

CĂN BẢN
ĐẠO LỘ

CHÙA DƯỢC SƯ

CĂN BẢN
ĐẠO LỘ

Tái bản lần thứ 2 có bổ sung

Tỳ-kheo-ni HẢI TRIỀU ÂM

toát yếu từ cuốn:

Giải Thoát Trong Lòng Tay

NHÀ XUẤT BẢN TÔN GIÁO

PL. 2563-2019



Giải Thoát Trong Lòng Tay

*© Một bài giảng khúc chiết về con đường
đạt đến giác ngộ*

*(Liberation in the Palm of Your Hand -
A concise discourse on the path to
enlightenment)*

Tác giả: Pabongka Rinpoche

Biên tập: Trijang Rinpoche

Dịch ra tiếng Anh: Michael Richards

Dịch ra tiếng Việt: Thích nữ Trí Hải.



Tiểu Sử

Cố Đại Lão Sư Trưởng Hải Triều Âm

Sư trưởng pháp huy Hải Triều Âm, tự Đại Thành, hiệu Bác Tế Từ Hòa, thế danh Nguyễn Thị Ni, sinh năm 1920 tại tỉnh Hà Đông, nay thuộc thủ đô Hà Nội.

Thân phụ là một công chức người Pháp, cụ ông Etienne Catallan. Thân mẫu là một y sĩ người Việt, cụ bà Nguyễn Thị Đắc. Vì thế Sư trưởng còn có tên thế tục tiếng Pháp là Eugénie Catallan.

Thầy sanh trưởng trong gia đình nề nếp gia phong, được huân ướp một đời sống đạo đức, lễ nghi của người châu Á. Kiến thức văn hóa, trí tuệ sâu rộng từ trường học Tây phương. Thầy đã có một lối sống khuôn phép nhưng khoáng dãng, lịch sự nhưng cương trực.

Lấy xong bằng tốt nghiệp Diplôme D'étude Primaire Suprieur Thầy đi dạy học. Ngay khi còn tại gia, Thầy đã

biểu lộ lòng từ bi. Ngày ngày dạy học, ngoài thời giờ Thầy vào các bệnh viện, trại mồ côi, dưỡng lão để giúp đỡ an ủi động viên những mảnh đời bất hạnh.

Cơ duyên được biết Phật pháp là do Sư cụ Thích Tuệ Nhuận. Bài pháp đầu tiên được nghe Sư cụ giảng tại chùa Quán Sứ là kinh Lăng Nghiêm, phẩm Quán Âm Quảng Trần và chương Đại Thế Chí niệm Phật. Lãnh hội được sự vi diệu của Phật pháp đem lại niềm an vui cho mọi người. Sau đó, Thầy thường in những cuốn kinh nhỏ phát cho các Phật tử tới chùa tụng kinh hằng ngày.

Quy y với Hòa-thượng Pháp chủ đương thời là ngài Thích Mật Ứng, được Ngài đặt cho pháp danh là Hải Triều Âm.

Thầy sáng lập gia đình Phật tử, mở các hội trưởng lão, thanh thiếu niên, nhi đồng ở Hà Nội, Hải Phòng. Ngoài ra Thầy còn viết bài cho tòa báo Bồ Đề của Sư cụ Thích Tuệ Nhuận, dưới bút hiệu là Thích Nữ Cát Tường Lan. Các bài pháp rất thực tế, đưa Phật pháp vào tư tưởng thanh thiếu niên trong thời đại giao thoa giữa Nho giáo và Tây học ở những năm cuối của thập niên 40, thế kỷ XX.

Năm 29 tuổi, thâm ngộ lẽ vô thường, phước thiện thế gian không thể đưa đến giải thoát. Thầy xuất gia với Hòa-thượng Thích Đức Nhuận, ở Hà Nội (*Người sau này là đức Đệ Nhất Pháp Chủ GHPGVN*). Hòa-thượng

cho y chỉ và thọ giới với Hòa-thượng Ni Tịnh Uyển, chùa Thanh Xuân, làng Phùng Khoang, Hà Nội.

Đến năm 1952, vâng lời Hòa-thượng Bốn Sư di cư vào Nam. Nhập chúng tại Ni trường Dược Sư, Gia Định, Sài Gòn. Vừa lo tu học, vừa hầu mẹ già bị bệnh bán thân, vừa lãnh việc chuyên giảng dạy cho Phật tử. Thầy tinh trì giới luật, nghe kinh Kim Cang lãnh ngộ được tông chỉ niệm Phật. Thầy tu quán Tứ Niệm Xứ để khai tuệ giác tỉnh, sở đắc về bộ kinh Lăng Nghiêm để khai tri kiến Phật.

Khoảng năm 1962, sau khi mẹ mất, vì muốn báo hiếu công ơn mẹ, Thầy nhập thất 5 năm ở chùa Vạn Đức, Thủ Đức, Sài Gòn. Những mong nhập Niệm Phật tam muội.

Năm 1968, Hòa-thượng Thích Thiên Tâm khai mở tông Tịnh-độ ở thôn Phú An, Đức Trọng, Lâm Đồng. Mời Thầy về để cùng một số Ni chúng thành lập xã Hoa Sen, noi gương Tổ Huệ Viễn. Nơi đây, Thầy nhập thất tại tịnh thất Linh Quang, chuyên tâm niệm Phật.

Năm 1970, Hòa-thượng Thích Thanh Từ mở lớp tu thiên 3 năm ở Thiên viện Chơn Không, Vũng Tàu. Thầy là một trong 10 vị khóa đầu được Hòa-thượng chiêu sinh. Thầy theo khóa học thiên để hỗ trợ cho công hạnh tu Tịnh-độ. Sau thời gian tu tập, Thầy ngộ được tôn chỉ “Tri vọng vọng tan, chính là quán hạnh Tứ Niệm Xứ”.

Năm 1973, Thầy trở về Tịnh thất Linh Quang, Lâm Đồng nối tiếp công phu tu niệm.

Nhưng từ hoài bi nguyện độ sanh không bỏ, Thầy bắt đầu độ chúng, lúc đó chỉ có vài chục người. Đến nay đã thành lập 9 chùa Ni Liên, Linh Quang, Liên Hoa, Viên Thông, Hương Sen, Dược Sư, Lăng Nghiêm, Bát Nhã và Dược Sư 2. Đủ các căn cơ, già trẻ, lớn bé cho đến người tàn tật, trẻ mồ côi Thầy đều đưa tay tế độ, mong họ được kết duyên với Phật pháp. Phật tử quy y thì không biết bao nhiêu mà kể.

Mặc dù giác biết chúng sanh huyễn có, vẫn dùng pháp huyễn để độ chúng sanh. Ngày ngày lên lớp giảng dạy, từ sáng đến trưa, từ trưa đến chiều, lời lẽ uyên bác, chỉ mặt phải, răn mặt trái. Nhắc đi nhắc lại, cặn kẽ từng lời, mong sao cho các con thấm nhuần kinh pháp. Lời giảng dạy của Thầy ai nghe cũng thấy đúng với tâm trạng của mình, hợp thời, hợp cơ, giản dị dễ hiểu, lại rất thực tế.

Đối với đại chúng, Thầy khiêm cung, giản dị, từ hòa. Nhưng nghiêm khắc đưa đại chúng vào khuôn khổ giới luật, nội quy. Sửa trị những xấu ác, nhưng bao dung những lỗi lầm chỉ cốt cho đại chúng thành những bậc pháp khí trong Phật pháp. Thầy một lòng lo cho đại chúng, từ tinh thần đến vật chất, hy sinh sức khỏe thời giờ, tận tình từ đời sống tạm thời đến rồi đi, tới đời sống đạo vị lợi ích

vĩnh viễn trong kiếp tương lai. Suốt ngày trọn đêm không giờ phút nào Thầy ngồi nghỉ trong bốn phận tự giác giác tha.

