

Đại sư Tsong Kha Pa tạo luận  
Pháp sư Đại Dũng, Pháp Tôn dịch Tạng Hán  
Thích Pháp Chánh dịch Hán Việt

# Bạc Thang Giác Ngộ

## Bồ Đề Đạo Thứ Đệ Lực Luận

### Lam Rim Chung Ba



Tường Quang Tùng Thư 15  
Phật lịch 2556, TL 2013

## Tường Quang Tùng Thư

- 1 - **Tại Gia Bồ Tát Giới Bản**, Thích Pháp Chánh dịch và chú giải, 2003.
- 2 - **Nhập Bồ Tát Hạnh**, văn xuôi và văn vần, Thích Nữ Trí Hải dịch, 2003.
- 3 - **Địa Trì Bồ Tát Giới Bản và Địa Trì Bồ Tát Giới Bản Tiên Yếu**, Thích Pháp Chánh dịch, 2004.
- 4 - **Từ Điển Bách Khoa Phật Giáo Việt Nam, Tập 1 & 2**, Tiến sĩ Lê Mạnh Thát chủ biên, 2005.
- 5 - **Bồ Đề Chánh Đạo Bồ Tát Giới Luận**, Tsong Kha Pa Thượng Sư soạn, Thích Pháp Chánh dịch, 2006.
- 6 - **Tuyên Trách Bản Nguyện Niệm Phật Tập**, Pháp Nhiên Thượng Nhân soạn, Thích Pháp Chánh dịch, 2006. Tái bản lần thứ nhất 2008.
- 7 - **Tại Gia Bồ Tát Giới Kinh**, Thích Pháp Chánh dịch, 2006.
- 8 - **Phật Nói Kinh Phạm Võng Lực Sớ**, Hoàng Tân Đại Sư soạn, Thích Nữ Trí Hải dịch, 2007.
- 9 - **Quán Kinh Tứ Thiếp Sớ**, Thiện Đạo Hòa Thượng tập ký, Thích Pháp Chánh dịch, 2009.
- 10- **Đường Vào Bồ Tát Hạnh Tập Chú**, Bồ Tát Tịch Thiên tạo luận, Thích Pháp Chánh dịch, 2010.
- 11- **Niệm Phật Tông Yếu**, Pháp Nhiên Thượng Nhân soạn, Nguyễn Văn Nhân dịch, 2011.
- 12- **Tại Gia Bồ Tát Giới Kinh Giảng Lục**, Thái Hư Đại Sư giảng, Thích Pháp Chánh dịch, 2011.
- 13- **Truyện Lục Tổ Huệ Năng**, Ngô Trọng Đức soạn, Thích Pháp Chánh dịch, 2012.
- 14- **Thích Tịnh Độ Quán Nghi Luận**, Hoài Cẩm Đại Sư soạn, Thích Pháp Chánh dịch, 2012.
- 15- **Bạc Thang Giác Ngộ (Lam Rim Chung Ba)**, Tsong Kha Pa Thượng Sư soạn, Thích Pháp Chánh dịch, 2013.

## Mục lục

Mục lục.....	3
Lời người dịch.....	5
Giới thiệu .....	7
Dẫn nhập .....	13
Quy kính tụng .....	31
1. Tôn giả Atisha .....	33
2. Sự thù thắng của giáo thọ.....	41
3. Phải nghe và giảng pháp như thế nào .....	45
4. Tùy thuận bậc đạo sư .....	55
5. Phương pháp tu tập .....	67
6. Ba loại hành giả.....	81
7. Quán tưởng sự chết.....	95
8. Quán tưởng sự thọ sinh đời sau .....	105
9. Quy y Tam bảo .....	115
10. Học xứ .....	123
11. Đặc tính của nghiệp .....	131
12. Sự khác biệt của nghiệp.....	135

13. Hành tướng của bậc hạ sĩ.....	161
14. Quán sát khổ đế .....	163
15. Quán sát tập đế .....	175
16. Hành tướng của bậc trung sĩ .....	185
17. Phát Bồ đề tâm là ngưỡng cửa đi vào Đại thừa .....	193
18. Pháp tu bảy tầng nhân quả .....	203
19. Pháp tu hoán đổi mình và người.....	213
20. Quý tắc thọ Bồ đề tâm .....	221
21. Hộ trì Bồ đề tâm .....	227
22. Phương pháp tu tập sau khi phát tâm .....	235
23. Sáu ba la mật.....	251
24. Tu tập chỉ quán .....	279
25. Phương pháp tu học Kim cang thừa .....	313
Mục lục chi tiết.....	317

## Lời người dịch

Học Bồ tát hạnh, tu Bồ tát đạo là niềm khoái khoái thiết tha của những Phật tử mong muốn tìm cầu sự an lạc giải thoát cho chính mình, và cho tất cả chúng sinh đang chìm đắm trong bể khổ.

Trong quá trình hoằng truyền Phật pháp Đại thừa, các quốc gia Đông Á, như Đại Hàn, Nhật Bản và Trung Hoa, tuy cũng đóng góp một phần không nhỏ, thế nhưng, nếu nói đến sự thông đạt giáo nghĩa sâu xa, sự xiển dương giáo pháp với một hệ thống tinh tế mạch lạc, và sự sinh hoạt tâm linh gần gũi nhất với tinh thần Đại thừa, chúng ta phải suy tôn Tây Tạng.

Thượng sư Tsong Kha Pa (hay Tsong Khapa) là một nhân vật Phật giáo Đại thừa vĩ đại, một bộ óc sáng tạo tuyệt vời của Phật giáo Tây Tạng. Trong cuộc đời hoằng pháp, ngài đã sáng tác rất nhiều tác phẩm vĩ đại, mà trong đó Bồ Đề Đạo Thứ Đệ Quảng Luận (Lamrim Chenmo)<sup>1</sup> có thể được coi là một đại tập thành của tất cả giáo pháp tinh túy Đại thừa. Điều tuyệt vời nhất là ngài đã phát huy nghiêm túc và chính xác tinh thần của Đức Phật là “một hành giả tu học Phật pháp phải tu tập tuần tự từ thấp lên cao, từ cạn đến sâu, không có sự nhảy vọt, không có sự đảo lộn, không có sự khiếm khuyết.” Điều này trái ngược với truyền thống Phật giáo Trung Hoa đã quá đặt nặng vào một pháp tu “chuyên môn”, hoặc quá đề cao đến sự nhảy vọt, không chịu tuân theo giai bậc tu hành.

Các hành giả tu học Đại thừa thường mắc phải căn bệnh nghiêm trọng là xem thường hai pháp tu Nhân thiên thừa và Tiểu thừa. Vì tự hào là căn cơ thượng thừa, cho nên vừa bắt đầu

<sup>1</sup> Bộ này đã được một nhóm Phật tử Mật tông dịch sang tiếng Việt, tựa đề Đại Luận về Giai Trình của Đạo Giác Ngộ.

con đường học Phật, họ đã vội vàng nhảy vào “biển lớn” của Hoa Nghiêm, Pháp Hoa, Duy Ma Cát, v.v..., và quên rằng nếu chưa xây dựng vững chắc nền tảng cơ bản Phật pháp, thì những sự tu tập vội vã, thiếu trình tự đó sẽ cũng giống như xây dựng lâu đài trên bãi cát. Ngài Tsong Kha Pa hiểu rõ vấn đề này, cho nên đã định ninh dặn dò chúng ta phải bắt đầu tiến trình tu học bằng sự kính Phật, kính Pháp, kính Thiện tri thức. Đây là điều căn bản nhất mà phần lớn những người học Phật chúng ta đời nay thường không chú trọng. Vì thế, những hành giả sơ cơ muốn thật sự bước vào biển Phật pháp với niềm tin vững chắc, điều cần yếu trước tiên là phải bỏ ít nhiều thì giờ để nghiên ngẫm bộ sách này.

Bậc Thang Giác Ngộ (Lamrim Chungba, Bồ Đề Đạo Thứ Đệ Lược Luận) là bản tóm lược của Bồ Đề Đạo Thứ Đệ Quảng Luận (Lamrim Chenmo, Đại Luận về Giai Trình của Đạo Giác Ngộ), cho nên có đôi nơi nội dung tương đối cô đọng, khó hiểu. Nếu muốn hiểu rõ tường tận, chúng ta có thể tìm đọc bộ đại luận, trong đó sẽ giải thích đầy đủ chi tiết hơn.

Xin chân thành cảm tạ TT. Thích Pháp Quang đã dày công hiệu đính và viết lời giới thiệu, và cũng xin chân thành cảm tạ quý Phật tử đã nhiệt tâm đóng góp công sức và tịnh tài vào việc hoằng truyền Pháp bảo Đại thừa trân quý này.

Nếu như bản dịch có chỗ nhầm lẫn, thiếu sót, thì đây hoàn toàn là lỗi của người dịch. Kính mong các bậc cao đức cùng quý thiện tri thức Phật giáo từ bi chỉ chánh.

Ngưỡng mong dịch phẩm này sẽ đem đến cho người đọc một lòng tin sâu xa đối với Tam bảo và Phật pháp Đại thừa. Nguyện tất cả đều sẽ cùng phát tâm Vô thượng Bồ đề, cùng tu tập Bồ tát hạnh, cùng thành Phật đạo.

## Giới thiệu

Thích Pháp Quang

Đức Bôn Sư thị hiện thành Phật hầu giải mê khai ngộ, chỉ dẫn con đường giải thoát khổ đau và đem chúng sinh đến sự an lạc rốt ráo Niết bàn. Chúng sinh vô lượng căn tánh, hoàn cảnh sai biệt nên giáo pháp của Phật cũng tùy thuận căn cơ thời tiết mà có sự khác biệt, cao thấp, tạm thời hay rốt ráo.

Sau khi Phật nhập diệt, các học phái đều nhất trí đối với giáo pháp căn bản của Như Lai giảng dạy lúc đầu: (1) nguồn gốc của sinh tử là cái chấp sai lầm (vô minh), cho tự ngã là có tự tính (hay tự thể), mà kinh thường nói là ngã kiến, (2) khổ đau là hậu quả tất nhiên của chúng sinh, dù là thân cõi trời, cõi người, hoặc trong các ác đạo, và (3) chiều hướng giải thoát là chặt đứt cái tâm khát ái muốn thọ sinh trong các cõi, cái tâm ngoan cố giữ chặt, không chịu xả bỏ một bản ngã tương tục. Cho nên giải thoát là diệt hẳn cái tâm sai lầm về một bản ngã có thực tồn tại. Rồi với chánh kiến vô ngã, dùng lực của chỉ quán thể nhập trọn vẹn thì thể lực năng sinh tương tục của một cái ngã tương lai sẽ đứt đoạn. Mãn kiếp này sẽ chứng tịch diệt (Niết bàn), vĩnh viễn không còn khổ đau nữa. Từ những điểm then chốt này, các luận giải và pháp thực hành của nhiều tông phái xuất hiện. Tiểu thừa phân ra mười tám bộ phái, Đại thừa phân ra tám bộ phái, đem kinh Phật mà phân tích ngã và pháp, theo học phong của tông phái mình như “Ngã pháp đều không”, hoặc “Ngã không pháp hữu”, hoặc “Cảnh không tâm hữu” (Duy thức), hoặc “Chân không thực hữu” (Thiền tông cho rằng Phật tánh Như lai tạng là thực hữu), hoặc “Tất cánh không” (Trung quán), rồi căn cứ trên những lối nhận thức đó mà xiển dương thành vô lượng pháp hành trì tu học, ứng dụng từ phạm đến thánh.

Thời đại cực thịnh của Phật pháp trăm hoa đua nở bắt đầu từ thế kỷ thứ năm đến thế kỷ thứ mười hai, với sự xuất hiện của viện đại học Nalanda (thế kỷ thứ năm đến thế kỷ thứ mười hai), và Vikramasila (thế kỷ thứ tám đến thế kỷ thứ mười hai) ở miền Bắc Ấn, cùng một số đại học Phật giáo khác. Phát xuất từ những nơi này là các bậc đại long tượng, các đại luận sư, các học giả (pandita) đều có cơ hội truyền bá, diễn bày giáo lý Đức Phật theo tông phái mình. Trong lúc Tiểu thừa tạo nhiều luận giải về Tứ diệu đế, Thập nhị nhân duyên, thì ba hệ phái chính của Đại thừa là Duy thức (cảnh không tâm hữu), Trung quán (tất cánh không) và Như lai tạng (chân không thực hữu) cũng có nhiều luận sư nổi bật xuất hiện tạo luận giảng dạy giáo lý Đức Phật theo học phong của hệ phái mình. Hành giả tu học Phật pháp, cùng các học giả nghiên cứu, nếu chưa có một đạo sư hướng dẫn, trong vô vàn sự giải thích về tu tập khác nhau, sẽ rất hoang mang, không biết phải từ đâu hạ thủ, và nên dụng công như thế nào để con đường giải thoát không bị sai lầm và đưa đến thành tựu.

Phật pháp tùy thuận căn cơ, thời tiết nhân duyên nên có biệt có tông, có quyền có thật. Biệt là pháp đặc biệt hợp với căn tánh của đối tượng thích hợp, quyền là pháp phương tiện tạm thời đưa đến pháp rốt ráo sau này, tông là pháp có thể dung thông cho nhiều đối tượng căn cơ sai biệt, còn thật là pháp cứu cánh đưa đến đạo quả giải thoát, chứng đắc quả Niết bàn. Vì có sự phân cách giữa giáo lý (tri kiến) và hành quả (tu hành chứng đắc) của Đại thừa, Tiểu thừa và các tông phái, những kẻ hậu học vào biển Phật pháp sẽ bị bối rối vì những kiến giải khác nhau, không biết phải thọ trì từ đâu, tu tập huấn luyện thân tâm như thế nào để khế hợp với chân lý Phật Đà. Lúc đó tôn giả A Đề Sa (Atisha Dipamkara Srijnana, 980-1054), một vị học giả quán thông Duy thức và Trung quán, từng được truyền thừa Bồ đề tâm chánh thống, do nhân duyên thích hợp đã tạo Đền Soi Nền Giác (Bodhipadhapradipa) để luận giải tổng quát về con

đường tu tập của Đức Phật, từ phạm đến thánh, dung hợp tất cả giáo lý Đại thừa, Tiểu thừa và những dị biệt giữa các tông phái Đại thừa. Quyền luận quá tuyệt vời và có hệ thống mạch lạc đã được các đạo sư, trưởng lão ở Đại Phật Học Viện Vikramasila nhiệt liệt tán thán và khuyến khích. Luận giải này và sơ giải chi tiết của tôn giả Atisha sau này đã trở thành thêm bậc tu tập của dòng Kadampa. Các tông phái khác của Tây Tạng cũng lấy đây làm nền tảng mà triển khai luận này theo đường lối tu học của tông phái mình. Một trong những luận giải nổi tiếng căn cứ vào Đền Soi Nẻo Giác của ngài Atisha là Bồ Đề Đạo Thứ Đệ Luận (Bậc Thang Giác Ngộ) do tôn giả Tsong Kha Pa (1357-1419) tạo, và sau này đã trở thành một bộ sách gối đầu giường của dòng Gelug (Mũ Vàng).

Phật được gọi là bậc tự giác và giác tha. Phật giác ngộ được nguyên nhân của sự sinh tử liên tục (luân hồi), và biết rõ phương pháp giải thoát, tạm gọi là chứng đạt Niết bàn (diệt sinh tử, tịch diệt). Chúng sinh còn gọi là hữu tình là một vật thể có tri thức. Thức là nền tảng chính của chúng sinh, do thức tâm bị vô minh (không biết cách thoát khổ chân thật), nên tạo tác ba hành nghiệp thân khẩu ý mà phải lưu chuyển trong sinh tử. Cho nên căn bản để tịch diệt sinh tử là huấn luyện tâm thức từ vô minh (vọng thức, vọng tâm thấy sai chân lý để giải thoát) thành minh (chân tâm, chân thức), rồi tùy thuận theo đó dụng công thể nhập để diệt tận sinh tử luân hồi khổ đau.

