

Chứng Đạo Ca

Lamrim Tiểu Luận

Tác giả: Lama Tông Khách Ba



(1) Con xin chí thành

Đảnh lễ đức Phật,
Là người đứng đầu
Dòng họ Thích Ca.
Thân Phật nhiệm màu
Phát sinh ra từ
Vô vàn thiện hạnh
Cùng với vô vàn
Thành tựu viên mãn.
Ngũ Phật nhiệm màu
Hoàn thành ước nguyện
Vô lượng chúng sinh.
Ý Phật nhiệm màu
Thấy hết khắp cả
Đúng như sự thật.

(2) Con xin đảnh lễ

Bồ tát Di lạc,
Bồ tát Văn thù,
Là bậc trưởng tử
Của đấng Đạo Sư,
Không đâu sánh bằng.
Hai vị là người

Giữ gìn thiện hạnh
Của mười phương Phật;
Thị hiện sắc thân
Hằng sa cõi giới.

(3) Con xin đảnh lễ

Dưới chân hai ngài
Long thọ, Vô Trước,
Quý như châu ngọc
Trang hoàng cõi Nam.
Danh hiệu hai ngài
Vang lừng ba cõi,
Là người thuyết giảng
Ý nghĩa “Phật mẫu”,
Giáo pháp thâm sâu
Khó tin nhận nhất
Hoàn toàn thuận theo
Ý thật của Phật.

(4) Con đảnh lễ thầy

Đi-pam-ka-ra,
[thầy A-ti-sha]
Là người tiếp giữ

Kho tàng chánh pháp,
Giữ gìn ngọn đèn
Soi đường giác ngộ.
Bao nhiêu tinh túy
Đường tu Quảng, Thâm
Truyền lại từ hai
Bậc đại tổ sư
Đều được giữ gìn
Chính xác nguyên vẹn
Trong giáo pháp này.

(5) Con xin kính cẩn

Đảnh lễ đạo sư.
Đạo sư là mắt
Giúp chúng con nhìn
Vào biển kinh điển
Bao la vô tận;
Là lòng sông cạn
Nâng đỡ gót chân
Cho kẻ thiện duyên
Vượt sang bờ giác.
Thầy mở lòng từ
Vô lượng vô biên,

Vận dụng muôn vàn
Phương tiện thiện xảo
Giúp cho mọi sự
Rõ ràng trong sáng.

(6) Con đường tuần tự

Dẫn đến giác ngộ
Được các bậc thầy
Nói gót hai tổ
Long Thọ, Vô Trước
Khéo léo giữ gìn.
Trong số chư Tăng
Nơi vùng đất Nam
Các thầy là hạt
Ngọc châu vương đỉnh.
Tràng phan các thầy
Cao trội hơn cả.
Tu theo con đường
Tuần tự giác ngộ
Sẽ có khả năng
Hoàn thành ước nguyện
Chín loại chúng sinh.
Vì vậy pháp này
Là đấng Pháp vương,
Là lòng biển rộng
Cho ngàn dòng suối
Luận văn đổ về.

(7) Pháp này vi diệu

- Giúp cho người tu
Hiểu được dễ dàng
Trăm vạn pháp môn
Vốn không mâu thuẫn;
- Giúp cho toàn bộ
Biển rộng kinh điển
Đồng loạt tỏa rạng
Trong trí người tu
Như lời giáo hóa
Dành riêng cho mình;
- Giúp cho dễ dàng

Hiểu được ý Phật;
- Hộ trì người tu
Thoát khỏi hồ thẳm
Sai lầm tai hại.
Vì bốn lợi ích
Lớn lao như vậy
Nên các hành giả
Ấn độ, Tây tạng
Ai người có trí
Cũng đều hoan hỉ
Với diệu pháp này;
Là pháp chỉ rõ
Con đường tuần tự
Dẫn đến giác ngộ
Tùy theo căn cơ;
Là pháp cao tuyệt
Mà kẻ thiện duyên
Luôn luôn dốc tâm
Tinh tấn tu hành.