Tám gương vô ngã vị tha của Thầy, không lời lẽ nào kể hết được. Hạnh đức của Thầy đã gieo vào tâm thức chúng con những ấn tượng khó phai. Lúc Thầy ở Chùa Liên Hoa, Bình Thạnh, TPHCM, học chúng đổ về học pháp rất nhiều, không đủ chỗ, Thầy sửa lại phòng tắm làm chỗ nghỉ cho mình, nhường phòng mình làm chỗ ở cho đại chúng. Còn nhớ những ngày đông giá rét ở xứ lạnh cao nguyên, ai ai cũng co ro lo tìm sự an ổn cho mình. Riêng Thầy, áo mền ấm áp nhường tất cả cho các con, ráp những tấm vải thô vừa nặng vừa chẳng đủ ấm làm phần của mình.

Thấy đàn hậu lai trí kém tuệ ít, Thầy toát yếu lại những bộ kinh Hoa Nghiêm, Bát Nhã, Lăng Nghiêm, Pháp Hoa, Luật Tỳ-kheo-ni v.v... lời văn giản dị, xác thực để học chúng dễ nắm được yếu chỉ của kinh luật. Mắt đeo kính, dưới ánh đèn dầu, Thầy miệt mài đọc sách dịch kinh. Từng bộ kinh hán văn dày cộm đầy những chữ với bộ óc tuổi già thật mỏi nhọc, Thầy vẫn hết sức cố gắng cặm cụi dịch sang Việt ngữ để đàn hậu lai có sách học tập. Thầy đã biên dịch, biên soạn, toát yếu hơn 100 đầu sách và in ấn không biết bao nhiêu mà kể. Bạc chân tu liễu đạo thường ản danh nên mỗi một cuốn sách viết ra

Thầy không để tên mình bao giờ, mà lấy tên của các đệ tử đặt vào sách (*sau này khi tái bản, chúng con đã mạn phép ghi tên Tôn Sư vào sách*). Ấn tống các kinh Di Đà, Phổ Môn, Dược Sư gửi khắp Bắc Trung Nam, để các Phật tử có kinh tiếng Việt. Mang bệnh giựt cơ trên đầu mấy chục năm nhưng chưa từng vì đó mà nghỉ ngơi. Năm 1983, vì muốn làm cuốn Hai Cánh Nhà Ni cho các Tỳ-kheo-ni mới thọ giới năm vững giới điều, Thầy đã thức suốt cả tháng.

Một lòng tôn kính Phật Pháp Tăng, gặp bất cứ hình tượng Phật nào Thầy đều thành kính đảnh lễ. Tận tình học pháp, nghiên cứu pháp, truyền bá giáo pháp, cả đời Thầy nêu cao tấm gương vì pháp quên thân. Đối với Tăng Ni, Thầy khiêm cung, kính trọng, dạy hàng đệ tử chúng con suốt đời phải thực hành Bát Kính Pháp. Dạy chúng con nếp sống lục hòa, trên kính dưới nhường, lấy Giới Định Tuệ làm sự nghiệp chính của mình.

Thầy thường răn nhắc chị em phải tinh tấn tu hành để đền ơn thí chủ. Đời sống giản dị, tiết kiệm từng hạt gạo, tấm vải. Thường răn dạy chúng con không được phung phí vật dụng Tam-bảo, phải biết yêu tiếc như giữ tròn con mắt. Thầy kiệm đức kiệm phước trong từng hành động, 70 tuổi vẫn tự giặt áo, giặt mùng, không phiền nhọc một người hầu hạ. Mãi đến 80 tuổi, Phật sự đa đoan, tuổi già mỗi nhọc, Thầy mới cho hàng đệ tử

chúng con trợ giúp. Đến khi già lão, thân suy yếu lại bệnh nhưng chưa bao giờ Thầy hiện tướng mỗi nhọc buồn phiền, gặp ai cũng nở nụ cười từ ái. Ai đến gần Thầy đều cảm nhận được sự mát mẻ từ bi, tất cả bao phiền não đều tiêu tan.

Bởi vì thấu đạt được chân lý “nhất thiết chúng sanh giai hữu Phật tánh”, nên con sâu cái kiến, hàm linh bào thức, các loài chúng sanh, đã có duyên với Thầy đều được thừa hưởng ân đức Thầy ban bố, được thấm nhuần pháp vị. Lòng từ bi của Thầy không chỉ nhân loại được hưởng mà thấm nhuần đến từng cỏ cây, loài vật. Với chúng sanh, đói Thầy cho ăn, khát Thầy cho uống, rét Thầy cho áo mặc, niệm Phật để nó kết duyên với Phật pháp từ đời này đến đời sau. Thầy răn dạy chúng con “đó chính là những huynh đệ chúng ta từ kiếp trước, chỉ vì một chút lỗi lầm phải đọa làm thân chó, nên các con phải tận tình thương xót”.

Xếp đặt cho các con trong hiện tại đã đủ mọi bề khó khăn, lại còn lo mai này, Thầy về cõi Phật, các con nương tựa vào đâu? Thầy làm chùa, xây dựng cho hậu lai nơi ăn chốn ở. Nhưng thế sự vô thường, không bền chắc, chỉ có Phật pháp mới là nơi nương tựa vững vàng nhất. Thầy vì đàn hậu lai mở ra một đường lối tu hành rõ ràng. Năm 1988, Thầy viết một bài Di Chúc, để lại cho đàn hậu lai chúng con. Đó vừa là lời dặn dò, vừa là

con đường tu hành của bản thân Thầy và cũng là kim chỉ nam chỉ lối đưa đường cho đàn hậu lai chúng con trên bước đường tu học.



Qua bao thăng trầm thế sự, Thầy vẫn như núi kia bất động trước cảnh đời dâu bể, vẫn cúi xuống tận lực đùm bọc che chở, nuôi dưỡng thánh chủng cho hàng đệ tử chúng con. Sức an định của Thầy như núi cao bất động trước phong ba của tám gió. Trí tuệ của Thầy như trăng sáng chiếu soi, phá tan bao hắc ám của đời sanh tử. Dù nói bao nhiêu cũng không đủ lời để tán dương hạnh đức Tôn sư.

Năm 2009 ngày 6 tháng 7 âm lịch, Thầy để lại bút tích như sau:

*Ký ca ký cốp
Đóng góp nên công
Nhẹ như lông hồng
Bay về Cực Lạc.
Hào quang sáng quắc
Vẫy gọi muôn phương
Cái bướm con mèò
Trời người muôn loại.
Mau mau tỉnh giấc*

*Thoát xác vô minh
Giải nghiệp hữu tình
Lên đường giải thoát.*

Bốn năm sau ngày Sư trưởng để lại bút tích. Mùng 4 tháng 4 năm Quý Ty (13/5/2013) là ngày Vía đức Văn Thù Bồ-tát, cũng là ngày Kỷ niệm xuất gia lần thứ 64 của Thầy, một vầng hào quang rực rỡ xuất hiện trên đỉnh tháp khoảng từ 8 đến 12 giờ trưa.

Trước ngày vãng sanh, Thầy cho biết đã nhìn thấy đức A Di Đà, đức Văn Thù Bồ-tát, Phổ Hiền Bồ-tát cùng các thánh chúng đến đón.