Bất luận tông phái nào, hoặc Đại hoặc Tiểu, đều lấy sự minh tâm này làm cứu cánh. Khi tâm thấy chắc chắn rõ ràng chân lý giải thoát thì gọi là kiến đạo, cứ theo đó mà gia công dụng hạnh để luôn thể nhập nó, thì mọi tư duy, nhận thức và lối sống đều hợp với chân lý giải thoát, khiến mọi lực năng sinh của nghiệp sẽ mất duyên để sinh thân đời sau, đây gọi là giải thoát Niết bàn. Điểm trọng yếu của giải thoát là minh và vô minh, cho nên quá trình đạt đến giải thoát cũng là quá trình huấn luyện tâm thức. Toàn bộ quyền Bậc Thang Giác Ngộ của

ngài Tsong Khapa cũng là đặt trên nền tảng huấn luyện tâm thức này. Trước tiên huấn luyện tâm thức của phạm phu khiến bớt dính mắc vào thế pháp, chuyển nó để hướng về sự tu tập thiện pháp và thánh pháp, mà ngài gọi là hạ sĩ đạo (thiên nhân thừa). Thực ra đây là pháp căn bản cộng thông cho ngũ thừa, vì nó khiến hành giả sinh tâm nhàm chán thế gian, ghê sợ sinh tử, tội lỗi và phát tâm tinh tấn tu tập thiện pháp là nền tảng tất yếu ở giai đoạn tư lương cho các đạo lộ kế tiếp. Trong đây gồm bốn pháp chuyển tâm như vô thường sự chết, khổ trong lục đạo, nhân quả, và thân người đáng quý. Kế đến, đặt nền móng cho một Phật tử gồm quy y Tam bảo, sinh tâm tầm quý với nghiệp ác đã tạo qua sự sám hối, và tu hành thiện pháp, mà nền tảng phát sinh công đức là bố thí hay cúng dường. Sau khi hoàn tất bậc thang của Hạ sĩ đạo, hành giả có thể bước lên bậc thang cao hơn của con đường tu tập giải thoát rốt ráo của Thanh văn Duyên giác gọi là Trung sĩ đạo. Nền tảng sai lầm khiến chúng ta bị trôi buộc trong sinh tử là cái thấy “ngã kiến” (chấp ngã là một thực thể, có tự tính và tồn tại) được ngài luận giải trong phần Tứ diệu đế và Thập nhị nhân duyên, nhấn mạnh ở tri kiến “vô ngã” và triển khai yếu tố hỗ trợ để thể nhập thâm sâu lý vô ngã này qua sự phân tích giới định tuệ. Vì tri kiến trong giai đoạn này do quán tưởng của thể đế mà ngộ nhập và phạm vi phát triển hạn hẹp, chỉ mong giải thoát cho riêng mình, nên đây là bậc thang trung gian không phải là rốt ráo. Người Phật tử là con Phật nên phải thành Phật, nên bậc thang kế cao hơn phải là con đường dẫn đến Phật quả, gọi là Thượng sĩ đạo (hay Bồ tát đạo) của những bậc đại đạo tâm (tâm rộng lớn muốn tự mình giải thoát và giải thoát cho tất cả chúng sinh - tự độ độ tha). Đạo lộ này đặc biệt sai khác với Thanh văn Duyên giác ở chỗ phát tâm Vô thượng Bồ đề, còn gọi là Bồ đề tâm nguyện, đây là nền tảng thiết yếu cho những hành giả tu học Đại thừa. Ngài Tsong Kha Pa triển khai rộng rãi cách luyện Bồ đề tâm, đặc biệt dung hợp cả hai hệ Đại thừa lớn là hệ Duy thức (hạnh nguyện quảng đại) và hệ Tánh Không (tri kiến thâm sâu) của hai vị tổ sư Vô Trước và Long Thọ mà ngài được truyền thừa từ hệ Bồ đề tâm

của tôn giả Atisha (được xem là thất truyền ở Ấn Độ vào thế kỷ thứ mười). Sau khi đã chân thật phát Bồ đề tâm, thọ Bồ tát giới, thì y cứ vào Lục độ hay Thập độ ba la mật mà tu hành vạn hạnh sai biệt cùng các phương tiện tự độ độ tha. Nền tảng luyện tâm thể nhập chân lý rốt ráo vẫn là giới định tuệ, nhưng giới ở đây gồm cả ba tụ (đoạn phiền não, tăng thiện pháp công đức, và lợi lạc hữu tình), gồm có Bồ tát giới (cho Đại thừa hiền giáo) và Mật giới (cho Đại thừa mật giáo). Thay đổi danh xưng “định tuệ (lấy quả làm tên)” trong Trung sĩ đạo bằng danh xưng “chỉ quán (lấy công hạnh làm tên).” Gọi pháp tu giải thoát trong Thượng sĩ đạo là chỉ quán, và tri kiến ở đây là tri kiến của Bát nhã ba la mật, hay tri kiến Tánh Không, là cái thấy cần thiết phải có, rồi sau đó mới dùng lực chỉ quán để ngộ nhập.

Ngài Tsong Kha Pa nêu rõ người có vô ngã kiến ắt phải có vô ngã sở kiến, nên cái thấy giải thoát của Thanh văn, Duyên giác và Bồ tát đều giống nhau (tương đồng), tức là đã thấy “ngã không” thì phải thấy “pháp không.” Nhưng cái thấy (kiến) của Thanh văn Duyên giác thì cạn cạn vì y cứ nơi tướng của thể để mà quán sát thấy, còn Bồ tát thì y cứ nơi bản tánh của thể để mà quán sát thấy nên cùng tận rốt ráo, chính xác và thâm sâu hơn và thật sự cắt đứt gốc rễ vô minh. Vì sự thấy (kiến đạo hay kiến tánh) cực kỳ quan trọng trong giai đoạn này, nên ngài đã luận giải và vạch ra những giai đoạn để tu tập tri kiến này (không kiến) cho khỏi lầm lạc. Đây là phần cực kỳ quan yếu, và là điểm đặc sắc ít thấy trong các luận giải khác. Đặc biệt ngài cũng phân tích sự dụng công chỉ quán phải đúng thời tiết mới thật sự giải thoát được. Ngài dạy rằng nếu chưa thấy “không lý” chính xác mà dùng sức chỉ quán tập tâm vô phân biệt thì sở chứng “không” đó chưa thể gọi là chân thực nhập không kiến và đạt được giải thoát, lý do là vì không hiểu rõ ràng chính xác (minh liễu) các pháp là vô tự tánh vô sở đắc, cho nên vẫn còn bị các pháp trói buộc, và sau khóa tu tập, khi lực chỉ quán đã yếu, tâm sẽ tùy thuận cái biết không chính xác (vô minh) mà tạo nghiệp. Nên ngài chủ trương theo đúng lời dạy của Phật là phải bằng

mọi nỗ lực kiến đạo, hay kiến tánh, chính xác rồi (đạt không kiến nhờ ba giai đoạn chính quán được phân tích trong luận giải của ngài), sau đó mới dùng sức chỉ quán khiến tâm an trụ trong vô phân biệt tâm (quán không). Đây cũng là lỗi nhận định cực kỳ quan trọng mà ít luận sư nào nhấn mạnh.

Toàn bộ Bậc Thang Giác Ngộ là pháp luyện tâm, tri kiến, và quả vị sai biệt của từng đạo lộ được phân tích rất chi ly bao gồm hầu hết giáo lý của Phật Thích Ca trong bốn mươi năm thuyết pháp tuần tự từ thấp lên cao. Cho nên dòng Gelug thường xem quyển này là sách gối đầu giường, và tự hào rằng chỉ y cứ theo đây mà tu tập cũng đủ để thành tựu Phật quả. Ngài Papongka cũng căn cứ vào quyển này mà thuyết giảng thành tập sách Giải Thoát Trong Lòng Tay, được các đệ tử nghe pháp ghi lại và hiện nay là vật bất ly thân cho các đệ tử dòng Gelug.

Nguyện nhờ sự gia hộ của mười phương chư Phật, Bồ tát, mà các chúng sinh đều thể nhập được thật lý viên mãn ba la mật, mau thành tựu đạo lộ tu tập.

Tịnh Luật Tự  
Ngày 25/3/2013

Thích Pháp Quang

## Dẫn nhập

Trích từ bản Hán dịch Bồ Đề Đạo Thứ Đệ Quảng Luận  
của Pháp sư Pháp Tôn

### I. Giới thiệu

Bồ Đề Đạo Thứ Đệ Quảng Luận (Lamrim Chenmo, Đại Luận Về Giai Trình Của Đạo Giác Ngộ) là một công trình nghiên cứu sâu dày, một tác phẩm không tiền khoáng hậu, một công hiến vĩ đại cho Đại thừa Hiền Giáo và Mật Giáo. Trong đây, thượng sư Tsong Kha Pa đã tổng nhiếp yếu nghĩa của Ba tạng Mười hai bộ kinh, y theo quỹ đạo của hai ngài Long Thọ (phái Thâm Quán) và Vô Trước (phái Quảng Hành), soạn thuật tiến trình Tam sĩ đạo cho ba loại căn cơ từ thấp lên cao. Tam sĩ đạo là một tiến trình tất nhiên cho mọi hành giả, bất cứ thuộc loại căn cơ nào, từ lúc sơ phát tâm cho đến khi chứng đắc Vô thượng Bồ đề, trong khoảng trung gian tu học Phật pháp đều phải trải qua. Bốn luận tường thuật đúng lý về trình tự, thể tính và phương pháp tu học. Bồ Đề, tức là Phật quả mà hành giả đang mong cầu; Đạo, tức là sự tu học mà hành giả phải trải qua; Thứ Đệ, tức là quá trình tu học phải trải qua, từ thấp lên cao, từ cạn đến sâu, không thể thiếu sót, không thể đảo lộn, không thể nhảy vượt.

Thượng sư Tsong Kha Pa (1357-1419), tác giả của bốn luận, là một nhân vật vĩ đại đã trung hưng Phật giáo Tây Tạng. Ngài sinh năm 1357 tại vùng Tsong Kha, hiện nay là Tháp Nhĩ Tự, tỉnh Thanh Hải. Năm bảy tuổi, ngài xuất gia, pháp danh Thiện Tuệ Danh Xưng Tường (blo-bzan grags-pahi, dpal). Năm mười sáu tuổi, ngài đến Tây Tạng cầu học, thân cận các vị đại thiện tri thức khắp nơi. Năm mười chín tuổi, tại các chùa lớn ở

Tây Tạng, ngài thiết lập Hiện Quán Trang Nghiêm Luận Tông. Năm hai mươi bốn tuổi (1380), ngài thọ giới tỳ kheo, và trở thành một vị luận sư nổi tiếng. Sau khi thọ giới, ngài cư trú tại vùng Sát Công Đường (tshal-gun-than) vài năm để nghiên cứu kinh điển, và trong thời gian đó, ngài cũng đã đến học tập Mật pháp cao thâm với nhiều vị cao tăng. Năm ba mươi sáu tuổi (1392), ngài học tập thông suốt tất cả giáo pháp Hiền Mật đã được dịch sang tiếng Tây Tạng. Năm ba mươi chín tuổi, ngài ở La Trát (lho-brag), từ Hư Không Tràng Đại Sư, học pháp “giáo thọ phái” do hai ngài Nội Ô Tô Ba và Tăng Nga Ngõa truyền thọ; lại ở Trát Khuếch Tự (brag-ko), từ Pháp Y Hiền Đại Sư, học pháp “giáo điển phái” do hai ngài Bác Đỏa Ngõa Truyền Đạc Ba và Hà Nhạ Ngõa truyền thọ. Ngài lại từ ngài Pháp Y Hiền Đại Sư học Thánh Giáo Thứ Đệ Luận, và đây là giáo điển cơ bản làm căn cứ cho Bồ Đề Đạo Thứ Đệ Luận. Năm bốn mươi ba tuổi (1399), thể theo lời thỉnh cầu của các tự viện, ngài đi khắp nơi giảng pháp, và đã đặc biệt chú trọng đến việc hoằng dương giới luật Đại thừa lẫn Tiểu thừa. Năm bốn mươi sáu tuổi, do Thắng Y Pháp Vương (skyab-mchog chos rje) và nhiều vị thiện tri thức thỉnh cầu, ngài đã ở tại Nhạ Chân Tự (rwa-sgren) soạn bộ Bồ Đề Đạo Thứ Đệ Quảng Luận, sau đó lại soạn bộ Mật Tông Đạo Thứ Đệ Luận, chú thích tường tận thứ lớp tu tập của bốn Đại Mật Bộ. Năm năm mươi ba tuổi (1409), ngài kiến lập Cách Đăng Tự (dgah-ldan), đây là đạo trường căn bản cho phái Gelug (Hoàng Mạo – Mũ Vàng). Năm năm mươi chín tuổi (1415), ngài ban lệnh cho Diệu Âm Pháp Vương (hjam-dbyan chos-ldan) kiến lập Triết Bạng Tự (hbrea-spuns) - hoàn thành năm 1416. Hơn nữa, do vì nội dung của Bồ Đề Đạo Thứ Đệ Quảng Luận quá chi ly phiền toái, những người căn tánh tầm thường khó có thể thọ trì, cho nên ngài đã soạn thêm Bồ Đề Đạo Thứ Đệ Lược Luận (Lamrim Chungba, Bậc Thang Giác Ngộ). Năm ngài sáu mươi hai tuổi (1418), Đại Từ Pháp Vương (byams-chen chos-rje) kiến lập Sắc Lạp Tự (Sera) - hoàn thành năm 1419. Đây là ba chùa lớn của phái Gelug. Năm sáu mươi ba tuổi (1419), ngài [Tsong Kha Pa] thị tịch tại Cách Đăng Tự.

## II. Bố cục.

Bốn luận căn cứ vào tổ chức Tam sĩ đạo (thượng sĩ đạo, trung sĩ đạo, và hạ sĩ đạo) của quyển Bồ Đề Đạo Đăng Luận (hoặc Bồ Đề Đạo Cự Luận) do ngài Atisha biên soạn.

Hạ sĩ đạo chỉ dạy pháp môn xa lìa ba đường ác, thác sinh về cõi lành người, trời. Trung sĩ đạo chỉ dạy pháp môn giải thoát sự luân hồi của ba cõi, đoạn trừ phiền não, chứng đắc Niết bàn. Thượng sĩ đạo chỉ dạy pháp môn phát tâm Bồ đề, tu hạnh Bồ tát, chứng đắc quả vị Vô thượng bồ đề.

Phần giảng giải về hạ sĩ đạo chia làm bốn phần: (1) tư duy về sự vô thường của thân người, (2) tư duy về sự khổ của ba đường ác, (3) quy y Tam bảo, và (4) tin sâu nhân quả.

Phần giảng giải về trung sĩ đạo chia làm bốn phần: (1) tư duy về khổ đế (sự họa hoạn của sinh tử), (2) tư duy về tập đế (phiền não và thứ lớp lưu chuyển của nghiệp), (3) tư duy về mười hai nhân duyên (ý nghĩa của sự lưu chuyển sinh tử và hoàn diệt Niết bàn), và (4) tư duy về con đường chính của sự giải thoát sinh tử (ba học giới định tuệ).

Phần giảng giải về thượng sĩ đạo chia làm hai phần: (1) phát Đại bồ đề tâm, và (2) tu tập Bồ tát hạnh. Phần (2) được chia làm hai phần: (a) nói tổng quát về Lục độ, Tứ nhiếp, và (b) nói chi tiết về pháp tu Chỉ quán.

Trước khi giảng giải về Tam sĩ đạo, bốn luận lập định cơ sở cho sự tu tập, gồm có hai phần: (1) gần gũi thiện tri thức, và (2) tư duy về thân người khó được. Sau khi giảng giải về Tam sĩ đạo, bốn luận lại nêu rõ những hành giả phát tâm Đại bồ đề, nếu như tin tưởng, hăm mộ mật chú, có thể tiến tu Mật pháp.

Gần gũi thiện tri thức là nền tảng cho tất cả sự tu học Phật pháp, cho nên trước tiên đề cập đến vấn đề này. Sau khi tiến nhập Phật pháp, phải nên tư duy về thân người khó được thì mới có thể sách tấn chính mình tiến tu Phật pháp, tức là tu tập Tam sĩ đạo. Nếu không thể thoát ly ba ác đạo thì sẽ không có cơ hội tu học Phật pháp, lại càng không thể ra khỏi sinh tử, chứng Đại bồ đề. Nếu như tiếp tục tham cầu sự hưởng thọ ngũ dục, chưa biết sợ hãi sự thống khổ trong ba đường ác thì sẽ không nhằm chán sự khổ của ba cõi, tha thiết mong cầu xuất ly. Cho nên điều cấp bách nhất mà cũng dễ dàng tu tập nhất là trước tiên tu tập hạ sĩ đạo.

Trong giai đoạn tu tập hạ sĩ đạo, nếu tham luyện ngũ dục hiện đời, thì sẽ không mạnh mẽ truy cầu sự an lạc đời sau, và hơn nữa, đối với sự khổ trong ba đường ác cũng không sinh tâm sợ hãi, cho nên trước tiên phải tư duy về sự vô thường của thân người thì mới sợ hãi ba đường ác, do sự sợ hãi này mới có thể chí thành quy y Tam bảo, tin sâu đạo lý nhân quả, dứt ác tu thiện, và do đây mới có thể không còn bị đọa.

Nếu như chỉ tu tập hạ sĩ đạo, tuy được sinh vào các cõi lành người trời, nhưng chung quy vẫn không ra khỏi ba cõi sinh tử luân hồi, bởi vậy, kể đến phải tu trung sĩ đạo. Trước tiên, tư duy về sự khổ tổng và biệt<sup>2</sup> của sinh tử, sinh tâm nhằm lìa sự luân hồi trong ba cõi; kể đến, nghiên cứu tìm hiểu nguyên nhân sinh khởi sự sinh tử trong ba cõi, tức là tất cả phiền não và nghiệp hữu lậu, sau khi hiểu rõ, bèn phát tâm quyết định đoạn trừ. Kể đến, chân chánh nhận thức rằng Tam học giới định tuệ là phương pháp duy nhất để đoạn trừ phiền não, và nhân đây mới có thể thoát ly ba cõi. Nếu tự mình vẫn chưa nhằm chán sự khổ sinh tử thì làm sao có thể phát tâm độ thoát chúng sinh? Nếu tự mình chưa thể ra khỏi ba cõi, thì làm sao có thể độ

<sup>2</sup> Tổng, nghĩa là ba khổ, sáu khổ, tám khổ, v.v...; biệt, nghĩa là sự khổ riêng biệt của mỗi loài, chẳng hạn sự khổ của loài người, sự khổ của địa ngục, v.v...



chúng sinh ra khỏi ba cõi? Cho nên trước khi tu tập thượng sĩ đạo, phải cần tu tập trung sĩ đạo. Sau khi tu trung sĩ đạo, phải tiến một bước suy ngẫm như vậy: “Tất cả chúng sinh đang đắm chìm trong biển khổ, nếu chỉ riêng mình thoát ly sinh tử thì không thể cứu độ tất cả chúng sinh. Vì muốn độ chúng sinh, cần phải thành tựu quả vị Vô thượng Bồ đề.” Do đây phát tâm Bồ đề, cầu thọ Bồ tát giới, tu tập pháp Lục độ thành tựu tự thân, tu học pháp Tứ nhiếp thành thực hữu tình. Đây chính là thượng sĩ đạo. Tam sĩ đạo này, bất luận hành giả tu tập Mật tông hay không, cần phải tu học, cho nên gọi là “cộng đồng đạo (con đường chung).” Những hành giả muốn mau chóng thành tựu tư lương phước đức trí tuệ, trên cơ sở tu tập “cộng đồng đạo” này, phải nên tiến tu pháp môn Mật tông, tức là trước tiên y vào thiện tri thức thọ quán đảnh, cần phải tuân thủ Tam muội da giới và các giới luật khác. Nếu học Tam muội da bậc thấp, trước hết nên tu “hữu tướng du già”, sau đó tu tập “vô tướng du già”, do đây có thể chứng đắc các loại “tô tất địa” của Mật tông. Nếu như học Mật pháp của Vô thượng du già bộ, trước tiên nên học “sinh khởi thứ đệ”, sau đó tu “viên mãn thứ đệ”, cuối cùng chứng đắc “đại kim cương trì quả.” Đây là đại ý bố cục của bản luận.