(8) Diệu pháp này do

Ngài A-ti-sa
Thu tóm tinh túy
Của lời Phật dạy
Mà soạn thành luận.
Vì vậy dù chỉ
Đọc nghe một lần
Cũng sẽ có được
Vô vàn công đức,
Huống chi gắng công
Chuyên cần học hỏi,
Giảng giải phong phú
Cho người cùng nghe,
Chắc chắn công đức
Sẽ như sóng cả.
Vì vậy các con
Hãy gắng chú tâm
(Tu học pháp này
Cho thật đúng đắn.)

(9) (Sau khi phát tâm

Qui y Tam Bảo)
Các con phải thấy
Gốc rễ điều lành
Của kiếp hiện tiền
Và mọi kiếp sau
Đều nằm ở tâm
Nương dựa đúng cách
Nơi đấng đạo sư,
Trong từng ý tưởng
Trong từng hành động.
Đạo sư là người
Đưa các con vào
Đường tu giác ngộ,
Vì vậy các con
Phải gắng làm cho
Đạo sư hoan hỉ
Bằng cách chăm chỉ
Tinh tấn tu hành
Theo đúng như lời
Của đạo sư dạy;
Dù mất mạng sống
Cũng không từ bỏ
Lời dạy của thầy,
Lấy sự tu hành
Dâng thành cúng phẩm.
Thầy là hành giả
Đã tu như vậy.
Các con ai người
Đang cầu giải thoát
Hãy tự thuần dưỡng
Đúng theo lối này.

(10) Kiếp người này có

Tám sự tự tại,
Quý giá còn hơn
Bảo châu Như Ý,
Đến chỉ một lần,
Cực kỳ khó gặp,
Nhưng lại dễ mất,

Tựa như tia chớp
Thoắt trên trời không.
Nhìn rõ kiếp người
Chóng vánh như vậy
Thấy chuyện thế tục
Khác gì trâu lếp.
Các con hãy gắng
Vắt lấy tinh túy
Của kiếp sống này,
Trong từng phút giây,
Ngày cũng như đêm
Đừng để phí uổng.
Thầy là hành giả
Đã tu như vậy.
Các con ai người
Đang cầu giải thoát
Hãy tự thuần dưỡng
Đúng theo lối này.

(11) Khi vào cõi chết

Không thể biết chắc
Mình sẽ không rơi
Vào cõi ác đạo.
Chỉ có Tam bảo
Là đủ khả năng
Che chở các con
Thoái nỗi sợ hãi.
Vì lý do này
Các con phải gắng
Dưỡng tâm Qui Y
Cho thật vững chắc.
Thuận theo Tam Bảo
Đừng để sơ sót
Công phu qui y.
Muốn được như vậy
Phải đủ khả năng
Nhận diện chính xác
Thiện nghiệp, ác nghiệp
Cùng với nghiệp quả,
Nhờ vậy có thể

Sống thuận chánh pháp
Biết điều cần theo
Và điều cần bỏ.
Thầy là hành giả
Đã tu như vậy.
Các con ai người
Đang cầu giải thoát
Hãy tự thuần dưỡng
Đúng theo lối này.

(12) Thân người đầy đủ

Tám sự tự tại
Nếu như thiếu đi
Thì không thể có
Bước nhảy vượt bậc
Trên con đường tu
Thành tựu giác ngộ.
Do đó phải nên
Lánh ác làm lành
Để khởi tái sinh
Vào cảnh khiêm khuyết;
Cũng nên siêng năng
Tẩy sạch ác nghiệp
Phá phạm giới hạnh
Đang vấy bẩn ba
Cửa thân miệng ý;
Và nhất là đề
Sám hối nghiệp chướng
Khiến không thể sinh
Trở lại làm người.
Các con hãy gắng
Siêng năng áp dụng
Bốn lực sám hối
Thanh tịnh nghiệp chướng.
Thầy là hành giả
Đã tu như vậy.
Các con ai người
Đang cầu giải thoát
Hãy tự thuần dưỡng
Đúng theo lối này.

