng tiếng Tạng. Vì vậy đối với các bạn chúng chỉ là “blah blah blah” mà thôi. Vậy nếu bạn nghe Thầy “blah blah blah” thì xin hãy biết rằng đây là một cái gì đó có ý nghĩa, có giá trị. Đối với Thầy, tiếng Việt nghe như chim hót. Thầy không nghe được chữ

nào chỉ là “nga nga nga” ... Nhưng Thầy không nghĩ rằng các bạn đang tụng “blah blah blah”, mà chỉ đang nói một điều gì đó.

“Như vậy, lòng tốt của các dịch giả là một điều lớn lao cần phải ghi nhớ và quý trọng.”

Chuyến hoằng pháp này kết thúc tốt đẹp, một lần nữa Thầy cảm ơn các bạn rất nhiều. Và còn một điều nữa, điều cuối cùng Thầy muốn nhắc các bạn. Đó là về công việc phiên dịch, dịch thuật. Thầy thấy nhiều người không hiểu tầm quan trọng của công việc phiên dịch, phiên dịch tốt. Và người ta nghĩ rằng ai cũng có thể làm dịch giả. Theo Thầy đây là một quan niệm sai lầm. Bởi vì công việc phiên dịch, dịch thuật là rất quan trọng. Và làm một dịch giả không dễ dàng chút nào. Các bạn cần phải biết sự thật này.

Vì vậy, có hai điều quan trọng ở đây. Thứ nhất, người phiên dịch phải hết sức cố gắng để có bài dịch tốt hơn, bài dịch tốt nhất, làm một dịch giả tốt hơn, dịch giả tốt nhất. Điều thứ hai, mọi người phải có thái độ quý trọng nhiều hơn đối với các dịch giả. Thầy thực sự tin như vậy, bởi vì nhiều người không nhìn thấy tầm quan trọng của các dịch

giả và không có thái độ quý trọng. Đó là một sai lầm. Nếu không có các dịch giả thì chúng ta không có các bản dịch [kinh sách] trong truyền thống của mình. Điều này dù ở Trung Quốc hay bất cứ nước nào đều giống nhau. Nhờ các dịch giả làm việc nên mọi người có được truyền thống. Trước khi các dịch giả xuất hiện và làm việc cho Phật pháp thì không có Phật pháp ở Việt Nam, ở Trung Quốc, ở Tây Tạng. Như vậy, lòng tốt của các dịch giả là một điều lớn lao cần phải ghi nhớ và quý trọng.

(Hết bài giảng tối 25/10/2018 tại Glenwood Residence, Việt Nam)

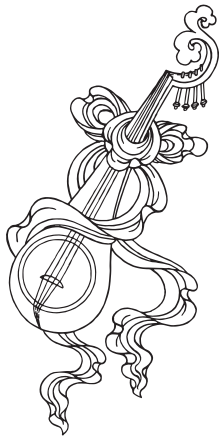
--

*Xem bản tiếng Anh (dưới bản Việt dịch) do Lotsawa (Hiếu Thiện) chép:
www.lienhhoaquang.com/loidaosu-q4-04*

MP3 ngày 25.10.2018: www.lienhhoaquang.com/loidaosu-q4-04-mp3



“ Hiện nay có nhiều đạo tràng ở Việt Nam và mỗi ngày lại có thêm nhiều trung tâm, đạo tràng xuất hiện trên thế giới. Ở đây, các bạn thân mến, nếu các bạn thấy đây là một nơi tốt, thích hợp với mình để đôi khi tới và tu tập thì các bạn hãy tới đây. ”



PHẦN II: THƠ VÀ THƯ



TỰ RĂN MÌNH

Ngọn roi lửa diệt trừ những mầm bệnh trong tôi

Giữa vạn cảnh của sắc màu rực rỡ,
có con đường sáng, tối và ở-giữa;
những kẻ nào xa rời con đường sáng,
sẽ đặt mình trên đường tối *bát phong*¹.