Bồ Đề Đạo Thứ Đệ là quá trình cần phải vượt qua để thành tựu Vô thượng Bồ đề. Tu hạ sĩ đạo không phải chỉ là tự cầu an lạc trôi người, tu trung sĩ đạo cũng không phải chỉ là cầu tự mình thoát ly sinh tử, mà đều là những điều kiện chuẩn bị cho thượng sĩ đạo, cho nên hai giai bậc dưới đều là một phần của Vô thượng Bồ đề. Như trong phần mục lục chi tiết đã nêu rõ, tất cả đều có một thứ tự nhất định, không thể đảo lộn. Hơn nữa, tu tập các phần đầu có thể dẫn khởi tâm mong cầu học tập các phần sau; học tập các phần sau có thể thúc bách tâm mong cầu học tập các phần đầu, cho nên Tam sĩ đạo là một hệ thống hoàn chỉnh, cần phải bình đẳng tu hành, không thể phớt bỏ phần nào. Nếu hành giả khiếm khuyết một phần nào, phải nên cố gắng tu tập phần đó, khiến cho tất cả các phần đều được tiến

triển quân bình. Các phần trước sau không phải là những bộ phận độc lập không quan hệ, mà tất cả đều liên hệ nhau trong một toàn thể mạch lạc và linh động.

### III. Nội dung chủ yếu.

Bản luận dùng ba điểm chính yếu làm trung tâm, tức là (1) xuất ly tâm, (2) Bồ đề tâm, và (3) thanh tịnh kiến.

(1) Xuất ly tâm, tức là tâm nhằm lìa ba cõi, mong cầu Niết bàn, còn gọi là tâm “cầu giải thoát.” Hành giả học Phật, nếu như không có tâm chân chánh cầu xuất ly, tất cả những công đức gây dựng được chỉ có thể chiêu cảm quả báo cõi lành người trời, mà không thể thành chánh nhân cho sự giải thoát sinh tử. Nếu dùng tâm xuất ly làm động cơ, hoặc do tâm xuất ly dẫn đạo thì bất cứ công đức lớn nhỏ nào, dù chỉ là bỏ thí một nắm gạo cho súc sinh, hoặc thọ trì một điều giới trong một ngày đêm, tất cả đều trở thành tư lương cho sự giải thoát sinh tử. Về thứ tự tu học, trước tiên cần phải tư duy về thân người khó được, thọ mạng vô thường (để dứt trừ tâm tham cầu ngũ dục hiện đời), tư duy nhân quả không hề sai chạy, sinh tử khổ đau, cùng sự luân hồi trong ba cõi. Nếu có thể nhận rõ ba cõi giống như nhà lửa, rất đáng sợ hãi, không còn tư hào lưu luyến, quyết chí xuất ly, một lòng truy cầu sự diệu lạc của Niết bàn thì có thể phát khởi xuất ly tâm. Từ đây tiến tu Tam học giới định tuệ thì mới có thể chứng được Niết bàn giải thoát. Nếu không có tâm xuất ly thì không thể phát khởi tâm Bồ đề, cho nên tâm xuất ly là yếu điểm thứ nhất của Bồ Đề Đạo Thứ Đệ.

(2) Bồ đề tâm, tức là quán sát tất cả hữu tình đang chìm đắm trong sinh tử, không ngày thoát ly, và vì muốn cứu độ tất cả ra khỏi sinh tử cho nên lập chí cầu chứng đắc Vô thượng Bồ đề. Hành giả học Phật, nếu như chưa phát khởi Đại bồ đề tâm, thì tất cả các công đức tu tập được, hoặc đọa vào sinh tử (hưởng phước), hoặc đọa vào Tiểu thừa (chứng đắc Niết bàn), tất cả đều

không thể trở thành chánh nhân thành Phật; hơn nữa, người này cũng không được xem là hành giả Đại thừa. Nếu như hành giả đã phát khởi Bồ đề tâm, tuy chưa tu các công đức khác, cũng có thể được gọi là Bồ tát. Tất cả công hạnh tu tập đều trở thành chánh nhân thành Phật. Cho nên trong việc tu tập Thượng sĩ đạo, tu tập Bồ đề tâm là quan trọng nhất.

Thứ tự tu tập Bồ đề tâm, bốn luận nói có hai loại: (1) pháp bảy tầng nhân quả do ngài Kim Châu Đại Sư truyền thọ, (2) pháp hoán đổi mình và người do ngài Tịch Thiên Luận Sư truyền thọ. Giáo pháp của hai phái này đều lấy xuất ly tâm làm cơ sở, tiến một bước, tư duy tất cả hữu tình đều bị phiền não ngã chấp trói buộc, đều bị nghiệp hữu lậu làm trôi dạt, miên man chìm đắm trong biển lớn sinh tử, bị vô lượng sự khổ bức nã, từ đó sinh tâm đại từ bi. Vì muốn cứu độ chúng sinh ra khỏi biển khổ sinh tử, có thể hy sinh tất cả sự an lạc của chính mình, cấp bách trong việc lợi tha, cầu Đại bồ đề, tức là phát khởi Đại bồ đề tâm, từ đây tiến tu Lục độ, Tứ nhiếp, trải qua ba đại a tăng kỳ kiếp, viên mãn tư lương phước đức trí tuệ, thì mới được quả vị Đại bồ đề, đầy đủ ba thân bốn trí, vô lượng công đức trang nghiêm.

(3) Thanh tịnh kiến, còn gọi là trung đạo chánh kiến, xa lìa hai cực đoạn tăng ích và tổn giảm. Tất cả các pháp đều nương vào nhân duyên để sinh khởi hoặc thành lập, xưa nay vốn không có độc lập tự tánh (ngay cả Niết bàn cũng y vào sự đoạn trừ hoặc chướng để được an lập). Chúng sinh do tập khí được lưu truyền từ vô thủy, đối với các pháp không có tự tánh, chấp trước có thật tự tánh. Đây gọi là tăng ích chấp, còn gọi là hữu kiến, thường kiến, v.v... Thế nhưng, tất cả các pháp tuy không có thực tánh, nhưng lại nương vào những nhân duyên nhất định, quyết chắc sẽ được sanh khởi, được thành lập, mà không phải hoàn toàn không hiện hữu. Ví như ảnh người hiện trong gương, vốn không có thực thể, nhưng lại do các nhân duyên như gương trong, không gian, ánh sáng, hình thể của

người soi, v.v..., tập hợp, thì tự nhiên sẽ có ảnh người xuất hiện trong gương, hơn nữa, ảnh trong gương còn có thể phát sinh những tác dụng khác. Nếu cho rằng “các pháp vốn không có thực tánh, tất cả mọi vật đều hoàn toàn không hiện hữu, những điều mắt thấy tai nghe hoàn toàn là sự loạn tưởng,” thì đây gọi là tổn giảm chấp, còn được gọi là vô kiến, đoạn kiến, v.v... Nếu ngược lại điều này thì gọi là tăng ích chấp. Hai kiến chấp đoạn, thường này đều không hợp với chân lý, lệch về một bên, cho nên còn được gọi là biên kiến. Trung đạo chánh kiến không chấp các pháp thật có tự tính, cũng không phủ nhận sự sinh khởi hoặc tồn tại của các pháp, biết rõ như thật “các pháp nương vào nhân duyên hiện hữu, không có tự tánh độc lập”, nên không bị đọa vào thường kiến, lại biết rõ “các pháp nương vào nhân duyên mà hiện hữu, có nhân có quả (không đảo loạn)”, nên không bị đọa vào đoạn kiến. Do chánh kiến này nên không bị đọa vào hai thái cực “đoạn, thường”, cho nên gọi là trung đạo. Sự vô minh chấp thực từ vô thủy đến nay là căn bản của tất cả phiền não, mà cũng là căn bản của sinh tử, cần phải có thanh tịnh kiến này mới có thể đoạn trừ. Nếu chưa có thanh tịnh kiến này, mà chỉ có xuất ly tâm và Bồ đề tâm thì dù tu học thế nào, chung quy cũng chẳng đoạn được một tơ hào phiền não. Cho nên thanh tịnh kiến là mạng căn quan trọng nhất của tất cả các pháp môn Đại thừa, Tiểu thừa.

Tu tập chánh kiến này, trước tiên dùng bốn lý, hoặc bảy tướng, quán sát chúng sinh từ vô thủy đến nay chấp chặt vào cái ngã, để thông đạt ngã không; kế đến, dùng bốn lý, hoặc lý phá bốn sinh, quán sát chúng sinh, từ vô thủy đến nay, chấp chặt vào các pháp thực có, để thông đạt pháp không.

Bốn lý, tức là: (1) nhận thức cái ngã bị phá, (2) quyết định sự đồng nhất hoặc khác biệt của ngã và ngũ uẩn, (3) nhận thức sự bất hợp lý của sự đồng nhất của ngã và ngũ uẩn, (4) nhận thức sự bất hợp lý của sự khác biệt của ngã và ngũ uẩn. Bảy tướng, tức là (1) đồng nhất (ngã và ngũ uẩn đồng nhất), (2)

khác biệt (ngã và ngũ uẩn khác biệt), (3) năng y (ngã nương vào ngũ uẩn), (4) sở y (ngũ uẩn nương vào ngã), (5) có đủ (ngã có năm uẩn), (6) chỉ tụ (ngũ uẩn hợp thành ngã), (7) hình trạng (hình tướng của sự tổ hợp của ngũ uẩn là ngã). Hành giả có thể từ bảy phương diện này nhận thức rằng sự chấp ngã là không hợp lý. Bốn sinh, tức là (1) tự sinh, (2) tha sinh, (3) cộng sinh, và (4) vô nhân sinh. Lập luận đả phá bốn sinh được trung dẫn từ những bộ luận thuộc phái Trung Quán.

Dùng bốn lý để phá sự chấp trước vào thực pháp, trước tiên phải nhận thức rõ thực pháp và những thành phần của nó. Kế đến, dùng ngã và ngũ uẩn làm thí dụ điển hình, y theo lập luận vừa nêu trên, dùng nguyên tắc phá ngã của bốn lý để phá trừ sự chấp trước. Sau khi thông đạt những vọng chấp từ vô thi về ngã và thực pháp là không, tiếp đến quán sát tường tận về đạo lý duyên khởi, nhận thức rõ các pháp tuy không có tự tính, nhưng có nhân quả do duyên khởi. Nếu như hành giả vẫn còn cảm nhận rằng duyên khởi nhân quả và tự tánh không là hai sự kiện khác biệt, thì có nghĩa là hành giả chưa chân chánh thông đạt ý nghĩa thâm sâu của trung đạo. Nếu do sự nhận thức nhân quả duyên khởi của các pháp có thể phá trừ sự chấp trước trong tâm, hiểu rõ các pháp thực sự không có tự tính, thì có thể đạt đến trung đạo chánh kiến. Chánh kiến này không phải chỉ do kiến không phá trừ chấp thường, mà còn do lực lượng của kiến hữu mà phá trừ thường biên; không chỉ do kiến hữu phá trừ chấp đoạn, mà còn do lực lượng của kiến không mà phá trừ đoạn biên. Điều này đặc biệt là tác dụng thù thắng của trung đạo chánh kiến.

Các pháp môn từ phần trung sĩ đạo trở về trước đều là phương pháp dẫn đến sự sinh khởi tâm xuất ly. Trong phần thượng sĩ đạo, phần lớn nói về phát Bồ đề tâm, tu Bồ tát hạnh. Chương Tỳ Bát Xá Na quyết đoán tỉ mỉ về thanh tịnh kiến. Toàn bộ Bồ Đề Đạo Thứ Đệ dùng ba con đường quan trọng này làm nội dung chủ yếu.

#### IV. Đặc điểm.

Bốn luận, từ Gân gửi thiện tri thức đến Tu tỳ bát xá na, mỗi phần đều y vào chánh lý để thành lập, kể đến trung dẫn kinh luận để chứng minh, sau cùng trung dẫn các ngữ lục của phái Kadampa để hiển rõ, đề xuất ý nghĩa trọng yếu. Đây là sự kiện mà các bậc cổ đức chưa từng đề cập đến. Ngài Khắc Chủ Kiệt (mkhos-grub rje) nói: “Giáo pháp Bồ Đề Đạo Thứ Đệ do tôn giả Atisha truyền thọ, các phái như Giáo điển phái, Giáo thọ phái, v.v..., tuy cũng có nhiều loại Thứ Đệ Luận, nhưng chưa từng có tác phẩm nào tại Tây Tạng có thể so sánh với hai bộ Bồ Đề Đạo Thứ Đệ Quảng Luận và Lược Luận do ngài Tsong Kha Pa trước tác.” Hiện nay chúng ta sẽ nêu lên vài điểm đặc sắc của bốn luận.

##### (1) Pháp tu Bồ đề tâm:

Pháp tu Bồ đề tâm có nhiều loại, Du Già Sư Địa Luận nói có bốn nhân, bốn duyên, bốn lực, v.v..., đều là để chỉ dẫn những hành giả đã từng trồng thiện căn Đại thừa mới có thể do thấy Phật, nghe pháp, thấy chúng sanh thọ khổ, hoặc nhân vì chính mình thọ khổ mà dẫn phát tâm Đại bồ đề. Còn những chúng sanh thông thường, chưa từng trồng thiện căn, phải nương vào giáo pháp mà dần dần tu tập thì mới có thể phát khởi tâm Bồ đề. Giáo pháp phát tâm Bồ đề, các vị đại luận sư trong quá khứ, đôi lúc cũng đề cập sơ lược, nhưng phần lớn không được hoàn bị. Hiện nay bốn luận đem những giáo pháp được truyền thọ bởi tôn giả Atisha phân làm hai loại:

[A] Giáo pháp Bảy tầng nhân quả do ngài Kim Châu Đại Sư truyền thọ, tức là (a) biết mẹ (tu duy tất cả hữu tình trong pháp giới đều là mẹ mình), (b) nhớ ơn (tu duy tất cả hữu tình đều có ơn đối với mình), (c) báo ơn (tu duy về việc đền ơn tất cả hữu tình), (d) lòng từ hoan hỷ (thấy tất cả hữu tình như

đưa con yêu của mình, sinh tâm hoan hỷ), (e) đại bi (tư duy tất cả hữu tình đang chìm trong sinh tử, chịu vô lượng khổ, mình phải làm thế nào để cho họ thoát khổ), (f) ý nhạo tăng thượng (thường tư duy mình phải gánh vác trách nhiệm lớn là khiến cho tất cả hữu tình lìa khổ được vui), (g) Bồ đề tâm (phải đầy đủ hai sự ưa muốn: 1. muốn độ tất cả hữu tình ra khỏi biển khổ sinh tử, 2. muốn chứng thành Vô thượng Bồ đề). Nếu chỉ muốn lợi tha mà không cầu thành Phật, đó chỉ là tâm Đại bi, không phải tâm Bồ đề; nếu chỉ muốn cầu thành Phật, mà không muốn lợi tha, thì chỉ là tâm tự lợi, cũng không phải là tâm Bồ đề. Tâm Bồ đề nhất định phải gồm đủ hai yếu tố là vì lợi chúng sinh và nguyện thành Phật. Từ phần Biết mẹ đến phần Ý nhạo tăng thượng, đều là phương pháp tu tâm lợi tha. Sau khi phát khởi ý nhạo tăng thượng, biết rằng chỉ có thành Phật mới có thể lợi tha cứu cánh, vì muốn lợi tha cho nên tiến cầu Vô thượng Bồ đề, đây mới là Bồ đề tâm. Trước khi tu pháp Biết mẹ, cần phải tu tập phần cơ bản là bình đẳng xả tâm, thì đối với tất cả chúng sinh (oán, thân, không oán không thân) mới có thể khởi tâm biết mẹ.

[B] Giáo pháp Hoán đổi mình người do Bồ tát Tịch Thiên giảng rõ trong Nhập Bồ Tát Hành Luân, tức là đem tâm tham luyến sự tự lợi, không màng đến việc lợi tha, hoán đổi lẫn nhau, thay đổi vị trí của mình và đối tượng, yêu thương kẻ khác như chính mình, có thể hy sinh sự tự lợi, để thành tựu sự lợi ích cho kẻ khác. Pháp này:

(a) Trước tiên tư duy về công đức của pháp tu hoán đổi mình người, cùng họa hoạn của sự không tu pháp này, chẳng hạn như do sự lợi tha mà thành Phật, còn chỉ biết lợi mình thì vĩnh viễn là phàm phu.

(b) Tư duy về sự nhất định tu thành pháp hoán đổi mình người, ví như tình cha huyết mẹ vốn không phải là thân mình, do tập khí quá khứ, cho nên chấp trước đó là thân mình.