(13) Nếu không cố gắng

Quán chiếu về khổ
Sẽ không thể nào
Tinh tấn nhất tâm
Hướng về giải thoát.
Không biết đâu là
Nguyên nhân của khổ,
Không biết điều gì
Ràng buộc mình trong
Cảnh sống luân hồi
Thì không thể thấy
Đâu là phương tiện
Búng sạch gốc rễ
Của vòng tái sinh
Triền miên lẫn quản.
Các con nên biết
Chán cảnh sinh tử
Từ bỏ luân hồi;
Phải biết quán sát
Điều gì trói chặt
Mình trong sinh tử.
Thầy là hành giả
Đã tu như vậy.
Các con ai người
Đang cầu giải thoát
Hãy tự thuần dưỡng
Đúng theo lối này.

(14) Cốt tủy đại thừa

Là sao cho tâm
Vô thượng bồ đề
Luôn luôn tăng trưởng
Đây là căn bản
Cũng là nền tảng
Của khắp mười phương
Hành trạng giác ngộ
Trùng trùng vơi vợi
Như sóng đại dương
[Của chư Phật đà].

Tựa như thuốc thần
 Hóa sắc thành vàng
 Tâm bồ đề cũng
 Có được khả năng
 Khiến mọi hành động
 Biến thành hai bờ
 Tư lương phước tuệ,
 Tích lũy kho tàng
 Công đức đồ sộ
 Đến từ vô lượng
 Tánh đức bồ đề.
 Thầy là hành giả
 Đã tu như vậy.
 Các con ai người
 Đang cầu giải thoát
 Hãy tự thuần dưỡng
 Đúng theo lối này.

(15) Thí ba la mật

Là ngọc Như Ý
 Có được khả năng
 Hoàn thành ước nguyện
 Của mọi chúng sinh;
 Là loại vũ khí
 Hữu hiệu bậc nhất
 Chặt phăng nút thắt
 Của lòng keo bần.
 Thái độ vì người
 Sẽ làm tăng nguồn
 Can đảm, tự tín.
 Người có hạnh Thí
 Mười phương thế giới
 Sẽ đều tán dương.
 Vì biết điều này
 Nên người có trí
 Dốc tâm tinh tấn
 Tu hành hạnh Thí,
 Cho đi toàn vẹn
 Thân thể, của cải,
 Cho cả hai bờ

Tư lương công đức.
 Thầy là hành giả
 Đã tu như vậy.
 Các con ai người
 Đang cầu giải thoát
 Hãy tự thuần dưỡng
 Đúng theo lối này.

(16) Giới là nước trong

Giặt sạch tất cả
 Vết nhơ ác nghiệp.
 Giới là trăng thanh
 Xoa dịu tất cả
 Vết bóng nhiễm tâm.
 Ai người tu Giới
 Thân thể rạng ngời
 Như núi Tu Di
 Chiếu soi khắp cả
 Chín loại chúng sinh.
 Năng lực của Giới
 Sẽ giúp các con
 Thuần phục tất cả
 Không cần thị oai.
 Chúng sinh cứng cỏi
 Sẽ đều qui thuận.
 Vì biết điều này
 Nên các bậc Thánh
 Giữ gìn giới hạnh
 Như giữ đôi mắt.
 Thầy là hành giả
 Đã tu như vậy.
 Các con ai người
 Đang cầu giải thoát
 Hãy tự thuần dưỡng
 Đúng theo lối này.

(17) Nhẫn là trang sức

Đẹp nhất cho người
 Có nhiều quyền năng.
 Nhẫn là pháp tu

Khổ hạnh tốt nhất
 Cho người thường bị
 Vọng tâm tác hại.
 Là cánh chim ung
 Bay vút trời cao,
 Khắc tinh của rắn
 Sân hận giận dữ.
 Là áo giáp dày
 Ngăn chặn tất cả
 Vũ khí thóa mạ.
 Vì biết điều này
 Nên người có trí
 Tu tập đủ cách
 Thích ứng tâm mình
 Với lớp áo giáp
 Hạnh Nhẫn tối thượng.
 Thầy là hành giả
 Đã tu như vậy.
 Các con ai người
 Đang cầu giải thoát
 Hãy tự thuần dưỡng
 Đúng theo lối này.