Giữa vạn cảnh của sắc màu rực rỡ,
có người trí, kẻ ngu, và người-ở-giữa -
kẻ không phân biệt được trắng đen,
và lạc trong mê cung *tám ngọn gió*².

1 Bát phong hay tám ngọn gió đời là: lợi suy, vinh nhục, khen chê, sướng khổ. “Bấy giờ Thế Tôn bảo các Tỳ-kheo: Ở đời có tám việc, chúng sanh xoay chuyển theo đó. Thế nào là tám? Một là lợi, hai là suy, ba là hủy, bốn là dự, năm là xưng, sáu là cơ, bảy là khổ, tám là lạc.” (Kinh Tăng Nhất A Hàm, tập III).

2 Tức tám ngọn gió đời hay bát phong.

Trong hiện cảnh của sắc màu rực rỡ,
kẻ trộn Pháp Phật với pháp đời³,
lấy *bát phong* làm “Pháp” tu hành,
và ra vẻ hấn là bậc tăng sĩ.
Đó là ai nếu không phải là NGƯỜI!

Trong ảo cảnh của sắc màu rực rỡ,
kẻ tung bay tà áo tăng trong gió,
quảng trí tuệ tối hậu⁴ vào hư không,
và tích góp những ngôn từ rỗng tuếch.
Đó là ai nếu không phải là NGƯỜI!

Trong cõi ảo của sắc màu rực rỡ,
kẻ cho rằng chính hấn là tăng-già⁵,
tâm lại chìm trong hành vi thế tục:
đạo đức giả, oai phong - mà bên trong rỗng.
Đó là ai, nếu không phải là NGƯỜI!

Giữa vụn cảnh của sắc màu rực rỡ,
kẻ xưng rằng đang lợi lạc chúng sanh,
nhưng đem thân làm nô lệ cho luân hồi,

3 “Worldly dharmas”: những việc làm với tâm bất tịnh, bám chấp luân hồi.

4 Bản giác, hay chân như, tánh không v.v...

5 Chữ “a sangha” (một tăng già) ở đây có nghĩa là “một tăng sĩ”.

và kết thúc⁶ với hai bàn tay trắng.
Đó là ai nếu không phải là NGƯỜI!

Trong hiện cảnh của sắc màu rực rỡ,
kẻ nghĩ quyền lực, lạc thú đều sẵn chờ,
và giương vè oai phù phiếm, vô nghĩa,
của đầu óc cạn cợt và khinh suất.
Hắn là ai nếu không phải là NGƯỜI!

Trong ảo cảnh của sắc màu rực rỡ,
say men nồng của tham luyến, hận, sân,
hắn sắm vai người dẫn dắt chúng sanh -
một vũ công chuyên những trò lừa bịp.
Đó là ai nếu không phải là NGƯỜI!

Trong cõi ảo của sắc màu rực rỡ,
không nhận ra kiêu mạn trong chính mình,
hắn giao du với giới lợi-và-danh,
óc tư duy như kẻ làm chính trị.
Đó là ai, nếu không phải là NGƯỜI!

Giữa vạn cảnh của sắc màu rực rỡ,
hắn giống như ngàn, vạn, ức người khác,
tự lừa dối mình, say lời đường mật,

6 Tức là khi chết sẽ là kẻ thất bại.

rượt đuổi lải lòi - ngọn gió phù du.
Đó là ai, nếu không phải là NGƯỜI!

Trong hiện cảnh của sắc màu rực rỡ,
kể từ khi mê niệm⁷ khởi trong tim,
hấn tụt mãi với trò lừa vị-ngã⁸,
và ngoan cố bám chặt vào tư kiến⁹.
Đó là ai nếu không phải là NGƯỜI!

Trong ảo cảnh của sắc màu rực rỡ,
số mệnh của các cặp phu thê¹⁰,
là chạy theo sắc thanh hư vọng.
Phải đây cái chân Tăng-già¹¹ theo đuổi?

Tôi không được để mắt, tai tới kẻ,
huênh hoang rằng luôn lợi lạc chúng sanh,
mà thân thì lăn lóc khắp mọi nơi,
say mê những sắc màu phù phiếm.