11 giờ 56 phút, ngày 31 tháng 7 năm 2013 (nhằm ngày 24 tháng 6 năm Quý Ty): Thầy thu thần thị tịch, hoa sen trắng thẳng vãng trời Tây. Thượng thọ 94 tuế thế, 60 hạ lạp.

Thí chủ xây Kim Quang tháp cúng dường tại Ni viện Dược Sư, Đức Trọng, Lâm Đồng, nơi an nghỉ cuối cùng của nhục thân trần thế.

*Thần thức lên miền An Dưỡng,
Nghệp chướng bỏ lại trần lao.
Hoa khai chín phẩm sen vàng,
Phật rủ nhất thừa thọ ký.*

Trong suốt những ngày tang lễ đều có vàng hào quang xuất hiện trên đỉnh tháp, dưới sự chứng kiến của những người tham dự.

Liên tiếp các ngày tuần thất cho đến tuần chung thất, cũng đều có hào quang xuất hiện và mây ngũ sắc trên bầu trời.

Sư trưởng đã thị hiện vô thường, để lại niềm nuôi tiếc khôn nguôi cho hàng trăm, hàng ngàn đệ tử xuất gia và tại gia trên khắp thế giới.

Chúng con mạo muội viết lên ít dòng để nêu lên một phần nào công hạnh của Tôn sư, mong rằng những người hữu duyên được mong ân pháp vũ.

Nam mô Kim Quang tháp, Tào Động phái, pháp hựu Hải Triều Âm, tự Đại Thành, hiệu Bác Tế Từ Hòa, Đại lão Sư trưởng giác linh.

*Chùa Dược Sư, ngày 7-7-2014
Trân trọng kính ghi
đền ơn pháp nhũ*

Căn Bản Đạo Lộ



1. NGHI LỄ CHUẨN BỊ

Qlau sạch nhà. Chẳng những vì vệ sinh mà vì tôn trọng phước điền. Nhớ rằng việc gì lớn nhỏ đều để cầu thành Phật, lợi ích tất cả chúng sanh. Các vị Trời thường viếng cỗi người và hộ trì những ai sống đúng pháp. Ngài Châu Lợi Bàn Đạc Ca vừa quét nhà vừa nhẩm đọc:

*Tham sân si là cấu uế
Bạc trí quét sạch cấu uế
Thận trọng vâng lời Phật dạy
Sẽ giải thoát hết khổ đau.*

Đức Dalai Lama thường quét nhà đến nỗi mòn nhiều chổi. Người ta lấy vải vàng bọc những cái chổi cùn ấy để kỷ niệm và làm gương cho hậu lai chớ coi thường bốn phận chấp tác.

Phải đích thân bày biện bàn thờ, coi như ăn uống không thể nhờ ai làm hộ. Trước hết một hình ảnh Phật làm biểu tượng cho thân giác ngộ. Một cuốn kinh biểu tượng cho ngữ giác ngộ và một cái chuông biểu tượng cho ý giác ngộ. Thật là sai lầm vì thấy những vật này hằng ngày mà sanh lờn. Trái lại phải kính cẩn, mỗi lần thấy biểu tượng phải nhớ giữ gìn nghiêm khắc ba nghiệp thân miệng ý thanh tịnh.

Kinh Sen Trắng nói: “Dù tâm đang giận dữ mà cúng dường ảnh Phật treo trên tường cũng được quả báo gấp 10 triệu đức Phật”. Vậy đem tâm cung kính chiêm ngưỡng tượng Phật, lợi ích sẽ bao nhiêu? Điều vô cùng quan trọng là phải coi tượng

Phật như Phật thật. Lễ phẩm, Phạn ngữ gọi là Puja nghĩa là hài lòng. Muốn Phật vui lòng ta phải tránh 6 thứ tà mạng:

1) Nịnh hót, như khen ngợi thí chủ với hy vọng được đồ cúng.

2) Gợi ý, như nói: “Tôi đã có đậu chỉ còn thiếu đường”.

3) Kích thích, như nói: “Chị thì bao giờ dám cúng chùa những thứ đó”.

4) Thả môi, như biếu một vật nhỏ để mong được đáp lại một vật to.

5) Làm áp lực, như quấy rầy buộc thí chủ phải cho.

6) Hiện tướng tu hành để người cung kính cúng dường.

Trong bất cứ trường hợp nào đức tin là yếu tố chính, không quan trọng ở phẩm vật. Một ẩn cư xứ Tây Tạng, nghèo đến nỗi không có cái tách đựng nước cúng Phật. Ông đành lấy bát ăn của mình đựng nước

cúng Phật. Đến bữa, ông lạy Phật, mượn bát. Ăn xong, ông rửa sạch bát, lại đựng nước cúng.

Có Tỳ-kheo chủ trương cúng dường bằng sự tu hành, không dùng sự tướng cầu giác ngộ. Không biết rằng: Thập Địa Bồ-tát còn dùng hàng trăm hóa thân. Mỗi thân trăm ngàn cánh tay để dâng các lễ phẩm. Ta nên bắt chước, cúng dường càng nhiều càng hay.

Động lực là yếu tố quan trọng để định đoạt quả báo. Thí dụ cũng niệm Phật một tràng. Có người vì Bồ-đề tâm, có người cầu vãng sanh, có người vì xả ly, có người cầu sống lâu mạnh khỏe. Quả báo tùy chỗ ước mong mà được nên khác nhau rất xa.

Hành thiện cũng thế. Nếu chỉ cầu danh cầu lợi thì thiện định trở thành tội lỗi. Nếu vì chấmsứt luân hồi thì công đức tràn khắp hư không.

Động lực chân chính để quy y Tam-bảo có 3:

a) Trí tuệ giác tỉnh biết sợ hãi những thống khổ của kiếp luân hồi.

b) Tin tưởng Tam-bảo thật có khả năng giúp ta giải thoát.

c) Bi thương muôn loài đang quần quai trong biển khổ.



2. QUY Y PHẬT

Đã quy y Phật thì phải coi ảnh Phật như bản thân Phật. Có người cho rằng thờ thần Hộ Pháp linh hơn Phật. Có người treo tranh Phật thay màn cửa. Ngủ nằm hướng chân về Phật. Coi tranh tượng cũ như đồ phế thải. Những tướng mạo bất kính như thế cần phải sám hối. Chớ bình phẩm chê bai hình tượng Phật. Người ta xin ý kiến Tổ Atisha về một pho tượng đức Văn Thù. Tổ đáp: “Tượng đức Văn Thù thì bao giờ cũng quý nhưng ông nghệ sĩ tạo tượng này thì thật quá tồi”. Coi tượng Phật như một món hàng để buôn bán. Ta cần tránh sai quấy này bằng mọi giá.

QUY Y PHÁP

Buôn bán kinh sách. Phỉ báng pháp bảo. Chê Tiểu để khen Đại hoặc chê Đại để khen Tiểu. Dem kinh điển chọi mặt điển. Hạ tông phái này để đề cao tông phái kia. Giẫm chân lên kinh sách. Những ác hạnh rất nặng như trên gọi là từ bỏ chánh pháp.

Một cư sĩ vì túng thiếu phải đem bán một bộ Bát Nhã Thiên Tụng. Để được nhẹ tội cư sĩ thiết trai cúng 4 vị Tỳ-kheo. Ngài Kyergangpa thọ trai xong về bị bệnh đau đớn kịch liệt. Ngài khẩn vái cầu nguyện đức Quán Tự Tại rồi nhập định, được Quán Tự Tại Bồ-tát hiện thân bảo rằng: Ông đã biết mà còn cố hưởng lợi do bán kinh. Tội đáng đọa địa ngục nhưng vì ông chân thật tu hành, tội chuyển thành nhẹ, chỉ đau ốm rồi sẽ khỏi.