(18) Khoát được áo giáp

Của hạnh Tinh Tấn
 Khi ấy sức học,
 Tu hành, chứng ngộ
 Sẽ tăng trưởng nhanh
 Như vàng trắng non
 Đang đến độ rằm,
 Hành động nào cũng
 Tràn đầy ý nghĩa
 Hướng về giải thoát
 Và đều mang lại
 Kết quả mong cầu.
 Vì biết điều này,
 Nên chur bỏ tất
 Cuộn sóng tinh tấn
 Quét sạch hết thảy
 Giải đãi biếng lười.

Thầy là hành giả
 Đã tu như vậy.
 Các con ai người
 Đang cầu giải thoát
 Hãy tự thuần dưỡng
 Đúng theo lối này.

(19) Định là đại vương

Ngự trị tâm thức.
 Khi thâm tâm lại
 Tâm sẽ an trụ
 Như núi Tu Di
 Vững không lay động.
 Khi mở tâm ra
 Tâm sẽ thâm nhiếp
 Toàn bộ thiện pháp.
 Định khiến thân tâm
 Nhu nhuyễn bén nhọn
 Hỉ lạc khinh an.
 Vì biết điều này
 Nên các hành giả
 Ai người khéo tu
 Cũng đều dốc sức
 Miên mật thiền chỉ
 Cố gắng hàng phục
 Kẻ thù tán tâm.
 Thầy là hành giả
 Đã tu như vậy.
 Các con ai người
 Đang cầu giải thoát
 Hãy tự thuần dưỡng
 Đúng theo lối này.

(20) Tuệ là đôi mắt

Thâm chứng tánh Không
 Và là con đường
 Búng sạch toàn bộ
 (Vô minh căn bản)
 Góc rẽ luân hồi.
 Tuệ là tất cả

Kho tàng nhiệm màu
 Mà bao kinh luận
 Vẫn hằng tán dương,
 Là đèn tối thượng
 Phá tan bóng tối
 Cố chấp hẹp hòi.
 Vì biết điều này
 Nên người có trí
 Mong cầu giải thoát
 Đều dốc tâm sức
 Nỗ lực bước theo
 Con đường tu Tuệ.
 Thầy là hành giả
 Đã tu như vậy.
 Các con ai người
 Đang cầu giải thoát
 Hãy tự thuần dưỡng
 Đúng theo lối này.

(21) Có Định thiếu Tuệ

Sẽ không thể nào
 Đạt được chứng ngộ,
 Không đủ khả năng
 Chặt đứt gốc rễ
 Ràng buộc luân hồi.
 Có Tuệ thiếu Định
 Thì dù quán sát
 Miên mật đến đâu
 Cũng không thể nào
 Tách lia vọng cảnh.
 Vì vậy các bậc
 Đạo sư luôn lấy
 Mắt Tuệ thâm nhập
 Chân tướng thực tại
 Mà trụ vững vàng
 Trên lưng ngựa Định,
 Rồi dùng vũ khí
 Cực kỳ bén nhọn
 Của luận Trung Đạo,
 Không chút cực đoan,

Vận dụng rộng rãi
 Trí tuệ quán sát,
 Phá hủy trọn vẹn
 Nền tảng vọng tâm
 Chấp bám cực đoan,
 Nhờ vậy Không tuệ
 Dần dần khai mở.
 Thầy là hành giả
 Đã tu như vậy.
 Các con ai người
 Đang cầu giải thoát
 Hãy tự thuần dưỡng
 Đúng theo lối này.

(22) Thiền Chỉ đến khi

Đạt Xa-ma-tha.
 Bây giờ các con
 Quán chiếu các pháp.
 Hễ càng quán chiếu
 Tâm càng an định,
 Không chút mảy may
 Lay động xao lãng,
 Thấy rõ chân tướng
 Tất cả các pháp.
 Vì thấy điều này
 Ai người tinh tấn
 Đạt được kết hợp
 Giữa Định và Tuệ
 Đều thấy nhiệm màu,
 Huống gì các con.
 Rất nên mong cầu
 Được sự như vậy.
 Thầy là hành giả
 Đã tu như vậy.
 Các con ai người
 Đang cầu giải thoát
 Hãy tự thuần dưỡng
 Đúng theo lối này.