7 Tức ý nghĩ sai lạc do tâm mê mờ khởi lên.

8 “Vị ngã” hay “vị kỉ” có nghĩa là vì quyền lợi riêng cá nhân, lấy cái ngã của mình làm trung tâm.

9 Kiến giải cá nhân, còn trong vòng nhị nguyên và ngã chấp, chứ không phải tri kiến của trí tuệ hiểu biết thực tại

10 Cặp vợ chồng.

11 Chân Tăng già (Real Sangha) nghĩa là Tăng già chân chính, chân tu.

Tôi không được, dù chỉ trong một thoáng,
làm ra vẻ miên mật hành thiếu dục¹²,
mà thật trong lòng cái gì cũng tham,
vơ vào hết mọi thứ thiên hạ cúng.

Tôi không được biến mình thành kẻ,
nghĩ lợi lộc, danh vọng, quyền hành
thậm chí ngay cả trong giấc ngủ,
như đồng đá đắp tảng bào trang trí.

Tôi không được sa chân vào đường,
hùng biện uyên thâm với tâm xấu,
nhằm giữ riêng người-học-đạo cho mình,
dưới mác hiệu: tu hành Pháp của Phật.

Nguyện tôi thiên không mắc những lỗi lầm,
như kẹt vào các chấp trước cực vi tế,
tâm an trú, không rời xa cốt thép -
nơi tịnh kiến về chân như thường trụ.

Nguyện [tôi] luôn trên đạo lộ Phật tối thắng,
trong kiếp này và những kiếp mai sau.
Nguyện không bao giờ tôi mắc mê lầm,
lạc lối trong hành vi phi Pháp Phật.

12 Ít ham muốn.

Từ khi sanh ra tới nay, hơn nửa cuộc đời, tôi thấy chính mình đang trôi dạt trong tám ngọn gió đời vô nghĩa. Vậy nên, tôi viết những lời này vào Ngày Đầu Năm Mới của Năm Con Heo Đất, thuộc Rabjung¹³ thứ 17, để tự nhắc mình rằng tôi phải, từng phút từng giây, trong từng bước đi, vững chắc tu hành chánh Pháp của Phật cho tới hết phần còn lại của cuộc đời. Lại nữa, mong rằng các bằng hữu của tôi cũng làm như vậy, bởi tôi tin rằng điều này rất quan trọng.

Hungkar Dorje

--

Dịch Tạng Anh: Hải Losang, tháng 2, 2019.

Việt dịch: Lotsawa (Hiếu Thiện) tháng 3, 2019.

Xem bản tiếng Anh (dưới bản Việt dịch): www.lienhhoaquang.com/loidaosu-q4-05

13 Rabjung có nghĩa là một chu kì gồm 60 năm, theo Tạng lịch. Con số 60 là do 12 con giáp nhân lên với ngũ đại; đây là hai yếu tố làm thành tên cho mỗi năm. Năm nay theo Tạng lịch là năm Con Heo Đất, hay Thổ Hợi, thuộc Rabjung thứ 17.





“Vẻ đẹp và màu xanh của thiên nhiên mang đến môi trường sống tốt lành cho thể xác và cảm giác thư giãn cho tinh thần. Tuy trong bản chất, Phật tánh có kết nối tình cảm sâu sắc đối với môi trường thiên nhiên và chúng sinh hữu tình.”

TÌNH YÊU THƯƠNG CHÂN THẬT DÀNH CHO THIÊN NHIÊN

Đối với cả thân và tâm con người, môi trường trong sạch giống như một người bạn thân có kết nối rất khăng khít.

Vẻ đẹp và màu xanh của thiên nhiên mang đến môi trường sống tốt lành cho thể xác và cảm giác thư giãn cho tinh thần. Tự trong bản chất, Phật tánh có kết nối tình cảm sâu sắc đối với môi trường thiên nhiên và chúng sinh hữu tình. Việc thành tựu Phật quả hay các công hạnh giác ngộ có liên hệ mật thiết với môi trường tự nhiên và hệ sinh thái, ví dụ như những sự kiện lớn (của chư Phật): Đản Sinh, thành tựu Niết Bàn dưới cội bồ đề, hay thuyết Pháp trong rừng.