(c) Phải nên đối trị hai loại chướng ngại: (1) Nếu như nghĩ rằng không có sự tương quan giữa thân mình và thân người, thì nên tư duy rằng mình và người là một sự an lập tương đối, giống như đứng tại ngọn núi này thì thấy ngọn núi kia là khác, nhưng nếu đi đến ngọn núi kia, thì lại thấy nó là ngọn núi này, và ngọn núi (này) lúc này trở thành ngọn núi kia. Điều này không giống như màu xanh là màu xanh, màu vàng là màu vàng, tuyệt đối khác nhau. (2) Nếu cảm tưởng rằng sự thống khổ của người khác không tổn hại gì đến mình, cho nên không cần phải quan tâm đến họ, thì cần phải nghĩ rằng mình và người khác phải nương nhau mà tồn tại. Giống như tay và chân, chân đau tuy không tổn hại gì đến tay, nhưng không phải vì tay không đau mà không lo trị lành bệnh của chân.

(d) Chánh tu: (1) Tư duy từ vô thi đến nay, phạm phu vì ngã chấp mà bị bao nhiêu khổ nạn, làm sao cho ái chấp chưa sinh sẽ không sinh, đã sinh sẽ bị đoạn trừ, không còn sinh trở lại. (2) Tư duy chư Phật Bồ tát vì thương chúng sinh mà thu hoạch được bao nhiêu công đức lợi ích, làm sao cho tâm thương chúng sinh chưa sinh khởi sẽ được sinh khởi, đã sinh khởi khiến cho tăng trưởng, an trụ không thoái chuyển.

(e) Nhẫn đến khi thở ra hít vào, đều tu pháp ban bố sự an lạc, chấm dứt sự khổ đau cho hữu tình. Đây là phương pháp tu tập Bồ đề tâm nhanh chóng cho những chúng sinh lợi căn. Chú ý: Trước khi tu pháp Hoán đổi mình người, phải tu pháp Bình đẳng xả tâm.

(2) Tu pháp chỉ (samatha) để đoạn trừ trầm một:

Tu pháp chỉ có hai chướng ngại là điều cử và trầm một. Điều cử là tâm bám theo cảnh khả ái mà động chuyển, hành tướng tán động, tương đối dễ nhận thấy, còn hành tướng của trầm một thì vi tế, gần giống như định, rất khó phát hiện. Rất

hiều hành giả tu định bị rơi vào trạng thái trầm một, mà vẫn cho rằng mình đang ở trong định, lâu ngày tâm trí trở nên ngu si và tăng gia vọng niệm. Lại có người nhận lầm trạng thái hôn trầm (một trong tám đại tùy phiền não) là trầm một, cho rằng lúc tu định, chỉ cần không bị rơi vào hôn trầm, thì sẽ không bị trầm một, do đây tuy bị rơi vào trầm một mà vẫn không hay biết. Bản luận trung dẫn Giải Thâm Mật Kinh nói: “Nếu do hôn trầm và thụy miên, hoặc do trầm một”, để chứng minh sự khác biệt giữa hôn trầm và trầm một. Hôn trầm là đại tùy phiền não, bản tính hoặc là bất thiện, hoặc là hữu phú vô ký, toàn là nhiễm ô. Trầm một là định tâm đối với cảnh sở duyên, thế lực chấp trì lỏng lẻo, hoặc không được rõ ràng. Tâm tuy tĩnh lặng trong sáng, nhưng nếu chấp thủ cảnh giới không rõ ràng, tức là trầm một. Bản tính của trầm một là thiện, hoặc là vô phú vô ký, không phải nhiễm ô. Bản luận lại trung dẫn Tập Bồ Tát Học Luận nói: “Trầm một bị nhiếp vào trạng thái tán loạn”, chứng minh trầm một không thuộc vào tâm sở hôn trầm. Và lại, sự tán loạn mà Tập Bồ Tát Học Luận đề cập đến, thông cả thiện tính, chứ không phải chỉ là nhiễm ô. Bản luận dùng những lý do này để nói rõ rằng bản tính của hôn trầm là nhiễm ô, còn bản tính của trầm một không phải nhiễm ô. Hai tính khác biệt chỉ rõ hôn trầm không phải là trầm một. Hành giả tu định, không những phải mau đoạn trừ trầm một, mà còn phải nỗ lực phòng ngừa không cho chúng sinh khởi. Bản luận tỉ mỉ phân tích sự khác biệt giữa hai trạng thái hôn trầm và trầm một, mục đích giúp cho hành giả tu định có thể nhận rõ trầm một, để khởi phải tu tập sai lầm. Đây là điều vô cùng thiết yếu. Bản luận trung dẫn Thanh Văn Phần trong Du Già Sư Địa Luận nói: “Lúc tâm trầm một, phải nên tu quang minh tướng, hoặc khởi tâm hoan hỷ các công đức tu tập (như phụng sự chư Phật, v.v...), khiến cho tâm ý phấn chấn.” Ngoài ra, bản luận cũng trung dẫn Thanh Văn Phần nói về các phương pháp đối trị trầm một.

### (3) Quyết trách về sự tu không quán:

Tu quán là để dẫn sinh thánh tuệ, đối trị phiền não, cho nên điều quan trọng là sự tu tập duyên không tính (còn gọi là quán vô ngã). Phương pháp tu tập chính xác là trước tiên cần phải thông đạt chánh kiến về vô ngã, sau đó, khi chính thức tu quán, từ sự thông đạt nghĩa lý vô ngã mà tu tập quán sát, đến lúc sức mạnh của pháp quán đưa đến sự khinh an, tức là tu quán thành tựu.

Vào thời ngài Tsong Kha Pa, đối với vấn đề tu quán có rất nhiều lời giải thích, nhưng tựu trung có bốn loại như sau:

[a] Lời giải thích thứ nhất cho rằng tu không quán là tu tập chân lý của các pháp. Chân lý của các pháp là lý thị tuyệt phi (xa lìa mọi sự đúng sai), cho nên chỉ cần nhiếp tâm không cho tán động, không khởi ý niệm, trụ trong vô phân biệt, tự nhiên sẽ khế hợp với chân lý, cũng không cần phải trước tiên học tập không kiến, sau đó học tập về không. Lời giải thích này phát xuất từ đời Đường do một vị tăng người Hán (gọi nôm na là Hòa Thượng) truyền vào Tây Tạng. Lập luận này tuy đã bị Luận sư Liên Hoa Giới triệt để đả phá, nhưng từ thời Tống, Nguyên đến nay, nhiều hành giả Tây Tạng tu tập quán Không vẫn còn bị sa vào kiến giải này. Ngài Tsong Kha Pa đã biện biệt rất tường tận về vấn đề này, hiện nay xin trích sơ lược như sau: (1) nếu trụ trong vô phân biệt là tu quán, thì lúc chết giấc, ngủ say, hoặc trong vô tưởng định, v.v..., đều phải là tu quán; (2) nếu không khởi phân biệt thị phi là tu quán, thì lúc năm thức (nhãn, nhĩ, tỵ, thiệt, thân) không khởi phân biệt, đều phải là tu quán; (3) nếu nhiếp tâm một chỗ, không khởi phân biệt là tu quán, thì tất cả những lúc tu chỉ, đều phải là tu quán.

Có người cho rằng: “Nếu trước tiên quán sát cảnh (sở chấp), sau đó đoạn trừ tâm (năng chấp), thì cũng giống như con chó bị ném đá, [thay vì rượt cắn người ném đá] lại tất tả đuổi theo viên đá; còn nếu nhiếp tâm không tán động, không cho khởi niệm phân biệt, tất cả sự phân biệt trong tâm tự nhiên đều

bị đoạn trừ, cũng giống như con chó bị ném đá, cắn vào cánh tay người ném, khiến cho người đó không còn có thể tiếp tục ném đá, đây là biện pháp rất cần thiết.” Bản luận đối với vấn đề này, trung dẫn rất nhiều kinh luận để đả phá. Như dẫn Văn Thù Du Hý Kinh nói: “Cho nên Du già sư cần phải mở mắt trí tuệ, dùng kiếm diệu trí đánh bại giặc phiền não, an trụ trong sự vô úy (không sợ hãi), không giống như bọn người khiếp nhược, nhắm mắt đưa chân.” Lại dẫn Tu Thứ Đê Luân nói: “Giống như trong vở kịch, không bắt chước dừng sĩ dương mắt nhìn rõ kẻ địch ở nơi nào để tấn công, mà lại nhắm mắt chờ bọn cường địch giết chết.” Những điều này muốn nói rằng hành giả tu Không quán, cần phải nhận thức rõ cảnh giới mà mình quán sát, kẻ đó nương vào chánh lý để thông đạt cảnh giới quán sát là không, thì mới có thể đoạn trừ vọng chấp. Nếu như chỉ trụ trong cảnh giới vô phân biệt thì không thể đoạn trừ bất cứ phiền não nào cả. Bản luận dùng ví dụ người trong bóng tối nhìn làm dây thừng là rắn, bèn sinh tâm sợ hãi, phải cần ánh đèn chiếu sáng, thấy rõ dây thừng không phải là rắn, mới có thể diệt trừ sự sợ hãi; nếu như nhìn không rõ, chung quy không thể trừ khử tâm lo sợ. Bản luận dẫn lời dạy của Bồ tát Đề Bà nói:

Nếu thấy cảnh vô ngã,  
Diệt trừ nhân ba cõi.

Kể đến, dẫn Nhập Trung Luận nói:

Phân biệt nương thực sự<sup>3</sup> phát sinh,  
Thực sự không thực, đã biết rõ.

Hoặc nói:

Do thông đạt ngã là vọng chấp,

<sup>3</sup> “Thực sự”, ở đây tức là cảnh sở chấp (cảnh hiện tiền bị chúng sinh chấp cho là thực có).

Nên Du già sư tu phá ngã.

Lại dẫn lời ngài Pháp Xứng nói:

Nếu chưa phá cảnh này,  
Không thể đoạn chấp ngã.

Những dẫn chứng vừa nêu trên đều muốn nói rằng trước tiên quán sát cảnh bị chấp (ngã, v.v...), thì mới có thể đoạn trừ vọng chấp về ngã, v.v..., không phải chỉ nhắm mắt lại, không khởi niệm phân biệt, mà gọi là quán Không.

Loại ngộ giải thứ nhất này là sự lầm lạc lớn nhất của sự tu tập quán Không, cho nên sự quyết trạch của bản luận là điều vô cùng thiết yếu.

[b] Lỗi giải thích thứ hai cho rằng khi chưa đạt được kiến giải về Không (Không kiến), mà khiến tâm không khởi phân biệt, thì không phải là tu quán Không. Thế nhưng, chỉ cần đạt được Không kiến, sau đó khiến tâm an trụ trong vô phân biệt, thì đây là tu quán Không. Bản luận đả phá cho rằng: “Nếu vậy, trước tiên, thể ngộ Không kiến, sau đó tu tập Bồ đề tâm, ắt cũng phải là tu quán Không.” Cho nên lỗi lập luận vừa nêu trên không hợp lý.

[c] Lỗi giải thích thứ ba cho rằng chưa thể ngộ Không kiến, đương nhiên không phải là tu quán Không, hoàn toàn an trụ trong vô phân biệt, cũng không phải là tu quán Không. Mỗi khi tu quán Không, trước tiên phải nên dùng trí tuệ tư duy quyết trạch về lý Không, sau đó trụ trong vô phân biệt, đây mới là tu quán Không. Bản luận chỉ trích lập luận này nói: “Nếu vậy, trước khi ngủ, dùng Không kiến quán sát một lần, sau đó đi ngủ, khi ngủ say, tâm không còn phân biệt, ắt phải là tu quán Không.” Cho nên lỗi lập luận như vậy cũng không hợp lý.

[d] Lỗi giải thích thứ tư cho rằng ba lỗi giải thích trên đều không hợp lý, nên biết rằng trước khi tu quán Không, phải nên dẫn khởi Không kiến, kể đến duyên vào Không tính, khiến cho tâm an trụ trong định cảnh, đây mới là tu quán Không. Trên thực tế, duyên vào Không kiến khiến tâm trụ vào định cảnh, tuy cũng là tu Không kiến, nhưng đó chỉ là duyên vào Không kiến để tu chỉ, không phải là tu quán Không. Bốn luận dẫn Tu Thứ Đê Luận nói: “Nếu thường tu tỳ bát xá na, trí tuệ tăng thượng, vì thế lực của xa ma tha yếu ớt, giống như ngọn đuốc trước gió, khiến tâm dao động, không thể thấy rõ thực nghĩa, cho nên lúc đó cần phải tu xa ma tha. Nếu như thế lực của xa ma tha tăng thượng, giống người đang ngủ gật, không thấy rõ thực nghĩa, lúc phải nên tu trí tuệ (tỳ bà xá na).” Điều này muốn nói rằng lúc tu quán Không, phải kiêm tu chỉ quán, khiến cho thế lực chỉ quán quân bình, thì mới có thể thấy rõ thực nghĩa (chân lý). Nếu như chuyên tu quán, không tiếp tục tu chỉ, thế lực của chỉ đã đạt được trước kia sẽ dễ dàng bị thoái thất. Nếu như chỉ bị thoái thất, thì cũng không thể tu quán thành tựu. Nếu chuyên tu chỉ, mà không tu quán, thì sẽ hoàn toàn mất đi ý nghĩa tu quán.

Sự phân tích tường tận những sai lầm vừa nêu trên, nêu rõ chánh quỹ cho sự tu quán Không là một đặc sắc của bốn luận.

#### (4) An lập thế tục đế:

Các bộ kinh Bát Nhã, các bộ luận Trung Quán đều nói: “Tất cả pháp đều không có tự tính”, cho nên hành giả học tập kiến giải trung quán, phần lớn đều nghiêng về không, không khéo an lập thế tục đế, dễ bị rơi vào đoạn kiên. Muốn an lập thế tục đế phải cần có đủ ba điều kiện sau:

[a] Danh ngôn thức đều chấp nhận: Danh ngôn thức là chỉ chung cho sáu thức (nhãn, nhĩ, v.v...) của những người bình thường. Danh ngôn thức đối với tiền cảnh, chỉ tùy theo sự biến

hiện của cảnh mà chuyển biến, không truy cầu tiền cảnh có tự tính hay không. Pháp của thế tục đế phải là loại danh ngôn thức đã được tất cả cùng chung chấp nhận.

[b] Không có sự ngăn ngại của những danh ngôn lượng khác: Danh ngôn lượng là chỉ cho những danh ngôn thức chính xác. Giả như, tâm thức thác loạn (lầm lộn) thấy dây thừng là rắn, những người khác với tâm thức không thác loạn thấy dây thừng không phải rắn, thì không thể an lập con rắn (sự thật là dây thừng) được thấy bởi tâm thức thác loạn là thế tục đế. Đây là vì cái thấy thác loạn (sai lầm) này không giống với cái thấy của những người có tâm thức không thác loạn.

[c] Không có sự ngăn ngại các quán chân thực lượng: Quán chân thực lượng tức là quán sát các pháp có chánh lượng thực sự (thực thể) hay không. Hữu tình do thế lực của tập khí vô minh, nhìn bất cứ sự việc gì, đều rất tự nhiên chấp rằng chúng có thể tính chân thực, chẳng hạn như thấy phòng ốc thì có cảm giác rằng phòng ốc là thực có. Phòng ốc được danh ngôn thức cùng chung chấp nhận, không có sự ngăn ngại của danh ngôn lượng, thế nhưng, phòng ốc có chân thật tự tính hay không, phải do sự phán đoán của quán chân thực lượng. Dùng quán chân thực lượng quán sát thì phòng ốc không có thực thể. Do đây, sự kiện hữu tình chấp trước phòng ốc có thực thể không thể an lập là thế tục hữu.

Phải đầy đủ ba điều kiện trên mới có thể an lập thành thế tục đế. Sự an lập thế tục đế như vậy, vì không có thực thể, nên không rơi vào thường biên, mà lại có tác dụng nhân quả, nên không rơi vào đoạn biên. Đây là một đặc điểm trọng yếu của bốn luận.

# Bậc Thang Giác Ngộ

## Bồ Đề Đạo Thứ Đệ Luận

### Lam Rim Chung Ba

Thượng sư Tsong Kha Pa tạo luận  
Pháp sư Đại Dũng dịch Tạng Hán  
Thích Pháp Chánh dịch Hán Việt

### Quy kính tụng

Kính lễ dưới chân các Bậc Chí Tôn Chánh Sĩ đầy đủ tâm Đại bi.

Xin cúi lạy Giáo chủ Ta Bà,  
Bậc Bồ xứ Từ tôn Di Lạc,  
Bậc Cha lành Trí tuệ Văn Thù,  
Bậc Long tượng Long Thọ, Vô Trước,  
Của hai tông Thâm quán, Quảng hành<sup>4</sup>,  
Cùng các bậc Sư tổ truyền thừa,  
Vì muốn Quảng Luận<sup>5</sup> được dễ hiểu,  
Nay xin giảng lại thật sơ lược.

Bổn luận là cương tông bao quát tất cả Phật pháp, là mục thước cho hai đại phái Trung Quán, Duy Thức của hai ngài Long Thọ, Vô Trước, là quỹ tắc cho các bậc Thắng sĩ bước lên

---

<sup>4</sup> Đây là cách chia tông (dòng) theo tri kiến. Nói rộng là dòng có tri kiến và thiền định thâm sâu (thâm quán), và dòng có đại kiên và hạnh nghiệp rộng lớn (quảng hành).