QUY Y TĂNG

Tội phạm đối với Tăng còn nghiêm trọng hơn đối với Phật và Pháp. Vì có liên hệ tới nhiều người và làm cho đạo pháp suy tàn. Chúng ta phải hết sức cẩn thận. Phá hòa hợp Tăng, ăn trộm phẩm vật chúng Tăng, chỉ trích nói xấu, phá hoại sự cúng dường, tự do sử dụng vật của Tăng chúng, nhiếc mắng Tăng Ni dù trước mặt hay sau lưng, đều tội đọa.

Dù thành phần Tăng chúng là Thánh hay phàm. Nếu chia làm hai nhóm. Mỗi bên ít nhất 4 người. Do bất đồng quan điểm, một người chủ xướng gây ra chia rẽ. Những ai liên can đến sự chia rẽ này đều đang dắt tay nhau về đọa xứ. Thù hận hay ngã ái đã chia rẽ Tăng chúng thành hai phe, chúng ta và chúng nó, là gốc nguy cơ, khiến ngôi Tam-bảo tan vỡ. Nên quả báo

rất thương tâm. Việc chính yếu của Tăng chúng là sống hòa hợp. Không hòa, không an, làm sao tiến bộ để đi tới tu chứng?

Những vị quản lý dễ phạm điều này nhất: Vì quan tâm đến thí chủ nên nói: “Chúng tôi không cần nhiều như thế này”. Thế là chướng ngại sự cúng dường. Dù chỉ bớt lại một lát bơ cũng là trộm khẩu phần của Tăng. Đây là cái nhân đọa địa ngục Vô gián. Những hình thức ăn trộm khác của Tăng chúng thì có hậu quả ở các địa ngục xung quanh.

Bà-la-môn Manavagaura được mẹ xui: “Tôi tranh biện với chúng Tăng, cứ lớn tiếng mạ nhục. Họ giữ giới không dám đáp đầu. Mọi người đứng xem nghe, sẽ tưởng là con thắng cuộc”. Nó y lời. Mỗi khi giữa công chúng biện luận với các Tỳ-kheo, nó cứ la lớn: “Ê cái đầu bò, này con lừa v.v...”, kết quả tái sanh nó làm con thủy quái 18 đầu. Đây mới là hoa báo, quả ở địa ngục.

Các bậc Thầy vẫn ân cần dạy: “Tỳ-kheo trong chùa phải coi nhau là ngôi Tăng bảo mình đã quy y”. Mỗi vị mỗi vị đều là nơi nương tựa của mình, những người giúp mình xa rời nguy hiểm sanh tử. Nhưng trên thực tế, chúng ta thường quên lời giáo huấn này, chỉ thấy lỗi xấu của nhau: Ông kia keo kiệt, ông này hắc ám... Như thế ở địa vị giải thoát mà chúng ta cứ lầm lũi tạo nghiệp sa đọa. Thật là đáng thương!



3. SÁM HỐI

Quê Phật để xây dựng kho công đức và thanh lọc nghiệp chướng. Cúng dường là trồng công đức vào ruộng phước bất tư nghì, chắc chắn đạt đến quả Phật. Trong dòng tâm thức chúng ta, những gì chưa thật chứng không phát triển, những gì đã có lại thoái chuyển, đều vì tội chướng. Cũng vì tội chướng mà bao nhiêu bất hạnh đời này đời sau. Sám hối thanh lọc ác nghiệp, cả 5 tội Vô gián. Bồ-tát Long Thọ nói: “Lỡ lầm phóng dật mà biết hổ thẹn ăn năn như Nan Đà, Angulimala. Tâm này như vầng trăng sáng”.

Với người trí, tội nặng mà quả báo nhẹ. Với người mê, tội nhẹ mà quả báo nặng. Vì người trí sợ tội chăm sám hối. Kẻ ngu coi thường bỏ qua. Thí dụ: Giết một con rận tội nhỏ. Nhưng không sám hối, nửa tháng sau

tội nặng gấp lên 16.384 lần, thành ngang với tội giết người. Không sám hối, không sợ tội vì không tin nhân quả. Chẳng cứ giết người cướp của mới là tội nặng. Chỉ cần đem tâm giận dữ mắng đê tử một câu: “Ngu như bò”. Thế là đã thành người địa ngục. Huống chi từ vô thủy ta đã bao nhiêu trái phạm. Học kỹ giới luật, nghiêm túc hành trì, lễ Phật trì chú, là bốn phận hằng ngày. Tối sám hối lỗi trong ngày. Sáng sám hối lỗi đêm qua, không được chậm trễ. Thành khẩn sám hối, chẳng những thoát khổ báo mà còn mở cửa thật chứng tuệ giác. Có bậc chân tu bỗng bị sa sút về đời sống vật chất. Đây là đáng đọa quỷ đỏi nay trả quả nhẹ. Vì thế mỗi khi đau ốm hay chịu tai tiếng nặng nề chỉ nên vui vẻ sám hối. Bực bội tức tối tổn đức vô ích.

Phạm tội với ai, phải hướng người đó cầu sám hối. Có tội đối với Phật phải quy y

Tam-bảo. Có tội với chúng sanh phải phát tâm Bồ-đề.

Ba người cùng ăn một món độc. A đã chết. B đang đau nặng. C phải vội vàng súc ruột để tống độc ra. Chúng ta cùng nhau tích lũy tham sân si đã lâu đời. Mắt Phật đã thấy bao nhiêu kẻ đọa lạc. Mắt ta cũng thấy bao nhiêu kẻ vì ba độc này mà sát đạo dâm vọng. Vậy còn đợi gì không lo tống sạch những mầm nguy hiểm ấy ra khỏi tâm thức. Quyết định chừa bỏ tất cả nghiệp xấu. Thí dụ có thói quen nói lời gay gắt v.v..., mỗi ngày tự kiểm điểm. Dứt khoát phải tập hòa nhã cho tới khi cũng thành thói quen. Quan sát suy tư như quán bất tịnh, quán mười hai nhân duyên, thuộc về lý sám hối, khai giải tâm thức, diệt trừ trọng tội, tăng phước tuệ.

4. TÙY HỖ

Các bậc Thầy dạy: Ta hãy vui mừng nghĩ đến những việc lành của chư Phật, Bồ-tát, Thánh Hiền, bạn hữu cho đến của những kẻ thù. Tên ăn xin Sutara chỉ hoan hỷ thấy vua Ba Tư Nặc cúng dường Tăng chúng mà được phước ngang với vua.

5. THỜ THẦY

Tận tụy thờ Thầy, hiện tại tiêu tai giải nạn, vị lai sẽ gặp Đạo Sư. Ngài Atisha đã học 152 Thầy. Chưa từng một lần làm phiền vị nào. Công đức tỏa khắp xứ Ấn và Tạng như hư không.

Cần chọn Thầy thật cẩn thận. Gặp Thầy tà là một bất hạnh vô cùng lớn lao. Rất hiếm hoi tìm được một bậc Thầy lý tưởng.

Chỉ hy vọng có một vị nhiều đức tính hơn lỗi lầm, lời dạy hợp giáo lý, đặt nặng về đời sau hơn đời này, nghĩ đến người nhiều hơn đến bản thân.