Bản thân tôi cũng là một người rất thích công việc bảo vệ môi trường và xây dựng hệ sinh thái xanh. Tuy nhiên, việc trồng cây xanh và nuôi dưỡng các loài thực vật trên cao nguyên thường gặp rất nhiều khó khăn. Phải sau nhiều năm tích lũy kinh nghiệm, một số loài cây lá kim mới

có thể phát triển rất chậm trên cao nguyên này. Ngoài ra, trong những năm gần đây, trong nước (*Trung Quốc - LND*) cũng đã đầu tư rất nhiều kinh phí vào việc trồng cây xanh.

Đã có rất nhiều [sự đầu tư] hết sức sâu sát cho hướng đi này, và việc hướng các chính sách theo xu thế này cũng hết sức quan trọng. Năm nay, những hàng cây có giá trị hàng trăm ngàn nhân dân tệ và diện tích hơn 2.500 ha đã được trồng trong tu viện¹⁴, tạo ra một môi trường xanh sạch mới.

Việc xây dựng nghề trồng rừng là một công việc gian khổ và cần tiếp tục duy trì trong dài hạn, chứ không phải chỉ cần trồng cây trên mặt đất là xong. Chi phí cho hàng rào bảo vệ rừng, tưới tiêu, bón phân và bảo tồn cộng đồn lại thực sự là một khoản chi phí khá lớn. Rừng cây có thể mang lại cho chúng ta không khí trong lành, vì vậy chúng ta phải nỗ lực để tiếp tục duy trì rừng cây và tạo nên một không gian ngày một xanh hơn.

Hungkar Dorje

Bắc Kinh, 8 tháng 5 năm 2019

Việt dịch: Pema Tso, tháng 4.2020.

Bài viết được đăng trên website: www.lienhhoaquang.com/loidaosu-q4-07

Nguồn: <https://mp.weixin.qq.com/s/R7T8v51jeiYo-mIxmQnb7g>

14 Tu viện Lungon



BÁNH XE VÔ THƯỜNG

*Hungkar Dorje Rinpoche*¹⁵

Trên trời cao, mây là thảm dưới chân¹⁶ –
cao trên thiên lộ, mà lòng không thấy hơn.
Dưới đất bằng, mây thành mũ trên đầu –
thấp dưới hạ giới, mà tâm không thấy kém.

Thân người tan theo gió nghiệp,
biết đâu lông tóc, đâu máu thịt!
Thăng rồi trầm - thân phận người
lòng vòng như bánh xe quay.

Xuân hạ thu đông đến rồi đi,
nổi nhau theo vòng nghiệp lực.
Trời nhiệt rồi trời lại hàn,
luân chuyển như vàng nhật-nguyệt.

15 Rinpoche gửi qua wechat ngày 19.05.2019.

16 Rinpoche viết trong khi đang bay trên bầu trời.

Hoa xuân tươi rồi cũng héo,
cũng tan theo lẽ vô thường.
Cái xấu tiếp theo cái tốt -
luân phiên như ngày và đêm.

Bạn thân như ngọc như vàng
bởi từng gắn bó đã lâu;
Hợp đầy tất rồi sẽ tan -
vòng quay tháng-ngày bất tận.

Ảo cảnh luân hồi là thành phố
muôn vàn sắc màu trong mơ.
Vui buồn rõ thật trong mơ,
tỉnh giấc tìm đâu cho thấy.

Viết từ những cảm xúc của người có tên là Hungkar Dorje, trong chuyến bay từ Ả Rập tới Hồng Công.

--

Dịch Tạng-Anh: Hải Losang.

Dịch Anh-Việt: Lotsawa (Hiếu Thiện).

Bài viết được đăng tại website: www.lienhovaquang.com/loidaosu-q4-07



HÃY GIỮ NỤ CƯỜI LUÔN TỎA SÁNG

*Hungkar Dorje Rinpoche*¹⁷

Khi biển chìm sâu trong đêm đen vô tận,
nụ cười trắng tròn vẫn luôn sáng trong tôi,
biển vẫn an bình gợn sóng trong và mát.