<sup>5</sup> Quảng Luận, tức là Bồ Đề Đạo Thứ Đệ Luận (Lamrim Chenmo), cũng do ngài Tsong Kha Pa soạn.

giai vị Nhất thiết trí, là thứ lớp<sup>6</sup> hoàn bị mà ba loại sĩ phu (hạ, trung, thượng) phải nên học tập cho đến khi thành đạt quả vị Bồ đề. Tất cả những hành giả qua ngưỡng cửa Bồ Đề Đạo Thứ Đệ này sẽ có đủ năng lực tiến lên Phật Địa. Đây chính là những điều mà bổn luận đề cập đến.

---

<sup>6</sup> Thứ lớp là tầng bậc. Ở đây ám chỉ là các phương pháp tu tập từng nấc, như muốn leo thang phải leo từng nấc, phải bước qua bậc thang dưới mới lên được bậc thang trên, cho đến bậc cuối cùng tượng trưng cho sự đạt đến quả vị rốt ráo (Phật).



## 1. Tôn giả Atisha

A1. Vì muốn thuyết minh nguồn gốc thanh tịnh của pháp nên nhấn mạnh sự trọng yếu của tác giả

B1. Dòng họ viên mãn

B2. Công đức bốn sinh

C1. Công đức của sự học rộng hiểu rõ giáo lý

C2. Công đức của sự như lý tu hành chứng đắc

B3. Sự nghiệp đối với Phật giáo

C1. Sự nghiệp ở Ấn Độ

C2. Sự nghiệp ở Tây Tạng

Theo quy tắc thuyết pháp của chùa Tê Ca Ma La Hỷ La (Vikramashila), trước tiên phải nói rõ ba sự việc: (1) sự quan trọng của tác giả, (2) sự quan trọng của Pháp, và (3) phải nên giảng pháp và nghe pháp như thế nào.

Hiện nay, phần dẫn đạo của bản luận được chia làm bốn: (A1) Vì muốn thuyết minh nguồn gốc thanh tịnh của pháp nên nhấn mạnh sự trọng yếu của tác giả. (A2) Vì muốn chứng sinh khởi tâm tin tưởng kính trọng những điều được giảng dạy nên nhấn mạnh sự trọng yếu của pháp. (A3) Đối với pháp đầy đủ hai loại trọng yếu, phải nên lắng nghe và giảng giải như thế nào. (A4) Làm thế nào để dùng chánh giáo dẫn đạo đệ tử theo thứ tự.

**A1. Vì muốn thuyết minh nguồn gốc thanh tịnh của pháp nên nhấn mạnh sự trọng yếu của tác giả.**

Bản luận căn cứ tổng quát vào Hiện Quán Trang Nghiêm Luận của ngài Di Lặc và căn cứ chi tiết vào Bồ Đề Đạo Đăng Luận, cho nên tác giả của Bồ Đề Đạo Đăng Luận cũng là tác giả của bản luận, tên ngài là Đại A Xà Lê Nhiên Đăng Cát Tường Trí (Dipankarasrijnana), biệt hiệu là Tôn giả Atisha.

**B1. Dòng họ viên mãn.**

Ngài La Trá Ngõa (Nag-tso) ca tụng:

Phương đông, vùng Nhạ Hòa (Za-hor),

Ở đó có thành lớn,

Tên Thứ Đệ Tụ Lạc (Vikramanipuna),

Trong đó có vương cung,

Lầu các rất nguy nga,

Tên gọi là Kim Tràng (Golden Banner),

Nhà vua tên Thiện Đức (Kalyanashri),

Phong phú nhiều tài bảo,

Giống như vua Trung hoa,

Vương phi Cát Tường Quang (Prabhavati),

Sinh được ba hoàng tử,

Tên là Liên Hoa Tạng (Padmagarba),

Nguyệt Tạng (Candragarba),

Cát Tường Tạng (Srigarba),

Thái tử Liên Hoa Tạng,

Có năm vợ, chín con,

Con lớn Phú Cát Tường (Punyasri),

Là người đầy tài năng,

Hiệu là Đạt Na Hỷ (Dhanashri),

Cát Tường Tạng hiện là,

Tỳ kheo Tinh Tiến Nguyệt (Viryacandra),

Còn hoàng tử Nguyệt Tạng (Tôn giả Atisha),

Là bổn sư của tôi.

**B2. Công đức bốn sinh.**

**C1. Công đức của sự học rộng hiểu rõ giáo lý.**

Tôn giả Atisha, vào khoảng hai mươi một tuổi, đã thông đạt giáo điển của cả Phật giáo và ngoại đạo, cùng bốn minh khác là thanh minh (ngôn ngữ), nhân minh (luận lý học), công xảo minh (kỹ thuật) và y phương minh (y thuật) đến trình độ rất ráo. Năm mươi lăm tuổi, tôn giả chỉ nghe giảng Chánh Lý Trích Luận (Drop of Reasoning) một lần mà đã có thể biện luận chiết

phục một ngoại đạo trú danh, và từ đó tôn giả được vang danh khắp mọi nơi<sup>7</sup>. Sau đó tôn giả đến Hắc Sơn Đạo Trường, gần gũi Lạt ma La Hầu La Cổ Đạt (Rahulagupta). Vị lạt ma này đã từng được Hỷ Kim Cang (Hevajra – Không Trí Kim Cang) hiện thân cho thấy, và cũng được Kim Cang Không Hành Mẫu (Vajradakini)<sup>8</sup> thọ ký sẽ được thành tựu. Tôn giả Atisha được vị lạt ma này làm pháp quán đánh, hiệu là Trì Mật Kim Cang (Jnanaguhyavajra). Từ đó đến năm hai mươi chín tuổi, tôn giả hầu như đã thông đạt tất cả kinh giáo, do đây bèn khởi niệm cho rằng mình đã tinh thông âm vận của tất cả Mật chú. Thế nhưng, sau đó tôn giả được các Không hành mẫu, v.v..., thị hiện trong mộng cho thấy còn rất nhiều bộ Mật kinh mà tôn giả chưa từng học qua, và cũng nhờ những sự chỉ điểm này mà tôn giả đã xả bỏ tâm kiêu mạn. Từ đó các đạo sư cùng các bản tôn<sup>9</sup>, hoặc chỉ điểm công khai, hoặc thị hiện trong mộng, đều khuyên tôn giả nên xuất gia thì mới có thể làm lợi ích lớn cho Phật pháp và chúng sanh. Tôn giả y theo lời khuyên, bèn tìm đến cầu xin xuất gia với ngài Giới Khải (Silaraksita), một vị thượng tọa trì luật đã chứng gia hành vị của Đại Chúng Bộ. Từ đó cho đến năm ba mươi một tuổi, tôn giả đã học tập tất cả giáo lý của Hiền giáo, đặc biệt tôn giả đã y chỉ ngài Pháp Khải Luận Sư (Dharmaraksita) ở A Đẳng Đả Bồ Nhật (Otanta-puri), nghiên cứu bộ Đại Tỳ Ba Sa Luận (Maha Vibhasa) suốt mười hai năm.

<sup>7</sup> Những điều trên là do ngài Đại Trác Long Ba (Great Gro lung pa) thuật lại.

<sup>8</sup> Mật tông xem các vị này như Kim cang sứ giả, là mối liên lạc giữa Bản tôn và hành giả, có nguyện lực bảo vệ và truyền đạt giáo pháp Mật thừa, đóng vai trò như chư tăng (là sứ giả của Như Lai) bên Hiền giáo. Khi các hành giả Mật thừa có những thắc mắc, bế tắc, hoặc chướng ngại, họ sẽ được các Kim cang sứ giả hiện ra giải đáp, khích lệ, v.v... Các vị này là bi căn trong tam căn Mật tông (Đạo sư, Bản tôn, Không hành chư tôn).

<sup>9</sup> Bản tôn: Một trong tam căn, là chủ nói tất cả Bản tôn pháp là pháp hành Mật tông, để thể nhập phẩm hạnh và đức tánh của một vị Phật qua hóa thân viên mãn công đức và trí huệ trong các thân tướng như Bồ tát, Kim cang, chư Phật, Minh vương, v.v... Vì hành giả nương vào Bản tôn mà tập các phẩm tánh và năng lực bản nguyện của ngài qua các nghi quỹ và quán đánh, cho nên Bản tôn chính là pháp. Nếu gọi đủ là Bản tôn pháp.

Đối với bốn bộ luận trọng yếu, ngài đã học tập cực kỳ tinh thông, do đó đối với dị nghĩa, cùng những chỗ thủ xả, sai biệt, tuy cực kỳ nhỏ nhiệm giữa các bộ luận, ngài cũng có thể nhận biết rõ ràng, không hề lầm lẫn.

## C2. Công đức của sự như lý tu hành chứng đắc.

Ba tạng (kinh, luật, luận) bao quát tất cả những lời Phật dạy, vì vậy, công đức của sự tu chứng cũng được bao gồm trong ba học (giới, định, tuệ). Giới học là chỗ nương tựa của tất cả công đức của định tuệ, đây là điều mà tất cả các kinh luận đều ca ngợi. Muốn cầu chứng đắc định tuệ, trước tiên cần phải có đầy đủ tịnh giới làm tăng thượng duyên. Ở đây có ba giai đoạn: (1) Trước tiên, đầy đủ giới biệt giải thoát thù thắng: Tôn giả sau khi thọ giới tỳ kheo, yêu thích hộ trì giới luật giống như con trâu Mao thương tiếc cái đuôi của nó (Hán: mao ngưu ái vĩ), giữ gìn các giới nhỏ nhặt, dù mất thân mạng cũng không vi phạm, huống chi là các giới trọng. Vì lý do này, ngài được xưng tụng là Đại thượng tọa trì luật. (2) Kế đó, đầy đủ giới Bồ tát: Tôn giả lúc đang tu tập pháp Phát Bồ đề tâm lấy từ bi làm căn bản, tuy đã từng đi học hỏi nhiều vị thiện tri thức, nhưng không bao lâu thì đến y chỉ Kim Châu Đại Sư (Dharmakirti ở Suvaradvipa), tu tập những pháp môn tối thắng do các ngài Di Lạc, Văn Thù, Vô Trước, và Tịch Thiên truyền thừa. Ngài tu tập thành tựu pháp môn Hoán đổi mình và người, cho nên Bồ đề tâm tùy thời sanh khởi. Từ nguyện muốn vào hạnh, cho nên ngài đã thọ giới Bồ tát, rộng tu các hạnh, không bao giờ vi phạm. (3) Sau cùng, đầy đủ giới Kim cang thừa: Do ngài đầy đủ sự sanh khởi theo thứ tự pháp quán tự thân thành bản tôn, cùng tam ma địa Kim cương tâm viên mãn thứ đệ, cho nên đã trở thành một hành giả Du Già cao cấp. Đặc biệt, đối với cấm giới, ngài không bao giờ vi phạm, đồng thời, gìn giữ nghiêm mật các Tam ma da. Đối với ba loại giới pháp nêu trên, không những ngài hằng hái hoan hỷ lãnh thọ, mà còn thực hành gìn giữ cấm giới, không hề vi phạm.

Giả như có lỗi vi phạm thì lập tức sám hối trừ diệt, khôi phục sự thanh tịnh.

Đây đủ định học, có hai phần: (i) cộng: trong pháp chỉ, chứng đắc sự kham năng của tâm, (ii) bất cộng: chứng đắc thứ tự sinh khởi tối cực kiên cố. Lại còn tu các cấm giới sáu năm, hoặc có người nói ba năm.

Đây đủ tuệ học, có hai phần: (i) tu tập chỉ quán song vận, chứng đắc Quán hành tam muội, (ii) thành tựu thứ đệ viên mãn, chứng đắc thù thắng tam muội.

### **B3. Sự nghiệp đối với Phật giáo.**

#### **C1. Sự nghiệp ở Ấn Độ.**

Lúc ở chùa Đại Bồ Đề ở Kim Cương Tòa (Bồ Đề Đạo Trường), tôn giả đã từng ba lần chế phục các ngoại đạo làm cho họ quy phục Phật giáo. Hơn nữa, đối với những người trong các bộ phái Phật giáo, hoặc chưa thông hiểu Phật pháp, hoặc có kiến giải sai lầm, hoặc có nghi hoặc, ngài đều giúp họ tẩy trừ nghi hoặc, sai lầm, quay về an trụ trong chánh kiến. Đối với các giáo phái, bất luận Đại thừa hay Tiểu thừa, ngài đều cung kính, tôn trọng.

#### **C2. Sự nghiệp ở Tây Tạng.**

Người Tây Tạng đã nhiều lần nghinh thỉnh tôn giả đến nước họ hoằng pháp, nhưng ngài đều từ chối. Mãi đến khi vua Tây Tạng là Bồ Đề Quang (Byang-chub-od) lên ngôi, phái sứ giả đến cung thỉnh, lúc ấy ngài mới nhận lời. Theo lời cầu thỉnh của mọi người, ngài đã chinh đốn lại Phật giáo, đồng thời soạn thuật nhiều tác phẩm như Bồ Đề Đạo Đẳng Luân, v.v..., tổng nhiếp tất cả tâm yếu của hai thừa Hiển, Mật. Tổng cộng, ngài đã cư trú tại Tây Tạng hai mươi năm, giáo hóa vô số. Những người có căn cơ thích hợp đều được lợi ích.

Những người có thể tạo luận giải thích nêu rõ mật ý của Đức Thế Tôn cần phải có đủ ba điều kiện: (1) phải tinh thông ngũ minh, (2) yếu nghĩa của sự tu trì, giáo thọ từ Đức Thế Tôn phải do sự truyền thừa đời đời không gián đoạn, (3) cần phải thấy được Bản tôn hứa khả. Trên nguyên tắc, chỉ cần hội đủ một trong ba điều kiện là có thể tạo luận, thế nhưng nếu hội đủ cả ba thì là điều tốt nhất. Đại A Xà Lê Atisha là bậc đã hội đủ cả ba điều kiện này.

Bản tôn nhiếp thọ: Như ngài La Trá Ngõa (Nag-tso) ca tụng:

Cụ Đức Hỷ Kim Cang (Hevajra),  
Kiến Lập Tam Muội Vương  
(Trisamayavyuharaja),  
Dũng Thức Thế Tự Tại (Lokesvara),  
Cùng Tôn Thắng Độ Mẫu (Tara),  
Đều hiện thân khai thị,  
Lúc thức, hoặc trong mộng,  
Tôn giả đều được nghe,  
Pháp rộng sâu thâm diệu.

Lat ma truyền thừa: Sự truyền thừa của Phật giáo có hai: (1) cộng, tức là giáo pháp Tiểu thừa dành cho hai bậc hạ sĩ và trung sĩ, (2) bất cộng, tức là giáo pháp Đại thừa. Pháp Đại thừa lại chia làm hai là Ba la mật thừa (Hiển giáo) và Kim cang thừa (Mật giáo). Ba la mật thừa lại chia làm hai phái là phái Thâm quán và phái Quảng hành. Phái Quảng hành lại chia làm hai phái của hai ngài Văn Thù và Di Lặc. Kim cang thừa cũng có nhiều truyền thừa. Tôn giả Atisha đối với tất cả giáo pháp này đều học tập viên mãn. Những bậc thiện tri thức mà ngài đã từng theo học, như bài kệ tán thán:

Thường gặp thầy y chỉ:  
Hinh Đê Ba (Santi-pa), Kim Châu (Ser-ling-ba),

## 1. Tôn giả Atisha

Giác Hiền (Bhadrabodhi),  
Cát Tường Trí (Jnanasri),  
Đều được tô tát địa,  
Riêng bên dòng Long Thọ,  
Phái Thâm quán, Quảng hành,  
Theo thứ tự truyền thừa,  
Tất cả ngài đều học.

Các bậc thiện tri thức đã thành tựu mà tôn giả Atisha theo học có mười hai vị, ngoài ra cũng còn nhiều vị khác. Vì thế, A xà lê Atisha có năng lực rất lớn, khéo quyết trạch mật ý của Đức Như Lai. Trong các đệ tử nổi danh của ngài, ở Ấn Độ có các ngài Tỷ Đóa Ba (Bi-do-ba), Pháp Sinh Tuệ (Dharma-karamati), Trung Đạo Sư Tử (Madhyasinha), Địa Tạng (Ksitigarbha), Mật Hữu (Mitraguhya), v.v...; ở Tây Tạng, các đệ tử có thể thọ tri pháp tạng của tôn giả cũng không phải ít, trong số này, nhân vật xuất sắc nhất là ngài Chủng Đôn Kiệt (Drom-don-ba Gyel-way-jung-nay).

Trên đây chỉ nói sơ lược những dữ kiện quan trọng về tôn giả Atisha, còn phần chi tiết đã được tường thuật trong bản truyện của ngài.

## 2. Sự thù thắng của giáo thọ

A2. Vì muốn chúng sinh khởi tâm tin tưởng kính trọng những điều được giảng dạy nên nhấn mạnh sự trọng yếu của Pháp

B1. Sự thù thắng của việc hội thông những kinh điển mà Đức Phật giảng thuyết

B2. Sự thù thắng của việc chỉ rõ tất cả kinh điển đều là giáo thọ

B3. Sự thù thắng của việc lãnh hội dễ dàng mật ý của Đức Phật

B4. Sự thù thắng của việc tự mình có thể trừ diệt được những hành vi ác cực lớn

**A2. Vì muốn chúng sinh khởi tâm tin tưởng kính trọng những điều được giảng dạy nên nhấn mạnh đến sự trọng yếu của Pháp.**

Những lời giảng ở đây căn cứ vào tác phẩm căn bản của Tôn giả Atisha là Bồ Đề Đạo Đăng Luận. Luận này vượt hẳn các bộ luận khác là vì: (1) có thể tổng nhiếp yếu nghĩa của hai thừa Hiền, Mật, cho nên lời dạy viên mãn, (2) có thể điều phục tâm ý theo thứ tự, cho nên thọ trì dễ dàng, (3) có thể khéo léo trang nghiêm hai tông, Tánh tông và Tướng tông, của các ngài Long Thọ và Vô Trước. Hiện nay vì muốn giảng rõ sự thù thắng của bộ Bồ Đề Đạo Đăng Luận cho nên phân bốn luận (Bồ Đề Đạo Thứ Đệ) ra làm bốn phần để giải thích.