(23) (Đến khi Định Tuệ

Kết hợp được rồi)

Hãy nên quán chiếu

Hai loại tánh Không:

Không - tựa không gian -

Thu nhiếp tất cả

Khi nhập vào định;

Không - tựa huyễn cảnh -

Hiện ra như mộng

Khi từ trong định

Mà bước trở ra.

Nhờ tu như vậy

Phương tiện, trí tuệ

Thuần nhất bất nhị

Nên được tán dương

Là người viên toàn

Các hạnh bồ tát.

Vì ngộ điều này

Mà bậc thiện duyên

Không bao giờ nhận

Đường tu phân chia.

Thầy là hành giả

Đã tu như vậy.

Các con ai người

Đang cầu giải thoát

Hãy tự thuần dưỡng

Đúng theo lối này.

(24) - Chán cảnh sinh tử,

- Phát tâm bồ đề,

- Trục Chứng tánh Không,

Là ba yếu tố

Căn bản cần thiết

Để bước lên hai

Cỗ xe Đại Thừa:

Là xe tu nhân

Và xe tu quả.

Vậy khi các con

Phát huy đúng đắn

Ba điểm này rồi

Phải nên nương dựa

Vào đấng đạo sư

Đầy đủ phẩm hạnh.

Xin thầy hộ niệm

Đưa các con vào

(Cỗ xe tu quả)

Vượt qua biển rộng

Bốn bộ Mật tông.

Ai biết tôn kính

Nói theo lời dạy

Của đấng đạo sư

Sẽ không phí uổng

Kiếp người hiếm hoi

Đầy tự tại này

(Nhờ đạt giác ngộ

Ngay kiếp hiện tiền).

Thầy là hành giả

Đã tu như vậy.

Các con ai người

Đang cầu giải thoát

Hãy tự thuần dưỡng

Đúng theo lối này.

(25) Vì để thuần dưỡng

Tâm của chính mình

Và để lợi ích

Cho kẻ thiện duyên

(Đã gặp được đấng

Đạo sư chân chính

Và đủ khả năng

Tu tập đúng theo

Những gì thầy dạy)

Nên Thầy dùng lời

Rõ ràng dễ hiểu

Nói lại trọn vẹn

Đường tu giác ngộ

Mà mười phương Phật

Vẫn hằng hoan hỉ.

Nguyện công đức này

Giúp cho chúng sinh,

Không bao giờ xa

Đường tu trong sáng

Chắc thật, nhiệm mầu.

Thầy là hành giả

Đã tu như vậy.

Các con ai người

Đang cầu giải thoát

Hãy tự thuần dưỡng

Đúng theo lối này.

[Hết]

Đến đây chấm dứt bài *Tiểu Luận về Đường Tu Tuân Tự Giác Ngộ*, soạn theo thể dạng cực ngắn, để nhớ khó quên. Luận giải do tỷ kheo Losang Dragpa [Lama Tông Khách Ba] soạn thảo - là hành giả đã thọ trì nhiều chánh pháp - viết tại Tu viện Ganden Nampar Gyelwa'i, trên ngọn núi Riwoch, Tây tạng.

Nguyên bản Anh ngữ : *The Short Lamrim or Lines of Experience or Songs of Spiritual Experiences*. Hồng Như chuyển Việt ngữ từ bản tiếng Anh trích trong *Illuminating the Path to Enlightenment*, do đức Đạt-lai Lạt-ma thuyết giảng, Thubten Dhargye Ling Archive, Long Beach, California ấn hành. Bản dịch Việt ngữ hoàn tất tháng 2004, hiệu đính tháng 05/2005. Tháng 01/2007 soát lại bản thảo, chuẩn bị cho khóa tu học do Geshe Thubten Dawa hướng dẫn.

Bài giảng của Geshe Thubten Dawa được ghi âm MP3 mỗi tuần, có thể hạ tải tại

<http://batnha.org/library> nhấn vào link Geshe Dawa ở cột bên trái.

Để thảo luận với bạn đồng tu, xin vào ghi danh tại diễn đàn <http://batnha.org/forum>