Xin bạn chớ đổi thay - khi khuyết khi lại tròn.
Hãy giữ nụ cười tỏa sáng trên gương mặt.

*Cảm hứng trước cảnh biển và trăng ở châu Phi.*¹⁸

--

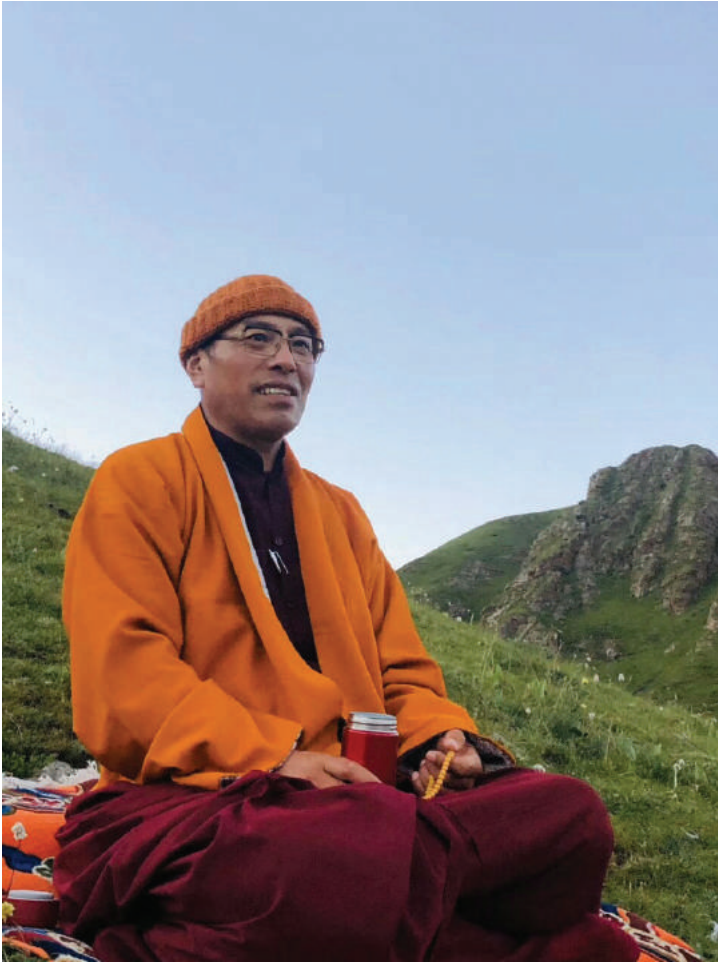
Dịch Tạng-Anh: Hải Losang.

Dịch Anh-Việt: Lotsawa (Hiếu Thiện).

Bài viết được đăng tại website: www.lienhhoaquang.com/loidaosu-q4-08

17 Rinpoche gửi qua wechat ngày 20.05.2019

18 Lời kết do Rinpoche viết



"Nếu hình dung thế giới này của chúng ta như một bức tranh rất chi tiết, tuyệt đẹp và sống động thì mức độ chúng ta cảm nhận được vẻ đẹp và chất nghệ thuật của bức tranh tới đâu phụ thuộc vào khả năng và căn tánh của mỗi người.. "

TIỂU SỬ ĐỨC TÔN QUÝ

HUNGKAR DORJE RINPOCHE

Đức Tôn Quý Khyentse Rigdzin Hungkar Dorje là bậc hóa thân chuyên thể của Do Khyentse, Đạo Sư vĩ đại của Tây Tạng, Tổ của dòng Longchen Nyingthig Đại Viên Mãn, Cổ Mật. Ở Tây Tạng, Ngài được tôn vinh là hiện thân của Đại Trí Văn Thù Sư Lợi.