Hỗn xược với Thầy là bài báng tất cả chư Phật. Quả báo dị thực rất nặng nề. Người này vị lai rất khó gặp Đạo Sư, sẽ tái sanh về những nơi chẳng được nghe Phật pháp.

Đệ tử thành thật tôn kính Thầy, khát khao giáo lý. Mỗi lần bị đánh coi là được quán đỉnh, được gia trì, tăng phước báo. Lời Thầy quả mắng là thần chú vô ngại đại bi, khiến thoát đọa xứ muôn triệu kiếp. Mỗi búng tay có 65 sát na. Đệ tử giận Thầy một thời gian bằng cái búng tay, tự tiêu hủy công đức đã tích lũy trong 65 kiếp. Vì thế nếu lỡ phỉ báng, hờn giận hay phật ý Thầy, phải mau sám hối.

Tận tụy với Thầy có 3 cách: cúng dường, phụng sự và tu hành.

6. THÂN NGƯỜI VÔ GIÁ

Tám nạn lớn khó thoát: Địa ngục, Ngã quỷ, bàng sanh, biên địa (nơi không Phật pháp), mù điếc, câm ngọng, tà kiến, năm tội nghịch.

Biết sử dụng thân người hiện tại, ta có thể đạt bất kể cõi trời nào và tránh được tất cả tái sanh khổ. Cho đến muốn về cõi Phật, ta cũng sẽ tới nơi. Loài người có khả năng phát Bồ-đề tâm và đủ trí tuệ để đạt giác ngộ. Cầu gì được nấy nên gọi thân người là viên ngọc ước.

Người nghèo bắt được túi vàng, mở ra đếm mãi. Chủ nhân quay lại, nhận ra của mình, liền đòi lấy mất. Người nghèo rút cuộc tay không. Đã được thân người mà không biết sử dụng, để luống qua vô ích, sau này ăn năn. Chớ lãng phí thời giờ, hãy nỗ lực tích lũy công đức, thanh lọc tâm địa.

Mất thân người rồi sẽ triển miên trong ác nghiệp, không còn cơ hội làm lành. Cứ thế lang thang không tận. Hãy nhìn một con chó kia, từ nay chỉ có tham lam hận thù. Đâu còn bao giờ biết được lòng tin, làm phước và trí tuệ y ly. Cho nên phải tận dụng từng phút của thân người. Dù đã già, đừng lười biếng, mọi sự sẽ tốt đẹp. Thân phận con giun bao giờ được làm người để biết quỳ lạy Phật. Kinh dạy: Được thân người khó như cỏ mọc trên mái nhà, rùa mù gặp bông cây. Số chúng sanh đi từ cao xuống thấp nhiều như bụi trên đại địa. Số chúng sanh đi từ thấp lên cao bằng bụi dính trên đầu ngón tay. Được thân người đã khó lại vô cùng hiếm hoi cơ duyên gặp Phật pháp. Thân người là ranh giới của lên và xuống. Lầm lỡ thì tai hại suốt đời vị lai. Hiện tại ta còn một thời gian ngắn. Nếu không ngày đêm tu tập diệu pháp để ra khỏi luân hồi thì khác gì kẻ điên khùng, đã tới núi báu, không vội vàng hốt ngọc hốt vàng, cứ ca

múa hát xướng chơi rong. Tối ngày về, tay không mà còn đeo thêm những duyên đọa lạc. Tổ dạy: “Ở một cơ may như thế, chớ tự lừa dối mình. Hãy tích lũy công đức, hãy thanh lọc bản thân, hãy thu thập yếu tố giải thoát, hãy tuệ quán khai trí. Kiếp sống quý báu vô giá, chỉ có một lần này thôi. Để mất đi rồi, không biết đến bao giờ mới trở lại cơ duyên giác tỉnh”.

Làm sao không tinh tấn mà có giới định tuệ? Chỉ đừng đọc suông toa thuốc mà phải uống. Phải tận lực hội nhập Phật pháp vào đời sống. Đã biết thân người khó được mà dễ mất thì phải tiếc những giờ phút vô nghĩa. Đã biết cái chết sập tới thì phải chuẩn bị đời sau. Tin lý nhân quả, hẩn chấm dứt thói buông lung phóng dật. Dấu hiệu chứng tỏ biết thân người hiếm quý là khi bị gai đâm vào bắp vế, ta không có thời giờ rút gai, cứ tiếp tục thiền quán hay niệm Phật.

7. LỜI CẢN DẶN THIẾT YẾU

Trên đạo lộ đến quả vị Phật, ta không thể vào đại thừa bi mãn nếu chưa tu tập tiểu học y ly. Chưa tự lợi không thể lợi tha. Tiểu thừa là nền tảng của ngôi nhà Phật pháp. Đây là tài liệu dẫn nhập để đưa đến kết quả vĩ đại. Các bậc Đại Sư đều đã tu tập tam thừa giáo lý nhiều kiếp. Thiết yếu nhớ đến cái chết, chăm quán vô thường, buông xả thế gian. Khi hành giả không xuống đời kiếm ăn thì mì ống sẽ tự lăn đến Ngài.

Thay vì khám xét cái hầm lửa nằm ngay nơi ngưỡng cửa nhà ta, ta cứ lo thám thính xa xôi, tìm tòi những con đường ở tận chân trời. Không để ý đến ba độc tham sân si đang trói buộc mình với những cái thật tầm thường, ta cứ tìm học Phật thừa

mật diễn tận đầu đầu. Đó là tại ta ít suy ngẫm về cái chết.

Nếu ngay bây giờ ta biết sợ chết thì đến giờ phút ấy ta đỡ sợ. Giàu có trăm ngàn vàng, làm vua cai trị cả trăm nước. Đến lúc chết mới thấy rõ ràng là rỗng tuếch. Có bậc Thầy ở Tây Tạng uống nước bằng cái sợ người. Có vị vẽ trên tường nhà tắm một bộ xương. Niệm chết tác động cho ta học và tu Phật pháp đến viên mãn. Vì đã có chuẩn bị nên đến ngày giờ, sẽ đón nhận sự ra đi một cách vui vẻ. Từ Phật đến các Thánh đệ tử, nào có ai không rời bỏ cái xác, hưởng chi chúng ta.

Râu ông già càng cạo càng mọc. Sự việc thế gian, hết thứ này sang thứ khác, thứ nào cũng cần kíp. Nếu đợi xong mới tu thì cái chết chắc chắn sẽ đến trước. Sắp du hành sang Ấn Độ, chúng ta chuẩn bị đủ thứ. Sao không chuẩn bị cẩn thận cuộc du hành tái sanh? Bồ thí là lương thực ăn

đường không bao giờ hết. Phật pháp là bạn đồng hành không bao giờ bỏ ta. Những bài khai thị lúc lâm chung nên đọc ngay bây giờ. Vì lúc ấy chắc chắn trăm phần ta không còn tu được nữa. Chỉ còn nhờ ở thân lực bất khả tư nghì của ngôi Tam-bảo.

Cần quan sát và xem nhiều kinh nói về những nỗi khổ ở địa ngục, ngã quỷ, bàng sanh. Lấy gì bảo đảm chúng ta không bị rơi vào những bất hạnh này. Bên Tây Tạng, tại Dagpro, một Lama nhận bơ và thịt của hai thí chủ gửi cho một người khác. Ngài không đưa hộ. Khi chết, Ngài tái sanh làm bò trong nhà thí chủ gửi bơ. Thời gian sau, con bò cái lăn xuống sông chết đuối. Xác trôi đi xa. Thí chủ gửi thịt vớt được.