**B1. Sự thù thắng của việc hội thông những kinh điển mà Đức Phật giảng thuyết.**

Tất cả những gì mà Đức Phật giảng dạy đều là con đường thành Phật cho mỗi chúng sinh. Những lời dạy này, tùy theo trường hợp mà trở nên thành phần cốt yếu, hoặc trở nên thành phần phụ thuộc. Những điều mà Bồ tát cầu học đều là muốn lợi ích thế gian, nhiếp thọ tất cả ba loại chủng tánh, cho nên đối với những đạo phẩm của mỗi loại, Bồ tát đều phải nên

tu học. Biết rõ con đường của cả ba Thừa là sự thành tựu phương tiện độ sinh mà Bồ tát tìm cầu. Đây là lời dạy của ngài Di Lặc. Pháp tạng Đại thừa có hai loại cộng và bất cộng. Cộng tức là Tam tạng của Thanh văn, bất cộng tức là các pháp khác với Thanh văn, cùng các điều chế tội bất cộng.

Lại nữa, Đức Phật đã (a) đoạn trừ tất cả lỗi lầm, chứ không phải chỉ đoạn trừ một phần, (b) đầy đủ tất cả các công đức, chứ không phải chỉ thành tựu một phần. Bậc thượng sĩ phát tâm chí cầu quả Phật, cũng phải diệt trừ tất cả điều ác, tu tập tất cả pháp lành. Tất cả công đức đoạn phiền não, chúng chơn như của các Thừa khác đều được bao hàm trong đạo Đại thừa, cho nên bậc thượng sĩ đều phải nên tu học. Nếu cho rằng người tu Mật thừa không cần phải tu học tất cả thì đây là điều phi lý. Tuy Mật thừa không giống Ba la mật đa thừa, chẳng hạn như đối với sự bố thí, Ba la mật thừa thì phân biệt thành vô lượng khía cạnh để tu học, còn Mật thừa thì không nhấn mạnh đến nhiều khía cạnh như vậy; thế nhưng, đối với sự phát Bồ đề tâm, tu tập hạnh Lục độ, trên đại thể, hai bên đều giống nhau. Như Kim Cang Đánh Kinh nói: “Dù cho mất thân mạng, cũng không xả bỏ Bồ đề tâm”, lại nói: “Sáu pháp ba la mật, không được xả bỏ pháp nào.” Các kinh điển Mật giáo khác đều nói tương tự như vậy. Những giáo điển nghi quỹ Vô thượng Du Già đều cho rằng nên thọ hai loại giới cộng và bất cộng. Cộng tức là Bồ tát giới. Ngài Chung Đôn Kiệt nói: “Thầy tôi (Tôn giả Atisha) có thể dùng bốn phương đại đạo<sup>10</sup> mà chấp trì tất cả giáo pháp.” Lời này cho thấy ngài đã nhìn rõ được những điều thiết yếu.

**B2. Sự thù thắng của việc nêu rõ tất cả kinh điển đều là giáo thọ .**

Có người cho rằng Đức Phật giảng nói những bộ kinh lớn chỉ là thuyết pháp, không có yếu nghĩa cho sự tu trì, nếu muốn biết những điều tâm yếu quan hệ đến sự tu hành, phải nên

<sup>10</sup> Bốn phương đại đạo: có hai lối giải thích (1) Tam tạng đạo và Mật thừa, và (2) một vật có bốn mặt, tượng trưng cho sự thành tựu.

đi tìm sự chỉ dạy ở nơi khác. Những người cố chấp vào những quan niệm sai lầm này tự họ chướng ngại sự kính trọng đối với những kinh điển thanh tịnh của chư Phật, và cũng đang tự tích tập nghiệp chướng báng pháp. Đối với những người tìm giải thoát, những điều giáo thọ thù thắng chân thực không hư dối, chính là các bộ kinh luận lớn; chỉ vì chúng ta trí tuệ thấp kém, không thể trực tiếp y chỉ kinh luận, cho nên cần phải nhờ vào sự truyền thọ của những bậc thiện tri thức, dần dần nghiên cứu tìm tòi, mới có thể thông đạt. Đừng vội cho rằng kinh điển là vô ích cho sự tu trì mà cố thủ vào những học vấn hẹp hòi. Như Bồ Đề Bảo nói: “Người thâm nhập kinh giáo, không bao giờ chỉ y cứ vào một số ít kinh điển mà vội phán đoán, quyết định. Nên biết, tất cả lời dạy của Phật đều là giáo thọ.” Ngài Chủng Đôn Kiệt cũng nói: “Nếu sau khi học tập nhiều kinh điển mà lại đi tìm những pháp tắc tu hành ở nơi khác (ngoài kinh điển), thì đây là điều vô cùng lầm lẫn.” Câu Xá Luận cũng nói: “Chánh pháp của Đức Phật có hai, lấy giáo [pháp] và chứng [ngộ] làm thể tánh.” Theo những lời trên đây, tất cả Phật pháp không ra ngoài hai loại: giáo và chứng. Giáo là đường hướng quyết trách sự tu hành, còn chứng là nương vào sự quyết trách mà khởi tu. Cho nên hai pháp này chính là sự liên hệ giữa nhân và quả. Ví như muốn đua ngựa, trước tiên chọn trường đua. Sau khi đã chọn thì phải đua ngựa nơi đó. Nếu đã chọn trường đua, lại đem ngựa đua nơi khác, có phải là làm trò cười cho thiên hạ hay không? Tương tự, nếu học tập văn tự ở một nơi, sau đó lại đi tìm sự tu chứng ở nơi khác, trước sau bất nhất, làm sao thành tựu? Tu Thứ Mat Biên vì muốn chỉ rõ ý này nên đã nêu ra thí dụ vừa rồi. Bốn luận, từ phần Y Chỉ Thiện Tri Thức đến phần Tu Tập Chỉ Quán, đều là muốn chỉ rõ ý nghĩa tất cả kinh luận đều là giáo thọ, không có phân biệt, không có ngoại lệ.

### **B3. Sự thù thắng của việc lãnh hội để dàng mật ý của Phật.**

Các bộ kinh luận lớn, tuy đều bao hàm những lời dạy thù thắng của Đức Phật, thế nhưng, những hành giả mới bước

vào ngưỡng cửa Phật pháp, nếu không nương tựa vào những lời dạy của các bậc thiện tri thức hiện đại, mà đã vội vàng lao thẳng vào việc nghiên cứu những bộ kinh luận lớn, thì khó có thể thông đạt được mật ý của Phật, và dù có đạt được mật ý chẳng nữa, cũng phải nỗ lực một thời gian rất lâu dài. Nếu như có thể y cứ vào Bồ Đề Đạo Đăng Luận và các bộ luận phụ thuộc, thì có thể nhanh chóng đạt được mật ý (yếu chỉ) của Đức Thế Tôn.

### **B4. Sự thù thắng của việc tự mình có thể trừ diệt được những hành vi cực ác.**

Pháp Hoa Kinh và Đế Giả Phẩm của Bảo Tích Kinh giảng dạy những lời của Phật, đều dùng hai ý nghĩa quyền và thực để chỉ thị phương tiện thành Phật. Nếu không hiểu ý này mà lại phân chia cao thấp, cho rằng kinh này là Đại thừa phải nên học, kinh kia chướng ngại cho sự thành Phật phải nên bỏ, những điều sai lầm tà vạy như vậy chính là báng pháp. Nghiệp chướng của sự báng pháp nhỏ nhiệm khó lường, quả báo cực kỳ nghiêm trọng. Tam Muội Vương Kinh nói: “Giả sử hủy hoại tất cả chùa tháp ở cõi Diêm Phù Đề, so với tội báng pháp, vẫn chưa bằng một phần rất nhỏ; giả như trong một lúc giết chết hàng sa La hán, so với tội báng pháp, vẫn chưa bằng một phần rất nhỏ.” Nói tóm, nhân duyên báng pháp có rất nhiều, nhưng “không biết mà nói càn” là điều dễ phạm nhất. Người trí đối với điều này, phải nên nỗ lực đoạn trừ. Và lại, phần trước đã có nói, người có thể sinh khởi quyết định, tự họ có thể diệt trừ hành vi báng pháp. Sự quyết định này, nếu như đọc kỹ Đế Giả Phẩm và Pháp Hoa Kinh thì có thể sinh khởi. Còn những tội báng pháp khác, có thể tìm đọc ở trong Nhiếp Ma Kinh.

### 3. Phải nghe và giảng pháp như thế nào

A3. Đối với pháp đầy đủ hai loại trọng yếu, phải nên lắng nghe và giảng giải như thế nào

B1. Quy luật của người nghe pháp

C1. Tư duy lợi ích của sự nghe pháp

C2. Sinh khởi lòng mong muốn thừa sự Phật pháp và người giảng pháp

C3. Nói rõ quy luật nghe pháp

D1. Diệt trừ ba lỗi lầm

D2. Y vào sáu loại quán tưởng

E1. Quán tưởng mình như bệnh nhân

E2. Quán tưởng người giảng pháp như thầy thuốc

E3. Quán tưởng pháp như thuốc

E4. Quán tưởng sự tu hành như trị bệnh

E5. Quán tưởng Đức Như Lai như Bạc Chánh Sĩ

E6. Quán tưởng mong cầu Chánh Pháp Nhân trụ thế lâu dài

B2. Quy luật của người giảng pháp

C1. Tư duy lợi ích của sự thuyết pháp

C2. Sinh khởi ý tưởng thừa sự Phật, Pháp

C3. Dùng sự ưa thích và phương cách nào để thuyết pháp

C4. Sự khác biệt của sự quán sát căn cơ (của người nghe) mà giảng hay không giảng pháp

B3. Quy luật chung lúc thuyết pháp hoàn tất

**A3. Đối với pháp đầy đủ hai loại trọng yếu, phải nên lắng nghe và giảng giải như thế nào.**

**B1. Quy luật của người nghe pháp.**

**C1. Tư duy lợi ích của sự nghe pháp.**

Thính Pháp Tập nói:

Đa văn hiểu chánh pháp,

Đa văn trừ tội ác,

Đa văn diệt phi nghĩa,

Đa văn được Niết bàn.

Bài kệ này muốn nói rằng nương vào sự nghe pháp theo thứ tự có thể biết rõ sự thù xả, biết rồi có thể giữ giới, phòng hộ việc ác; sau khi đã ngăn chặn việc ác, tâm có thể an trụ trong pháp lành, từ đó có thể phát sinh thiền định. Người đó dùng trí tuệ chân thực thông đạt lý vô ngã, đoạn trừ những trói buộc căn bản của thế gian, sẽ được giải thoát. Bôn Sinh Kinh cũng nói:

Nếu do nghe pháp khởi lòng tin,  
Sẽ kiên trụ trong sự hoan hỷ,  
Sinh khởi trí tuệ, diệt ngu si,  
Đáng dùng thân mạng để đổi lấy,  
Nghe là đèn sáng phá bóng tối,  
Là tài sản thù thắng khó đoạt,  
Là vũ khí trừ diệt vô minh,  
Là người bạn chỉ phương tiện khéo,  
Là ân nhân khi gặp lúc nghèo,  
Là thuốc tiêu trừ bệnh ưu khổ,  
Là đội quân phá diệt tội sâu,  
Là kho tàng tiếng thơm, phước đức,  
Là lễ vật người trí tặng nhau,  
Những bậc anh tài đều ái nhạo.

Lại nói: “Sau khi nghe (văn), lấy tu làm tâm yếu, chỉ dùng ít công phu mà có thể thoát khỏi thành sinh tử.” Nên thường suy ngẫm đến lợi ích của sự nghe pháp, ắt sẽ phát sinh thắng giải.

**C2. Sinh khởi lòng mong muốn thừa sự Phật pháp và người giảng pháp.**

Địa Tang Kinh nói:

Tin, kính, chuyên chú nghe giảng pháp,

Không sinh tâm phi báng, chê bai,

Nên cúng dường, cung phụng Pháp sư,  
Khởi lòng thờ phượng như Đức Phật.

Thờ phượng như Đức Phật nghĩa là nên dùng những vật tôn quý như tòa sư tử, v.v..., mà cung kính cúng dường pháp sư, đồng thời, đoạn trừ tâm bất kính. Bồ Tát Địa nói: “Xa lìa sự ngông nghênh và tâm khinh miệt. Đối với Phật pháp và pháp sư phải nên có tâm kính trọng.” Bổn Sinh Kinh cũng nói:

Nên ngồi phía bên dưới,  
Tu đức “tự điều phục”,  
Cung kính nhìn hoan hỷ,  
Như uống lời cam lộ,  
Tôn trọng, chuyên tâm lễ,  
Tin sâu, ý trong sạch,  
Như bệnh vâng lời thầy,  
Thừa sự, lắng lòng nghe.

### C3. Nói rõ quy luật nghe pháp.

#### D1. Diệt trừ ba lỗi lầm.

Giả như đồ đựng bị lật úp, hoặc tuy để ngửa nhưng không sạch sẽ, hoặc tuy sạch sẽ nhưng có vết nứt, thì dù có trời mưa, cũng không thể dùng để đựng nước; hoặc giả, tuy có chứa được nước, nhưng bị vấy bẩn, cũng không thể uống được; hoặc giả, không bị vấy bẩn, nước cũng sẽ theo vết nứt chảy hết ra ngoài. Tương tự, tuy đến giảng đường, nhưng nếu (1) không chú ý lắng nghe, hoặc (2) tuy nghe nhưng lại bị tà chấp, hoặc khởi tâm bất lễ người giảng pháp, hoặc tuy không có những lỗi đó, nhưng lại (3) không ghi nhớ, hoặc vì lơ đãng mà quên bẵng đi lời giảng dạy, nghe pháp như vậy sẽ không thu hoạch được lợi ích, cho nên phải lìa bỏ những lỗi lầm như vậy. Để đối trị ba lỗi lầm vừa nêu trên, trong kinh thường nhắc nhở: “Lắng nghe, lắng nghe, khéo léo suy ngẫm những điều giảng dạy.” Bồ Tát Địa cũng nói:

Vì muốn biết tất cả,  
Cùng chuyên tâm một cảnh,  
Phải chú ý lắng nghe,  
Và tư duy nghĩa lý.

### D2. Y vào sáu loại quán tưởng.

#### E1. Quán tưởng mình như người bệnh.

Nhập Bồ Tát Hành Luân nói:

Vì lo cơn bệnh thường,  
Còn nghe lời thầy thuốc,  
Huống chi bệnh tham, sân,  
Vô thi thường trói buộc. (Phẩm Hai, kệ 54)

Vì phiền não tham sân rất khó điều trị, chiêu cảm những cơn bệnh ngặt nghèo thống khổ dài lâu, cho nên phải ý thức rõ ràng, như ngài Ca Mã Ba nói “không mà chấp là có, ắt là sự điên đảo”; hiện nay có bệnh nặng ba độc (tham, sân, si) trầm trọng nguy kịch như vậy mà chúng ta lại ngu ngơ không biết, đây quả thật càng điên đảo, thật là phi lý.

#### E2. Quán tưởng người giảng pháp như thầy thuốc.

Nếu như chúng ta bị mắc những bệnh nặng như phong hàn, v.v..., chắc chắn chúng ta sẽ vội vã đi tìm lương y; nếu như gặp được, lòng ắt cảm thấy rất vui mừng, ngoan ngoãn tuân theo lời chỉ dẫn. Hiện nay, đối với người giảng pháp cũng nên có thái độ như vậy, sau khi tìm được, cũng phải nên y giáo phụng hành, cung kính thừa sự

#### E3. Quán tưởng pháp như thuốc.

Giống như người bệnh đối với phương thuốc mà lương y đã điều chế sinh lòng trân trọng sâu xa, người học đạo đối với lời dạy dỗ khuyên răn của vị thầy giảng pháp cũng phải nên



thừa nhận là trọng yếu, nỗ lực trân trọng thọ trì, không nên đối kháng, hoặc lơ là, mà làm mất đi những lời dạy trân quý đó.

#### E4. Quán tưởng sự tu hành như trị bệnh.

Ví như người bệnh biết rằng nếu không uống thuốc thì bệnh sẽ không lành, cho nên phải uống thuốc; như vậy, người học đạo đối với những lời giảng dạy của thầy, nếu không lấy đó làm mẫu mực tu hành, thì không thể nào hàng phục được những phiền não tham, sân, v.v..., cho nên phải đem lòng ân trọng mà tu trì. Hơn nữa, giả như có người đang mang những chứng bệnh nan y, kinh niên, hay bị cụt tay, què chân, thì nếu chỉ uống một hai liều thuốc qua loa, ắt sẽ không ích lợi gì. Chúng ta mang chứng bệnh nặng “hoặc nhiễm” từ vô thủy lâu xa đến nay, nếu như đối với những lời dạy của thầy, chỉ tu tập một vài lần qua loa, thì không thể vội vàng thỏa mãn mà cho là đủ được. Như Sám Tán có nói:

Tâm đối chơn lý, thường ngu si,  
Ngày đêm, căn bệnh thường nương tựa,  
Ví như bệnh nặng, cụt tay chân,  
Chỉ uống ít thuốc, sao lành bệnh?