Hungkar Dorje Rinpoche sinh năm 1967, tại xứ Golok, Tây Tạng, trong một dòng họ của những Đại Thành Tựu giả. Năm 1989, Ngài tới tu viện Drepung, thuộc Gelugpa, theo tiếng gọi thiêng liêng của lời nguyện tiền kiếp: làm một đạo sư Phật Giáo Rime Bất-bộ-phái. Năm 1991, Ngài vượt rặng Himalaya sang Ấn Độ và khổ tu tại thánh địa Varanasi. Năm 1994, tại Bồ Đề Đạo Tràng, Ngài được chính thức đăng quang là hóa thân của Do Khyentse và Jigme Lingpa. Nhân dịp này đức Đạt Lai Lạt Ma đã viết

lời “Cầu Nguyện Trường Thọ Đức Hungkar Dorje Tôn Quý”, tôn vinh sứ mệnh tiếp nối dòng vàng Lịch Đại Tổ Sư Longchen Nyingshi Đại Viên Mãn của Đức Hungkar Dorje Tôn Quý và tiên tri những thành tựu lỗi lạc trong đời này của Ngài.

Năm 2000, Rinpoche chính thức trở thành bậc lãnh đạo tâm linh tối cao thứ 10 của tu viện Lung Ngon (Chokhor Ling), sứ mệnh được trao truyền từ thân phụ Ngài, Khai Mật Tạng Đại Pháp Vương Kusum Lingpa. Tu viện Lung Ngon được thành lập bởi tiền thân của Rinpoche là Tô Do Khyentse với sứ mệnh trì giữ và phát triển dòng pháp Longchen Nyingshi của Dzongchen. Hiện nay, tu viện là một trong những trụ xứ lớn của Phật Giáo Tây Tạng, nơi có gần nghìn tăng, ni, hành giả yogi, học viên học viện Phật Pháp v.v... tu học. Tu viện nổi tiếng với Đại Bảo Tháp Hòa Bình (một trong những Đại Bảo Tháp lớn nhất thế giới), Học viện Phật Pháp Chorig Lobling, Ni viện đầu tiên trong lịch sử Golok, v.v... Mỗi năm, hàng chục vạn tăng, ni, Phật tử khắp mọi nơi đổ về đây thọ nhận giáo lý và tu học.

Với đại nguyện hoằng dương chánh Pháp của chư Như Lai, Ngài tổ chức sưu tập, dịch thuật, biên tập, in ấn, xuất bản v.v... toàn bộ giáo lý và lời dạy của Phật Thích

Ca Mâu Ni. Đây là một dự án lớn với sự tham gia của nhiều người thuộc các tầng lớp xã hội khác nhau trên thế giới. Để bảo tồn và truyền bá nền văn hóa Phật Giáo Tây Tạng độc nhất vô nhị, Ngài sáng lập và làm chủ tịch Quỹ Gesar Shepen, xây dựng Trung Tâm Nghiên Cứu Mayul, xây dựng Trường Giáo dục Truyền thống và Hiện đại Tây Tạng v.v... Rinpoche nói vào thời xưa ở Golok không có ni viện và Ngài không thể hiểu nổi tại sao phụ nữ nói chung và ni sư nói riêng không được tôn trọng. Vì vậy, Ngài đã thành lập ni viện đầu tiên tại Golok. Giáo huấn của Rinpoche luôn lấy tình thương làm cốt tủy. Ngài dạy cần phải từ bi, không chỉ đối với con người mà cả đối với con vật. Ngài cổ vũ việc ăn chay, giáo dục đạo đức không sát sinh, hòa bình và hòa hợp.