Liệt vị Hòa-thượng, những chức sự trong chùa, các tu sĩ học giả... hay được đặc biệt trọng đãi. Nên nhớ định luật nhân quả tuyệt đối không riêng tư. Nếu không cẩn thận thì rất dễ dàng làm lừa ngựa cho

các thí chủ lúc nào không hay. Chỉ một lời nói giễu cợt, một hành vi xúc phạm người khác, là ta đã có phần trong đọa xứ. Được vô sanh pháp nhãn, thoát luân hồi, mới bảo đảm giải thoát.

Mất thân này rồi, thật không có chỗ cậy nương. Chỉ còn thời gian hơi thở chưa ngừng. Việc này vội vã làm ngay!



8. TÂM BỒ ĐỀ

Tâm Bồ-đề là cửa ngõ duy nhất vào Đại thừa. Có phải là con Phật hay không, chỉ cần điều này. Đây là đệ nhất phước điền. Đây là gốc để tịnh trừ nhân quả đau khổ. Từ đây tích lũy công đức cho tới ngày thành Phật. Cho chó một miếng ăn với tâm Bồ-đề, quả báo sẽ không cùng tận. Đã phát triển tâm Bồ-đề thì dễ dàng thành công trong các sự nghiệp. Người này dù không mời, bốn Thiên vương vẫn thường xuyên ủng hộ. Bậc Đạo sư đây từ mẫn này dùng năng lực từ bi đánh bại quân ma. Tâm Bồ-đề là pháp tu chính yếu của những người con anh dũng của Như Lai.

Luyện tập tâm Bồ-đề, phải quan sát suy ngẫm. Từ vô thủy, tất cả hữu tình đã từng làm cha mẹ lẫn nhau. Trông thấy một

con mèo, ta nên tập nhớ nghĩ, có thể nó đã từng thương yêu phù trì ta như mẹ ta hiện tại. Con chim đang đi kiếm mồi kia, biết đâu kiếp trước chẳng đã có một lần ta làm con nó. Đôi cánh nó đã từng áp ủ ta. Kiếm được một con sâu, nó cũng đã âu yếm để dành cho ta. Con rắn kia, một kiếp xa xôi nào đó, đã cho ta tất cả tình mẹ, hy sinh thân mạng nuôi con. Một con ngựa cái bị đâm vào bụng, lòi con ra. Ngựa đang hấp hối, vẫn yêu thương cố gắng liếm con trước khi tắt thở.

Chúng sanh bị ba độc tham sân si che mờ. Sát đạo dâm vọng đưa về ngã quý, bàng sanh, địa ngục. Biết bao thống khổ kiếp kiếp đời đời. Chúng ta may mắn gặp pháp Đại thừa, được chút ít giáo dục tâm linh, đã có thay đổi tâm tri kiến. Phật dạy chúng ta biết ơn. Bốn phận chúng ta phải đền ơn. Vậy chúng ta phải làm gì để cứu vớt cha mẹ quá khứ?

Giả sử mẹ bị điên, cứ cầm dao rượt con. Con đâu có giận mẹ. Chỉ một lòng lo cho mẹ hết điên. Phải nghiêm túc luyện tập ý nghĩ này. Nỗ lực để có được tâm đại bi bình đẳng. Rèn luyện tâm xả năm này qua năm khác, mới hy vọng có nên tăng giác ngộ, mới có thể tận tình làm lợi ích cho cả những kẻ đã lãng nhục mình. Vì thế Bồ-tát không hề có kẻ thù. Chẳng những cho thức ăn y phục, lợi ích hiện đời, mà còn đưa tất cả cha mẹ quá khứ lên Phật quả, mới thỏa mãn tấm lòng tri ân.

Vì vậy Bồ-tát một lòng giáo hóa, đóng chặt các đường về nẻo ác, dẫn chúng sanh về cảnh giới không già, không bệnh, không chết, không ưu bi khổ não.

Thời hiện tại gọi là mạt thế. Nhưng kỳ thật đây là cơ hội tốt, chưa từng có, cho những ai còn được thân người lại biết phát tâm Bồ-đề. Học đạo mà không phát tâm

Bồ-đề là hột mắt cái cốt tủy. Đi đứng nằm ngồi, đừng quên 2 việc:

a/- Thanh lọc nghiệp chướng.

b/- Tích lũy công đức.

Việc làm của Bồ-tát như hy sinh đầu mất tay chân, tựa hồ như quá sức chúng ta. Nhưng thật ra cũng là thói quen. Có tập, có thành. Lúc đầu ta đâu có biết gì đến nghề thợ mộc thợ nề. Một khi đã học thành nghề thì có gì khó khăn. Chúng ta uống chén trà Tàu dễ dàng vì ta đã quen uống. Bồ-tát hy sinh thân mạng cũng dễ dàng như chúng ta cho kẻ nghèo một đĩa rau.

Đừng giống như tảng đá, năm này qua năm khác cứ y nhiên. Chúng ta phải cải thiện tâm tánh hằng giờ, hằng ngày, hằng tháng, hằng năm. Lấy Vô-thượng Bồ-đề tâm làm kim chỉ nam. Dùng tuệ quán cải thiện nội tâm. Như Ngài Châu Lợi Bàn Đà Già đã

từ bỏ vọng tưởng tiết nọc cho đến chứng quả Thánh. Khi ăn nên nghĩ: Nuôi dưỡng thân để trên phụng thờ Tam-bảo, dưới lợi ích hữu tình. Bất tay làm việc gì cũng nhớ, thân tâm này đã cúng dường Tam-bảo nên chỉ có một bản hoài vị tha. Trước khi ngủ, hồi hướng công đức tất cả thiện căn được vun trồng trong ngày, nguyện tất cả chúng sanh đồng thành Phật đạo. Lâm chung, càng kiên chí không rời tâm Bồ-đề. Di chúc cúng dường và bố thí tất cả sở hữu.



9. TỪ BỎ NGÃ CHẤP

Quan sát lỗi lầm của ngã ái và thực hành những kỹ thuật để từ bỏ nó. Nhìn sâu vào sự thật, ta và người đều không hiện hữu. Yêu và ghét trong đời chỉ là giấc chiêm bao. Bệnh hoạn và nghịch cảnh là hiện tượng của quá khứ ác nghiệp. Một phen được trả quả là sạch nợ. Đối diện với bất hạnh, ta đỡ kiên mạn. Lời phỉ báng giúp ta sạch tội nên được coi như ân huệ của chư thiên.

Chấp ta, chấp người là cơ sở của biển độc tham sân si. Cần quán bất tịnh, quán vô thường, quán những thống khổ trong sanh tử để xả hai tâm yêu và ghét. Lấy một người bạn, một kẻ thù và một người xa lạ làm đề mục thiền quán, để tập thờ không khí bình đẳng.

Sớm mở mắt dậy, hãy quyết định ngay: Tôi sẽ không để ngày hôm nay đi qua vô ích. Tôi sẽ hàng phục ngã ái và nghiêm trì từng ngã tưởng.

Giảm thiểu ngã ái là bằng chứng rõ rệt của sự tu hành. Cần nhất là chủ tâm ngay cả khi bận công việc. Bất thần bị lãng nhục, ta dễ nổi giận. Chỉ sau một lúc nhớ lại, ta mới nguôi. Người luyện tâm đã thành công thì khi bị đánh bất chợt, lúc nào cũng lật ngược được ngã ái thành lòng vị tha. Nhẫn nhục, bình tĩnh, an định, từ bi, nghiêm trì giới luật, dù những giới vi tế cũng kính trọng, đó là tướng mạo của người đại thừa đã tự chủ.