Cho nên sự quán tưởng chính mình là người bệnh là một phương pháp rất trọng yếu. Sự quán tưởng nếu thành công, thì những việc thiện khác có thể nhân đó mà phát sinh. Nếu như chỉ ưa thích bàn luận mà không chân thực tu hành để đoạn trừ phiền não thì cũng chỉ được tăng thêm phần kiến thức mà thôi, giống như có bệnh mà không chịu uống thuốc thì bệnh sẽ không bao giờ lành. Điều này trong Tam Muội Vương Kinh đã có nói qua. Kinh ấy lại nói:

Tuy ta đã nói pháp vi diệu,  
Nghe mà không chân thực tu hành,  
Giống như người bệnh mang bọc thuốc,  
Mà chứng bệnh nặng vẫn không lành.

Nhập Bồ Tát Hành Luân cũng nói:

Pháp, nên cung kính hành  
Chỉ nói, không ích gì  
Nếu chỉ đọc sách thuốc  
Bệnh tật làm sao lành? (Phẩm Năm, kệ 109)

Cho nên hành giả phải nên ân trọng khởi tâm cầu mong trị bệnh. Ân trọng, nghĩa là cung kính thọ trì những lời dạy dỗ khuyên răn của bậc thiện tri thức. Muốn làm, cần phải biết; muốn biết, cần phải nghe; nghe xong, phải biết những yếu điểm của sự tu hành, sau đó nỗ lực tu tập. Vì vậy đối với nghĩa lý đã nghe, tùy sức của mình mà thực hành. Nếu không như thế, đến lúc mạng chung ắt sẽ phải mang nhiều hối hận. Như Thân Tâm Giáo Giới Kinh nói:

Xưa không tu hành, giờ làm sao,  
Lúc chết, sợ hãi như con trẻ,  
Chưa biết tâm yếu, thật khổ não,  
Đây là lỗi ham chuộng văn hoa.

Lại nói:

Cũng giống như một người diễn kịch,  
Lập lại lời nói của kẻ khác,  
Tự thân không thực sự tu hành,  
Chỉ ham bàn luận, nên có lỗi.

Lại nói:

Vỏ mía không hề có tâm yếu,  
Mùi vị ngon ngọt ở phía trong,  
Nếu như chỉ thích ăn vỏ mía,  
Không thể hưởng hương vị ngọt ngào,  
Bàn luận xuông giống như vỏ mía,

Tư duy pháp nghĩa như vị ngọt,  
Vì vậy, chớ nên chuộng văn hoa,  
Ngừng phóng dật, tư duy pháp nghĩa.

### **E5. Quán tưởng người giảng pháp như Phật.**

Phải nên quán tưởng người giảng pháp như một vị Phật, sinh khởi tâm kính trọng.

### **E6. Quán tưởng mong cầu Chánh Pháp Nhân trụ thế lâu dài.**

Sau khi nghe pháp xong, phải nên suy ngẫm như sau: “Làm thế nào để chánh pháp của Đức Như Lai trụ thế lâu dài.” Lại nữa, bất luận giảng pháp hay nghe pháp, nếu như để tâm nơi khác, thì sẽ không tương ứng với pháp; và hơn nữa, dù người giảng có nói pháp nào chẳng nữa, cả hai đều không được lợi ích. Phải vì tự thân tâm mà tuyển chọn sự nghe pháp, giống như người muốn biết mặt mình dơ hay sạch, sau khi soi gương, bèn chùi sạch vết bẩn; tương tự, tự mình làm ác, trong tâm gương Phật pháp hiện ra vết nhơ, tâm tư sàu muộn, cần phải trừ diệt lỗi lầm, tích tập công đức, y theo pháp mà tu hành. Bổn Sinh Kinh nói:

Những tội cấu tạo ra,  
Gương pháp sẽ soi rõ,  
Lòng phát sinh sàu não,  
Phải y pháp tu hành.

Tóm lại, chúng ta vì tất cả hữu tình mà phát nguyện thành Phật; muốn đạt đến quả Phật, phải tu tập nhân duyên thành Phật; cho nên cần phải lắng nghe Chánh pháp, ghi nhớ, tư duy, phát Bồ đề tâm. Đã biết sự lợi ích của việc nghe pháp như vậy, cần phải phát tâm dũng mãnh, vượt qua mọi chướng ngại để được nghe Chánh pháp.

## **B2. Quy luật của người giảng pháp.**

### **C1. Suy ngẫm lợi ích của sự thuyết pháp.**

Câu Xá Luận nói:

Không nhiễm, bỏ thí pháp,  
Giảng nói giống như kinh.

Và giải thích như sau: “Những người thuyết pháp với tâm tà vọng, hoặc với tâm nhiễm ô, mưu cầu lợi dưỡng, cung kính, tiếng tăm là những người phá hoại phước lợi lớn của chính mình.” Bởi thế, người thuyết pháp phải nên phát tâm thanh tịnh, đây là điều quan trọng nhất. Như ngài Tích Cung Ba nói: “Trước khi thuyết pháp, chưa một lần nào mà tôi không tu pháp quán vô thường.” Nếu như thuyết pháp mà không cầu lợi dưỡng, v.v..., thì sẽ phát sinh hai mươi thứ lợi ích, như trong Khuyến Phát Tăng Thượng Ý Nhạo Kinh có nói rõ.

### **C2. Sinh khởi ý tưởng thừa sự Phật pháp.**

Lúc Đức Phật nói Bát Nhã Kinh, chính ngài đã tự tay xếp dọn giảng tòa, điều này cho thấy rằng chính Đức Phật đối với pháp cũng rất là cung kính; bởi thế chúng ta phải tưởng nghĩ đến công đức ân huệ của Đức Phật và Phật pháp mà sinh khởi tâm cung kính thừa sự.

### **C3. Dùng sự ưa thích và phương cách nào để thuyết pháp.**

Thứ nhất, *sự ưa thích*: Như trong Hải Tuê Sở Vấn Kinh nói đến năm pháp quán tưởng: (1) quán tưởng chính mình là thầy thuốc, (2) quán tưởng pháp như thuốc trị bệnh, (3) quán tưởng người nghe như bệnh nhân, (4) quán tưởng Đức Như Lai như bậc Chánh Sĩ, (5) nguyện Phật pháp trụ thế lâu dài. Ngoài năm pháp quán tưởng này ra, đối với người thân, phải tu tâm từ, lại còn phải đoạn trừ những lỗi lầm như sợ người khác hơn

mình, trừ trừ biếng nhác, nhằm chán công việc thường xuyên thuyết pháp, khoe khoang ưu điểm của mình, chỉ trích khuyết điểm người khác, bôn sên không muốn thuyết pháp, hoặc mong cầu lợi dưỡng như ẩm thực, y phục, v.v... Phải nên nghĩ rằng giảng pháp là vì muốn mình và mọi người đều thành Phật; hơn nữa, những phước đức thanh tịnh của sự thuyết pháp sẽ là tư lương cho sự an lạc của chính mình.

Thứ hai, *phương cách*: Cần phải tắm gội, mặc y phục sạch sẽ, chuẩn bị giảng tòa ở nơi trang nghiêm thanh tịnh. Sau khi an tọa, nên tụng thần chú hàng ma, thì nơi pháp hội, trong vòng một trăm do tuần, ma quái không thể nào quấy phá, xâm hại, dù chúng có thể đột nhập trong thoáng chốc, cũng không thể làm chướng ngại cho sự giảng pháp. Sau khi tụng chú xong, nét mặt nên an hòa thư thái, chuẩn bị sẵn sàng đầy đủ tất cả định nghĩa, thí dụ, lý do, chứng cứ, v.v..., sau đó mới giảng pháp.

#### **C4. Quán sát căn cơ người nghe mà giảng hay không giảng pháp.**

Giới Kinh nói: “Nếu không mời thỉnh thì không giảng”, nghĩa là nếu đối phương không mời thỉnh, không yêu cầu thì không nên giảng pháp cho họ. Và lại, tuy có sự mời thỉnh, cũng nên quán sát căn cơ của họ. Nếu biết đối phương đầy đủ căn cơ, tuy họ không mời, cũng có thể giảng pháp cho họ. Đây là lời dạy trong Tam Muội Bảo Vương Kinh. Còn những uy nghi khác của người giảng pháp, trong Luật tạng đã có nói rõ.

#### **B3. Quy luật chung lúc thuyết pháp hoàn tất.**

Sau khi thuyết pháp hoàn tất, nên phát nguyện Phổ Hiền, đem hồi hướng công đức giảng pháp và nghe pháp, nếu có thể như vậy, thì mới có được sự lợi ích chân thật mà trong kinh đã nói. Hơn nữa, nếu tuân theo quy tắc giảng pháp và nghe pháp này, thì tất cả tội chướng như khinh người, báng pháp đã tích

tập từ trước đều được tiêu trừ; lại còn có thể ngăn chặn không cho tội ác mới phát sinh. Các bậc cổ đức khi xưa đều chú trọng đến những sự kiện này, đặc biệt các vị tổ sư truyền thừa bộ luận này lại càng kiên thành khẩn thiết. Nếu như không để tâm lưu ý đến phần hồi hướng này, thì dù có giảng nói rộng rãi bao nhiêu Phật pháp thâm sâu, chung cuộc cũng chỉ đưa đến việc bồn tôn biến thành ma, và như vậy, diệu pháp của chư Phật cũng chỉ trở thành đồng bạn của phiền não mà thôi. Sự kiện này có rất nhiều chứng cứ; đây gọi là sai một ly đi một dặm. Kính mong các vị hiền giả cố gắng học tập. Phải biết đây là điều quan trọng nhất trong toàn bộ giáo giới của chư Phật.

## 4. Tùy thuận bậc đạo sư

A4. Làm thế nào dùng chánh giáo dẫn đạo đệ tử theo thứ tự

B1. Y chỉ thiện tri thức, pháp là căn bản của Đạo

C1. Muốn người học sinh khởi tâm quyết định nên khai thị sơ lược

D1. Hành tướng của vị thiện tri thức y chỉ

D2. Hành tướng của đệ tử y chỉ

D3. Pháp y chỉ như thế nào

E1. Pháp ý nhạo y chỉ

F1. Lòng tin thanh tịnh làm căn bản

F2. Nhớ ơn sanh kính

E2. Pháp gia hành y chỉ

D4. Lợi ích của sự y chỉ

D5. Thua thiệt của sự không y chỉ

D6. Nói tổng quát ý nghĩa của sự y chỉ

**A4. Làm thế nào dùng chánh giáo dẫn đạo đệ tử theo thứ tự.**

**B1. Y chỉ thiện tri thức, pháp là căn bản của đạo.**

Giả như trong tâm của hàng đệ tử sinh khởi một phần công đức, ắt giảm bớt một phần lỗi lầm. Tất cả căn nguyên của sự diêu thiện an lạc đều là do sự dạy dỗ của thiện tri thức, cho nên trước tiên, tu tập pháp y chỉ là điều rất quan trọng.

**C1. Muốn người học sinh khởi tâm quyết định nên khai thị sơ lược.**

**D1. Hành tướng của vị thiện tri thức y chỉ.**

Hành tướng của vị thiện tri thức, tùy theo mỗi tông phái mà có cái nhìn khác nhau; thế nhưng ở đây, vị thiện tri thức mà chúng ta muốn đề cập đến là người có thể dẫn dắt các hành giả tu tập ba đường đạo (hạ, trung, thượng), đạt đến quả Phật của Đại thừa. Trang Nghiêm Kinh Luận nói: “Bậc thiện tri thức cần

phải đầy đủ (1) giới, (2) định, (3) tuệ, (4) thắng đức (công đức vượt hơn đệ tử), (5) tinh tiến, (6) học rộng (đa văn), (7) thông đạt thực tướng, (8) có tài giảng pháp, (9) tâm địa từ bi, (10) không nhàm chán việc giảng pháp.” Điều này muốn nói, người đệ tử phải tìm một vị thiện tri thức có đủ mười điều kiện nêu trên để y chỉ. (1) *Đầy đủ giới*: Nếu như chưa thể tự điều phục thì không thể điều phục người khác, cho nên những bậc thầy, trước tiên phải nên điều phục chính mình. Nếu vậy, làm thế nào để tự điều phục? Giả như tu tập để người khác ca ngợi mình là người có đức hạnh, có tu chứng, thì không thể nào làm lợi ích chân thực cho người khác, mà cần phải tùy thuận lời dạy tổng quát của Đức Như Lai. Chẳng hạn ba học giới định tuệ đều là công cụ để điều phục thân tâm, nhưng công cụ chính yếu lại chính là giới học. Như Biết Giải Thoát Kinh nói:

Ngựa tâm khó kèm thúc,  
Rong ruổi không ngừng nghỉ,  
Giới luật như dây cương,  
Có hàng trăm mũi nhọn.

Phải giống như nài ngựa, dùng dây cương cứng chắc, điều phục cái tâm rong ruổi theo tà cảnh. Lại cũng giống như điều phục ngựa hoang, không cho nó chạy đến chỗ nó muốn, và phải tinh tiến thúc dục nó đến những chỗ nó không muốn. Do học tập giới này, ắt có thể điều phục tâm tánh của mình. (2) *Đầy đủ định*: Nghĩa là đối với sự chỉ (không làm), tác (làm) của những hành vi thiện, ác, phải nên y vào chánh niệm và chánh tri, nội tâm an định, tịch tĩnh, từ đó phát sinh thiền định. (3) *Đầy đủ tuệ*: nghĩa là nương tựa vào pháp chỉ, quán sát chân đế, sẽ phát sinh tịnh tuệ. (6) Như vậy, tuy đầy đủ đức hạnh tu chứng của ba học, nhưng không nên vội cho là đủ, mà cần phải thông suốt Tam tạng, đầy đủ đa văn. Như ngài Geshe Đôn Ba nói: “Bậc thầy Đại thừa, bất luận nói ra một vấn đề gì, cần phải quán thông vô lượng ý nghĩa của kinh điển, lúc đang tu trì, phải hiểu rõ công năng thành tựu của ba học, đối với đệ tử, cần phải hiểu

rõ tâm hành của họ.” (7) Thông đạt thực tướng hoặc thông đạt giáo lý, nghĩa là đã dùng thắng tuệ để thông đạt, hoặc đã chân thực chứng đắc lý vô ngã; nếu như chưa được như vậy, thì dùng giáo lý để thông đạt lý vô ngã cũng được. (4) Lại nữa, tuy thông đạt giáo lý, nếu như công đức tu hành, hoặc kém hơn, hoặc chỉ ngang bằng với đệ tử, thì cũng không đủ tư cách làm thầy, cho nên kẻ muốn làm thầy, công đức bắt buộc phải vượt hơn đệ tử. Đây đủ giới luật sẽ được thiên định tịch tĩnh và trí tuệ thù thắng. Nếu y chỉ vị thầy cao hơn mình, thì có ngày sẽ vượt hơn vị đó. Như ngài Phổ Khung Ngõa nói: "Khi ta nghe truyện ký (sự tích) của các bậc tiền bối, tự nhiên sanh khởi tâm hướng thượng." Ngài Thập Ý cũng nói: "Các vị tôn túc ở chùa Nhạ Chân chính là những bậc gương mẫu của ta và những kẻ hậu học sau này." Thế nên phải biết rằng công đức của vị thiện tri thức cần phải vượt hơn những đệ tử y chỉ.

Sáu công đức vừa nêu trên chỉ là hành tướng tự lợi của vị thầy, còn những công đức khác là công đức nhiếp thọ chúng sanh. Như nói:

Phật không rửa tội cho chúng sanh,  
Không tự tay dứt khổ cho họ,  
Không đem công đức cho kẻ khác,  
Mà chỉ thuyết pháp giúp giải thoát.

Ý của bài kệ muốn nói rằng bậc thiện tri thức muốn thành thực người khác, ngoài việc giảng dạy chánh pháp, làm cho họ tùy thuận mà tu tập ra, không có những sự việc nào khác, chẳng hạn như dùng nước rửa tội, v.v... Trong bốn công đức sau, (8) có tài giảng pháp, nghĩa là dùng phương pháp khéo léo đem lời giảng dạy của mình thấm nhuần vào tâm của đệ tử, (9) tâm địa từ bi, tức là giảng pháp với tâm thanh tịnh, chứ không phải vì cầu lợi dưỡng cung kính. Ngài Bác Đóa Ngõa nói: "Này Lý Mạt Bồ! Ta tùy thuận tâm ý chúng sanh mà giảng pháp, nhưng chưa bao giờ cho rằng mình giảng giỏi, mà chỉ quán xét chúng sanh là những kẻ khổ não đang cần cứu giúp."

(5) Đây đủ tinh tiến, nghĩa là kiên quyết dũng mãnh làm lợi ích chúng sinh. (10) Không hề nhàm mỏi trong việc giảng pháp [độ sinh], nghĩa là thường thường thuyết pháp không biết mỏi mệt, có thể nhẫn chịu những chướng nạn trong công việc giảng pháp. Ngài Bác Đóa Ngõa nói: "Đây đủ ba học, thông đạt thực tướng, tâm địa từ bi, năm điều này là chính. Ngài A xà lê Dáng Tôn Cỗn của tôi, tuy không học rộng, không nhẫn chịu sự nhàm mỏi, không giỏi giảng pháp (người nghe không hiểu lời giảng của ngài), thế nhưng, vì đây đủ năm công đức nói trên, kẻ nào gần gũi ngài cũng đều được lợi ích. Lại như ngài Ninh Đôn không có tài ăn nói, chẳng hạn, có một lần ngài chú nguyện cho thí chủ, mà mọi người chung quanh không hiểu là ngài đang nói gì, thế nhưng, vì đây đủ năm công đức vừa nói, ngài cũng có thể làm lợi ích cho hàng đệ tử của mình."