Năm 2005 Rinpoche bắt đầu truyền dạy Phật Pháp tại đất Mỹ. Từ đó, sự nghiệp hoằng pháp độ sinh của Ngài trải rộng ra nhiều nơi trên thế giới: Mexico, Canada, Úc, Nga v.v... Đặc biệt, Rinpoche có kết nối duyên nghiệp rất sâu dày với đất nước và con người Việt Nam. Năm 2009, tại một hòn đảo nhỏ, cô tịch ở Nha Trang, Ngài đã viết lời cầu nguyện Phật Mẫu Hồng Tara (Kurukulle) “Xích Lô Câu”. Với oai lực của bậc Thầy chứng ngộ Ngài đã giúp nhiều người dân bình thường hoặc hành giả ẩn tu

trong núi vượt qua những chướng nạn khủng khiếp. Từ đó tới nay, uy danh của Rinpoche ngày một lớn. Ở những nơi Rinpoche tới, mưa pháp của Ngài đã thấm khắp: chùa Vĩnh Nghiêm, chùa Sủi, chùa Báo Ân, chùa Thiên Khánh, chùa Phổ Quang, chùa Từ Quang, chùa Lâm Huê v.v... Năm ngoái, nhận lời mời chính thức của Giáo Hội Phật Giáo Việt Nam, Ngài đã tham dự Đại Lễ Vesak 2014.

Giáo huấn của Rinpoche luôn hướng tới hòa bình và hòa hợp toàn nhân loại. Cũng như Đức Đạt Lai Lạt Ma, Ngài là tấm gương lớn về tinh thần hòa hợp đối với tất cả các truyền thống tôn giáo trên thế giới.

Soạn bởi Hiếu Thiện (Lotsawa),

Hà Nội, ngày 10.8.2015.





“ Vì vậy, chúng ta phải nương tựa vào nhau, tôn trọng lẫn nhau, kiên nhẫn với nhau, tốt bụng với nhau, nói chuyện với nhau bằng cả con tim, cảm thấy thoải mái cùng nhau, cảm thấy yên vui bên nhau v. v. Điều này sẽ làm cho những gì quý giá, những gì được định hướng đúng đắn, những gì tốt đẹp và chói ngời phẩm chất trí tuệ trong cuộc đời của mỗi cá nhân bùng nổ ... ”

Mọi sai sót xin thành tâm sám hối,
mọi công đức xin hồi hướng khắp pháp giới chúng sinh.



ཡི་གོ་ཉི་ཤུ་རྩ་དྲུག་པ་འདི་དཔེ་ཚལེ་ནང་དུ་བཞག་ན་དཔེ་ཚད་ཅི་འདྲར་
བསོམས་ཀྱང་ཉེས་པ་མི་འབྱུང་བར་འཇམ་དཔལ་རྩ་རྒྱུད་ལས་གསུངས་སོ།།

LỜI ĐẠO SƯ

Giáo huấn khẩu truyền của Đức Bổn Sư - Quyển IV

HUNGKAR DORJE RINPOCHE

Khyentse Rigdzin Hungkar Dorje

Việt dịch: Hiếu Thiện

NHÀ XUẤT BẢN ĐÀ NẴNG

Lô 103, đường 30 tháng 4, phường Hòa Cường Bắc, TP. Đà Nẵng

ĐT: 0236 3797874 - 3797873 - Fax: 0236 3797875

Website: www.nxbdanang.vn

Chịu trách nhiệm xuất bản : **Giám đốc - TRƯƠNG CÔNG BÁO**

Chịu trách nhiệm nội dung : **Tổng biên tập - NGUYỄN KIM HUY**

Biên tập : **HUYỀN YÊN TRẦM MY**

Trình bày : **LIÊN HOA QUANG**

Sửa bản in : **LIÊN HOA QUANG**

Vẽ bìa : **LIÊN HOA QUANG**

THỰC HIỆN LIÊN KẾT XUẤT BẢN:

CÔNG TY TNHH TM & DV - VH HƯƠNG TRANG

416 Nguyễn Thị Minh Khai - P.5 - Q.3 - TP.HCM

ĐT: 028.38340990 - Fax: 028.38249739

In 1000 cuốn khổ 14.5x20.5 cm tại Cty TNHH VH In SX-TM-DV Liên Tường,
240/59-61-63 Nguyễn Văn Luông, P.11, Q.6, TP. HCM.

Xác nhận ĐKXB số:-/CXBIPH/...../ĐaN.

QĐXB:/QĐ-NXBĐaN, ngàytháng năm 20...

Mã ISBN: 978-604-84-... In xong và nộp lưu chiểu quý ... năm 2020.