Nhìn kỹ lỗi lầm của mình, không nhìn lỗi người khác. Bất luận một vọng tưởng nào phát sanh, phải đối trị ngay. Đừng cho nó kéo dài. Đừng nới tay khi đối xử với vọng tưởng. Các Tỳ-kheo, ai giận không giận lại, ai đánh không đánh lại. Đối trị

được ngã ái thì dù ở hoàn cảnh bất hạnh vẫn tràn trề hạnh phúc. Vì tâm đã được luyện để chuyển tất cả nghịch thuận thành giác ngộ.



10. VĂN KẾT

Dức Phật đi khất thực qua nhà một trưởng giả. Chủ nhân lên tiếng: “Sa-môn Cù Đàm không biết xấu hổ. Gia đình người ta đang vui vẻ ăn cơm, sao cứ sừng sững đứng ở cửa như thế?”. Đức Thế Tôn đáp:

Ăn thịt cha, đánh mẹ.

Âu yếm nuôi oan gia.

Xương con mẹ nhai ngon.

Sanh tử thật trò hề!

(Vì còn quyền luyến gia đình nên dù đã chết, thân thức vẫn trở về nhà. Bố ông trưởng giả đầu thai làm gà, mẹ ông làm chó. Xưa kia vì ghen vợ, ông đã giết tình địch, nó đầu thai làm con để báo oán. Bà nội ông rất quý ông hồi ông còn nhỏ. Nay chuyển kiếp về làm vợ ông.

Bữa cơm hôm nay, con gà bị giết thịt. Con chó sấn vào xin ăn bị đòn. Ông trưởng giả gặp

thịt cho con ăn. Bà trưởng giả nhai xương gà ngon lành.

Bức tranh thế sự, thật là thương tâm!)

Sợ khổ sanh tử, chúng ta đặt niềm tin vào ngôi Tam-bảo. Đừng nói giỡn là từ bỏ Tam-bảo. Dù mất mạng cũng không bỏ ngôi Tam-bảo. Kính Thầy, vui tu, nhớ pháp, ba việc này không bao giờ thoái lui, dù ở hoàn cảnh thuận ý hay nghịch lòng. Đi đứng nằm ngồi, lúc nào cột sống cũng phải thẳng, ba nghiệp ở trong thiện hạnh.

Chúng ta có 6 sai lầm:

1. Nhẫn việc thế gian mà không can đảm chịu đựng những chướng ngại trong Phật pháp.

2. Thông minh trong chuyện kinh doanh mà không chịu tìm cầu nếm vị giải thoát.

3. Cứu giúp người hoạn nạn mà không bi tâm thương xót những kẻ lỗi lầm.

4. Ước mong giàu có bình an mà không siêng tu phước tuệ.

5. Khuyến khích người chăm chỉ việc đời nay mà không nhiệt liệt dạy người để tâm tới đời sau.

6. Vui mừng khi kẻ thù phạm giới. Tội này nặng hơn tội của phạm nhân.

Giới luật là căn bản giáo lý. Thà chết chứ không phạm giới. Vì chết chỉ mất một thân mạng. Phạm giới là từ bỏ an vui hàng chục triệu kiếp.

Người ta phạm giới vì tham sân si, phiền não và buồn lung. Hộ giới là những tâm sở: Lòng tin, thẹn hổ, chánh niệm và tinh tấn.

Lỡ phạm giới phải sám hối. Quan trọng nhất là lúc lâm chung. Nếu không sám hối, bóng tối của tội lỗi cứ lơ lửng trên đầu, làm chướng ngại, khó về Tịnh cảnh.

Cầu nguyện Tam-bảo gia hộ Bồ-đề tâm tăng trưởng. Nằm nghiêng về bên phải, kiêu sư tử, hướng tâm về cõi An Lạc của Phật A Di Đà. Như thế tức cũng là thực hành pháp chuyển di.

Nghiệp do vô minh hướng dẫn, xoay vần bánh xe sanh tử. Chỉ có tăng thượng học Giới Định Tuệ mới nhổ được gốc vô minh.



Đôi nét về

Ngài Pabongka Rinpoche

(Do Rilbur Rinpoche ghi lại)

Pabongka Rinpoche sinh ở miền Bắc Lhasa vào năm 1878. Thân phụ Ngài là một quan chức nhỏ nhưng gia đình Ngài không giàu lắm.

Lúc Ngài chào đời, có ánh sáng chiếu khắp phòng, mặc dù đang đêm tối mịt, và bên ngoài, người ta trông thấy một vị thần hộ mạng đứng trên mái nhà.

Pabongka Rinpoche là một hóa thân của học gia vĩ đại Jangkya Rolpao Dorje (1717-1786), trong khi trước đây Ngài là tái sinh của một vị geshe uyên bác ở Tu viện Sera-mae. Ngài nhập Tu viện vào năm lên 7, theo học chương trình thông thường của tu sĩ, lấy bằng geshe (*tiến sĩ Phật học*) và theo học hai năm ở Đại học Mật giáo Gyutoe. Bổn sư của Ngài là Dagpo Lama Rinpoche Jampeal Lhuendrub Gyatso, ở Lhoka. Ngài là vị đệ tử đầu tiên. Ngài sống trong một hang động ở Pasang và việc hành trì chính yếu là Bồ-đề tâm. Ngài thường niệm câu thần chú OM MANI PADME HUM mỗi đêm năm

vạn lần. Khi lần đầu gặp Dagpo Rinpoche tại một lễ tsog ở Lhasa, Kyabje Pabongka đã xúc động đến rơi lụy vì niềm kính ngưỡng.

Xong khóa học, Pabongka Rinpoche viếng thăm Dagpo Lama Rinpoche trong động của Ngài, và được đưa đến một nơi nhập thất tu Lam-rim gần đấy. Dagpo Lama Rinpoche cho một đề mục Lam-rim để Pabongka Rinpoche về thiền quán, rồi sau đó trở lại trình bày chỗ mình đã ngộ. Dagpo lại dạy một pháp khác để thiền quán, cứ thế tiếp tục trong 12 năm.

Pabongka có bốn đại đệ tử là Kyabje Ling Rinpoche, Kyabje Trijang Rinpoche, Khangsar Rinpoche và Tathag Ringpoche, là một vị nhiếp chính của Tây Tạng. Vị này là Thầy giáo đạo chính của đức Dalai Lama khi Ngài còn thơ ấu và là người đã thế phát quy y cho Ngài.

Khi tôi mới đến Lhasa, Pabongka Rinpoche đang ở Tashi Choeling, một hang động phía trên Tu viện Sera. Tôi xin một buổi gặp và ít hôm sau, tôi cùng mẹ tôi và người gia nhân cưỡi ngựa lên núi. Chúng tôi không định trước giờ gặp, nhưng

khi chúng tôi vừa lên đến, thì Pabongka đã cho người hầu dọn thức ăn và trà bánh mới làm xong. Điều này làm tôi tin chắc Pabongka có thiên nhãn thông, vì Ngài cũng là một hiện thân của đấng Kim cương trí (*Vajradhara*).

Một lần, vào dịp Rinpoche du hành xa, người hầu đã phá cái nhà cũ kỹ của Thầy mình để xây lại một tư dinh rộng lớn gần bằng tư dinh của đức Dalai Lama. Khi Rinpoche trở về Ngài hoàn toàn không hài lòng, bảo: “Tôi chỉ là một ẩn sĩ quèn, đáng lẽ ông không nên xây cho tôi một ngôi nhà như thế này. Tôi không có tiếng tăm, và cốt tủy những gì tôi dạy là sự từ bỏ đời sống xa hoa thế tục. Bởi thế tôi rất lúng túng vì những căn phòng sang trọng này”.

Mỗi khi dạy, Ngài thường ngồi suốt tám tiếng đồng hồ không cử động. Khoảng chừng hai ngàn con người tới đó nghe pháp và nhận lễ quán đảnh, với những giáo lý đặc biệt thì số người theo học ít hơn, nhưng khi Ngài truyền Bồ-đề tâm giới thì có tới mười ngàn người hiện diện. Khi Ngài làm phép quán đảnh của thần Heruka Ngài thường có một vẻ

rất lạ lùng. Đôi mắt Ngài mở lớn, long lanh, khiến tôi tưởng như Ngài là thần Heruka, một chân dạng ra một chân co lại.

Ngài là vị Lạt Ma quan trọng nhất của Tây Tạng. Ai cũng biết bốn đệ tử chính của Ngài vĩ đại tới mức nào. Thế mà Ngài lại là Thầy của họ. Ngài bỏ nhiều thời giờ nghĩ về ý nghĩa thực tiễn của giáo lý, và thực chứng những giáo lý ấy bằng tim của Ngài. Ngài đã thực hành tất cả những gì Ngài học gần đến mức độ viên mãn. Ngài không chỉ nói suông mà cố thực chứng mọi sự. Lại nữa, không bao giờ Ngài nổi giận; bất cứ sự giận dữ nào cũng hoàn toàn bị dập tắt bởi Bồ-đề tâm nơi Ngài. Nhiều khi có những hàng dài người đứng chờ Ngài ban phép lành, thế mà Rinpoche vẫn hỏi thăm từng người một, vỗ đầu họ. Đôi khi Ngài cho thuốc. Ngài luôn luôn từ hòa. Tất cả điều này làm cho Ngài thật đặc biệt.

Ngài có hai đức chính yếu: Về phương diện mật tông, Ngài đã thực chứng và có khả năng hóa hiện là thần Heruka; còn về phương diện kinh điển thì Ngài có khả năng giảng Lam-rim.

Ngay trước khi viên tịch, Ngài được mời giảng văn tấu về Lam-rim ở ngôi chùa của Thầy bổn sư, Tu viện Dagpo Shidag Ling ở Lhoka. Ngài đã chọn một bản văn ngắn nhan đề “Con đường nhanh” của Panchen Lama thứ hai. Đây là bài Lam-rim đầu tiên mà Dagpo Lama Rinpoche đã dạy cho Ngài, và Ngài nói nó sẽ là bài pháp cuối cùng Ngài giảng dạy. Mỗi khi viếng thăm Tu viện của bổn sư, Pabongka Rinpoche thường xuống ngựa mỗi khi vừa thấy tòa nhà xuất hiện. Và từ chỗ xuống ngựa, Ngài lạy dài cho đến khi tới cổng. Khi rời Tu viện thì Ngài đi lùi cho tới khi không còn trông thấy bóng. Lần này khi rời Tu viện, Ngài lạy thêm lần nữa khi ngôi chùa đã khuất dạng, và đến ở lại trong một ngôi nhà lân cận. Hơi đau bụng, Ngài lui vào nghỉ đêm, bảo thị giả đi ra trong khi Ngài tụng kinh cầu nguyện và tụng lớn tiếng hơn lệ thường. Lúc ấy nghe dường như Ngài đang giảng về Lam-rim. Khi tụng xong, các thị giả vào phòng thì thấy Ngài đã chết. Tất cả chúng tôi đều đau buồn. Di hài của Pabongka Rinpoche được bọc trong lụa thêu và hỏa táng theo nghi thức cổ truyền. Có một bảo tháp thật đẹp được xây lên nhưng người Trung

Quốc đã phá hủy. Tuy thế tôi cũng lấy lại được vài xá lợi của Ngài, và đã hiến tặng cho Tu viện Sera-mae. Ngày nay các bạn có thể đến đây chiêm ngưỡng xá lợi.

Ngày nay tôi có thành công phần nào về phương diện học giả, và về phương diện hành giả, tôi cũng là một Lama có hạng, song những điều ấy không có gì là quan trọng. Điều duy nhất có ý nghĩa đối với tôi, ấy là được làm đệ tử của Pabongka Rinpoche.



*R*ilbur Rinpoche

Rilbur Rinpoche, người ghi lại tiểu sử trên đây, sinh tại miền Đông Tây Tạng vào năm 1923. Lúc lên 5 tuổi, ông được đức Dalai Lama 13 nhận ra là hóa thân thứ sáu của Ser-mae Rilbur Rinpoche. Ông vào Đại học Tu viện Sera ở Lhasa năm 14 tuổi, đỗ tiến sĩ Phật học năm 24 tuổi. Ông thiên định, giảng dạy cho đến năm 1959, sau đó chịu áp bức tàn khốc của Trung Quốc trong 21 năm. Năm 1980 ông được phép làm vài hoạt động tôn giáo, và ông đã giúp xây một tháp mới để thờ Pabongka Rinpoche tại Sera, vì Trung Quốc đã phá hủy cái tháp đầu tiên. Sau đó ông sang Ấn sống ở Tu viện Namgyal tại Dharamsala.

(Trích trong thuvienhoasen.org)

MỤC LỤC

Tiểu Sử.....	5
1. NGHI LỄ CHUẨN BỊ.....	17
2. QUY Y PHẬT.....	22
QUY Y PHÁP.....	23
QUY Y TẶNG.....	24
3. SÁM HỐI.....	27
4. TÙY HỖ.....	30
5. THỜ THẦY.....	31
6. THÂN NGƯỜI VÔ GIÁ.....	33
7. LỜI CĂN DẶN THIẾT YẾU.....	36
8. TÂM BỒ ĐỀ.....	40
9. TỪ BỎ NGÃ CHẤP.....	45
10. VĂN KẾT.....	48
Đôi nét về Ngài Pabongka Rinpuche.....	53

(Do Rilbur Rinpoche ghi lại)

CĂN BẢN ĐẠO LỘ

Tỳ Kheo Ni Hải Triều Âm

NHÀ XUẤT BẢN TÔN GIÁO

53 Tràng Thi - Hoàn Kiếm - Hà Nội
ĐT: 024.37822845 - Fax: 024.37822841
Email: nhaxuatbantongiao@gmail.com

Chịu trách nhiệm xuất bản

Giám đốc - Tổng biên tập

Bùi Thanh Hà

Biên tập: **Nguyễn Thị Huệ**

Trình bày & bìa: **Khánh Chi**

Sửa bản in: **Tỳ-kheo-ni Bảo Giác**

Đơn vị liên kết:

Chùa Dược Sư

Địa chỉ:

Thôn Phú An, xã Phú Hội,
huyện Đức Trọng, tỉnh Lâm Đồng.

Số lượng in: 2.000 bản, khổ
14,5x20,5cm. In tại: Cty TNHH In
TM Trần Châu Phúc, 262/8A Lũy
Bán Bích, P. Hòa Thạnh, Q. Tân
Phú, TP.HCM. Số ĐKXB: 1756-
2019/CXBIPH/09-65/TG. Mã ISBN:
978-604-61-6326-8. QĐXB: 203/QĐ-
NXBTG ngày 7/6/2019. In xong và
nộp lưu chiểu năm 2019.