Trong thời mạt pháp này, tuy những bậc thầy đây đủ công đức rất hiếm có, thế nhưng, vẫn không thể y chỉ những vị mà lỗi lầm, hoặc bằng hoặc nhiều hơn công đức, mà vẫn phải đi tìm y chỉ những vị có công đức nhiều hơn lỗi lầm. Bậc thầy y chỉ là căn bản của vạn điều thiện, cho nên những ai muốn y chỉ các bậc thầy để tu tâm phải nên biết rõ những điều kiện mà các bậc thầy phải đây đủ để khỏi phải tìm lầm. Còn những bậc muốn làm thầy y chỉ cho đệ tử cũng phải nỗ lực tu tập những điều kiện cần phải có vừa mới nêu trên.

## D2. Hành tướng của đệ tử y chỉ.

Tứ Bách Tụng nói:

Chặt trực, trí tuệ, cầu pháp nghĩa,  
Đây là người có thể nghe pháp,  
Không nên nhìn lỗi người giảng pháp,  
Cũng không nhìn lỗi của người nghe.

Nghĩa là hàng đệ tử y chỉ phải có đây đủ ba công đức trong bài kệ, mới được gọi là có thể nghe pháp. Không những

không nhìn lỗi của người giảng pháp, mà cũng không nhìn lỗi của người nghe pháp khác. Nếu đệ tử thiếu tư cách nghe pháp, thì dù cho vị thầy cực kỳ thanh tịnh, kẻ đệ tử cũng chỉ nhìn thấy toàn là lỗi lầm; hoặc ngược lại, thấy những lỗi lầm của vị thầy lại cho là công đức. Chất trực, nghĩa là không kết bè phái (không có óc thiên vị), nếu như kết bè phái, thì sẽ không thấy công đức của người giảng pháp, mà cũng không thể hiểu rõ ý nghĩa thâm sâu. Như Trung Quán Tâm Luận nói:

Vì tâm thiên vị nên sâu não  
Chung cuộc không thấy pháp Niết bàn.

Nếu phân biệt phe phái, thì sẽ ưa thích những người cùng phe, và ghét bỏ những kẻ không cùng phe. Phải nên quán xét tự tâm, nếu như có tâm bè phái thì phải nên sám hối cải đổi. Tuy có tâm chất trực, nhưng nếu không có trí tuệ phân biệt pháp chánh, pháp tà, hoặc pháp tương tự, thì cũng không đủ tư cách nghe pháp; bởi thế, cần phải có trí tuệ phân biệt. Lại nữa, tuy có tâm chất trực và trí tuệ phân biệt, nếu như không chịu y theo pháp mà tu tập, thì không đủ tư cách, cho nên phải siêng năng cầu ý nghĩa của pháp để tu hành. Trong phần giải thích, thêm vào hai điều kính pháp kính thầy và nhiếp tâm nghe pháp, thành năm công đức của người nghe pháp. Như vậy, (1) cầu ích lợi của pháp, (2) khéo nhiếp tâm nghe pháp, (3) kính pháp kính thầy, và (4) phân biệt thủ xả pháp thiện ác, tổng cộng là bốn. Phân biệt thủ xả pháp thiện ác tức là đầy đủ trí tuệ; xả bỏ lời giảng ác tức là có tâm chất trực. Tự thâm xét những điều sư trưởng dẫn đạo tu hành có chu toàn hay không, nếu chu toàn thì hoan hỷ tiến tu, còn nếu không thì sau đó từ từ tìm pháp chu toàn mà nỗ lực tu tập.

### D3. Pháp y chỉ như thế nào.

Kẻ đệ tử có đủ tư cách y chỉ phải nên quán xét vị thầy xem ngài có đủ điều kiện nêu trên hay không, nếu đầy đủ thì nên y chỉ để tu học. Có hai phần:

## E1. Pháp ý nhạo y chỉ.

### F1. Lòng tin thanh tịnh làm căn bản.

Bảo Cự Đà La Ni Kinh nói:

Lòng tin dẫn đạo, giống như mẹ  
Sản sanh, nuôi lớn các công đức.

Lòng tin làm cho những công đức chưa phát sanh sẽ được phát sanh, còn những công đức đã phát sanh sẽ được vững chắc, dần dần hướng thượng tăng trưởng. Thập Pháp Kinh nói:

Dùng phương tiện nào để thành Phật?  
Lòng tin là cỗ xe thù thắng,  
Bởi thế, những người đủ trí tuệ,  
Phải tùy tịnh tín mà tu hành,  
Còn những người không có lòng tin,  
Sẽ không tu tập được pháp thiện,  
Giống như hạt giống bị đốt cháy,  
Sao còn có thể nảy mầm non?

Trong tất cả pháp môn, lòng tin là căn bản cho tất cả công đức. Nói tổng quát, có nhiều loại lòng tin, chẳng hạn như lòng tin đối với Tam bảo, nghiệp quả, Tứ đế, v.v... Điều ở đây muốn nói là lòng tin đối với thầy. Thế nhưng, phải tin thầy như thế nào? Kim Cang Quán Đảnh Kinh nói: “Này Bí mật chủ! Người học pháp phải nên quán tưởng vị A xà lê như thế nào? Phải nên xem như Phật!” Các kinh điển Đại thừa và các bộ Quảng luật đều nói tương tự như vậy. Nghĩa này là thế nào? Thông thường, người phàm đối với Đức Phật, không dám khởi ý tưởng vạch lỗi, mà thường suy ngẫm công đức của ngài. Người học pháp đối với vị thầy của mình, cũng phải nên quán tưởng như Phật. Kinh trên lại nói:

Nhớ tưởng công đức thầy,

Chớ nên tìm khuyết điểm,  
Thì sẽ thấy công đức,  
Và không còn thấy lỗi.

Giả như, do vì phóng dật, hoặc do phiền não bộc phát, bỗng nhiên sinh khởi ý tưởng tìm lỗi của thầy, thì phải nên hết sức sám hối cái đối. Nếu tu tập như thế, thì dù thấy thầy có chút ít lỗi lầm, nhưng vì thường hay nghĩ tưởng đến công đức thầy, cho nên sự kiện này cũng không làm chướng ngại lòng tin. Chẳng hạn, tôn giả Atisha thuộc trường phái Trung Quán, Kim Châu Đại Sư thuộc trường phái Duy Thức, nếu luận về kiến giải thì có sự hơn kém, thế nhưng, tôn giả Atisha lại y chỉ Kim Châu Đại sư để học tập về thứ đệ tu tập Đại thừa và Bồ đề tâm, vì thế tôn giả Atisha thừa nhận Kim Châu Đại Sư là vị thiện tri thức có ơn dạy pháp lớn nhất, không ai sánh bằng.

## F2. Nhớ ơn sanh kính.

Thập Pháp Kinh nói: “Đối với bậc thiện tri thức, nên tưởng nghĩ như vậy: ‘Đây là bậc đã tìm kiếm mình trong dòng sinh tử bốn ba, là bậc đã đánh thức mình từ những giấc mơ ngu si trong những đêm dài tăm tối, là bậc đã cứu vớt mình từ sự chìm đắm trong biển tham ái, là bậc đã giải phóng mình ra khỏi ngục tù của ba cõi, chỉ con đường thiện khi mình lạc vào nẻo ác, làm vị lương y chữa trị cho mình qua khỏi cơn bệnh ngặt nghèo, làm cơn mưa mát mẻ khi mình bị cùm lửa tham sân thiêu đốt.’”

Hoa Nghiêm Kinh nói:

Bậc tri thức giảng pháp cho tôi,  
Khai thị công đức của các pháp,  
Giảng giải những Bồ tát uy nghi,  
Một lòng thương tưởng mà đến đây,  
Sinh trưởng pháp lành như mẹ ruột,  
Mớm sữa công đức như nhũ mẫu,  
Dạy dỗ tu tập đạo Bồ đề,  
Ngăn chặn diệt trừ mọi tổn não,

Giải thoát “già chết” như thánh dược,  
Như trời Đê Thích mưa cam lộ,  
Tăng trưởng pháp thiện như trăng tròn,  
Chỉ rõ Niết bàn như ánh nhật,  
Đối với oán, thân lòng như núi,  
Lại như biển cả không động dao,  
Cứu vớt tất cả như thuyền sư,  
Đồng tử Thiện Tài nghĩ như vậy,  
Bồ tát khiến tôi phát đại tâm,  
Lại khiến phát tâm cầu Bồ đề,  
Những tri thức này, Phật khen ngợi,  
Dùng lòng thiện ấy mà đến đây,  
Cứu hộ thế gian như đấng sĩ,  
Như người buôn, tất cả nương nhờ,  
Làm tôi an lạc, mở tuệ nhãn,  
Xin đem lòng thiện phụng sự ngài!

Lúc chúng ta đến yết kiến thiện tri thức, nên nhớ niệm bài kệ này, chỉ cần đổi tên Thiện Tài thành tên mình là được.

## E2. Pháp gia hành y chỉ.

Sư Sư Pháp Ngũ Thập Tung nói:

Đây không cần nói nhiều,  
Điều thầy vui thì làm,  
Thầy không vui, chớ làm,  
Việc làm cần nỗ lực,  
Thành tựu A xà lê,  
Ngài Trì Kim Cang nói:  
Thông thạo xong mọi việc,  
Phải kính phụng sư trưởng.

Nói tóm, điều nào thầy hoan hỷ thì làm, nếu thầy không hoan hỷ, chớ làm. Đối với những điều thầy hoan hỷ, chia làm ba

loại: (1) cúng dường tài vật, (2) phụng sự hầu hạ, (3) theo lời dạy mà tu hành. Trang Nghiêm Kinh Luận nói:

Cúng dường tài lợi, cùng hầu hạ,  
Theo đúng lời dạy mà tu hành

Đối với phần (1), như Ngũ Thập Tung nói: “Đối với sư trưởng nên hoan hỷ tu pháp cúng dường, ngay cả thân mạng còn không tiếc, huống hồ tài vật”; lại nói: “Đối với vị thầy quán đảnh, mỗi ngày ba thời lễ bái hầu hạ tức là đã cúng dường mười phương chư Phật”; (2) kế đó là hầu hạ chăm sóc sức khỏe, ca ngợi tán thán công đức của thầy; (3) cuối cùng, y theo lời dạy mà tu hành, không nên trái nghịch. Trong ba điều kiện trên, điều thứ ba là chủ yếu. Bổn Sanh Kinh nói: “Cúng dường báo ơn thầy nghĩa là y theo lời dạy mà tu hành.”

#### D4. Lợi ích của y chỉ.

Nhờ y chỉ thiện tri thức đúng pháp nên dễ chứng đắc quả Phật, chư Phật vui lòng, thường được gần gũi các bậc thiện tri thức, không bị đọa vào ba đường ác, sớm đoạn trừ tất cả phiền não ác nghiệp, tư lương công đức dần dần tăng trưởng, hiện tiền thành tựu tất cả nghĩa lợi. Lại nữa, người cung kính phụng sự thiện tri thức, tất cả nghiệp ác mà họ tích tập, đáng lẽ sẽ phải chịu ác báo, thì trong đời này chỉ bị những quả báo nhẹ, chẳng hạn như thân tâm hơi bất an, hoặc trong mộng thấy bị những khổ não nhẹ, nhờ đó mà tất cả nghiệp ác dần dần bị tiêu diệt. Thiện căn của sự kính phụng thiện tri thức này, so ra còn thù thắng hơn công đức cúng dường vô lượng chư Phật. Sự lợi ích quả thật to lớn như thế.

#### D5. Thua thiệt của sự không y chỉ.

Nếu như không chịu y chỉ thiện tri thức đúng pháp, đời này dễ bị bệnh tật, dễ bị ma chướng xâm hại, đời sau đọa vào ác đạo, nhận chịu vô lượng khổ não. Ngũ Thập Tung nói:

Đừng khiến A xà lê,  
Khởi chút ít buồn giận,  
Nếu vô tri ngộ nghịch,  
Sẽ đọa ngục a tỳ,  
Chịu vô lượng khổ não,  
Nói đến thật đáng sợ,  
Vì hủy báng thầy mình,  
Sẽ thường ở trong đó.

Trong kinh có nói:

Dù nghe bài kệ ngắn,  
Nếu không thờ phụng thầy,  
Trăm kiếp sinh làm chó,  
Đầu thai dòng ti tiện.

Lại nữa, các công đức chưa sinh sẽ không sinh, đã sinh rồi sẽ tiêu tán, thường ở chung với ác tri thức và bạn ác, khiến cho tổn giảm công đức, tăng trưởng lỗi lầm, nảy sinh nhiều chuyện bất hạnh, cho nên cần phải đoạn trừ tất cả nguyên nhân có thể chiêu cảm quả báo khổ não.

#### D6. Nói tổng quát ý nghĩa của sự y chỉ.

Phần trên là những lời dạy chung của các bậc cổ đức, nếu như chỉ ghi nhớ qua loa, e rằng không đủ. Hành giả phải sinh lòng quyết định, đối với các bậc thiện tri thức đầy đủ đức hạnh, dẫn đạo không sai lầm đó, phải nên y chỉ lâu dài để tu học. Như ngài Già Khách Ba nói: “Lúc y chỉ thầy, chỉ sợ phạm lỗi lầm làm tổn giảm thiện căn.” Đại khái, nếu không biết pháp y chỉ, không những không được lợi ích mà còn bị tổn hại. Pháp y chỉ này so ra còn quan trọng hơn các pháp khác, bởi vì nó là căn bản cho tất cả sự lợi lạc sau này. Chúng ta vì phiền não sâu nặng, lại không biết phương cách phụng sự sư trưởng, hoặc biết mà không chịu làm, cho nên phần lớn đã phát sinh tội chướng. Điều này phải nên nỗ lực sám hối, sửa đổi, giữ gìn. Nếu có thể



#### 4. Tùy thuận bậc đạo sư

thừa sự được như vậy, không bao lâu chúng ta sẽ được như ngài  
Thường Đề Bồ Tát, hoặc như ngài Thiện Tài Đồng Tử, tìm cầu  
thiện tri thức không biết nhàm chán mỗi một.

## 5. Phương pháp tu tập

C2. Khai thị sơ lược phương pháp tu tập

D1. Nói rõ phương pháp tu tập

E1. Lúc tu tập phải như thế nào

F1. Gia hành phải như thế nào

F2. Chánh hành phải như thế nào

G1. Pháp tu tổng quát

G2. Pháp tu ở đây

F3. Kết thúc phải như thế nào

E2. Lúc sửa soạn tu tập phải như thế nào

D2. Nói rõ hai loại tu tập phá vọng phân biệt

### C2. Khai thị sơ lược phương pháp tu tập.

#### D1. Nói rõ phương pháp tu tập.

#### E1. Lúc tu tập phải như thế nào.

#### F1. Gia hành phải như thế nào.

Ngài Kim Châu Đại Sư có truyền sáu pháp gia hành: (1) quét tước, chỉnh đốn đạo trường, an trí tượng Phật, (2) chung bày các cúng phẩm, (3) đoan nghiêm ngồi kiết già hoặc bán già, (4) trên khoảng không trước mặt, quán tưởng các vị tổ sư truyền thừa của hai phái Thâm quán và Quảng hành, cùng vô lượng vô biên chư Phật Bồ tát, Duyên giác Thanh văn, các vị long thiên hộ pháp, an trụ trên không trung, hiển hiện phân minh, (5) đối với tất cả thuận duyên trợ đạo, nghịch duyên chướng đạo, nếu như không sám hối, đạo tâm ắt khó tăng trưởng, thế nhưng trong các pháp sám hối, pháp bảy hạnh nguyện [Phổ Hiền] là quan trọng nhất.

Trong đây, phần đầu, *lễ kính*, có ba môn tổng lễ, tức là bài kệ:

*Sở hữu thập phương thế giới trung,  
Tam thế nhất thiết Nhân Sư Tử,  
Ngã dĩ thanh tịnh thân ngữ ý,  
Nhất thiết biến lễ tận vô dư.*

Tất cả chư Phật trong ba đời,  
Ở nơi thế giới khắp mười phương,  
Con đem thân ngữ ý trong sạch,  
Khắp lạy chư Phật không hề sót.

Không chỉ riêng lễ lạy chư Phật ở một phương, hoặc một đời, mà cần phải lễ lạy tất cả chư Phật ở mười phương ba đời. Dùng tâm quyết định vận dụng ba nghiệp thanh tịnh mà lễ lạy.

Trong phần ba môn biệt lễ, trước tiên là *thân lễ*, tức là bài kệ:

*Phổ Hiền hạnh nguyện oai thần lực,  
Phổ hiện nhất thiết Như Lai tiền,  
Nhất thân phục hiện sát trần thân,  
Nhất nhất biến lễ sát trần Phật.*

Sức oai thần hạnh nguyện Phổ Hiền,  
Phân thân hiện khắp trước Như Lai,  
Một thân lại hiện sát trần thân,  
Mỗi thân lạy khắp sát trần Phật.

Trước tiên dùng tâm duyên với tất cả chư Phật ở mười phương, sau đó quán tưởng tự mình hóa ra vô số thân như số vi trần mà tu hạnh lễ kính. Điều này cần phải trước tiên phát khởi

sức mạnh tín giải đối với hạnh nguyện Phổ Hiền, sau đó mới có thể phát khởi quán tưởng thân lễ này. Kế đến, *y lễ*, tức là bài kệ:

***U nhất trần trung trần số Phật,  
Các xứ Bồ tát chúng hội trung,  
Vô tận pháp giới trần diệc nhiên,  
Thâm tín chư Phật giai sung mãn.***

Sát trần Phật ở trong một trần,  
Đều ngồi giữa chúng hội Bồ tát,  
Vô tận pháp giới cũng như vậy,  
Tín sâu chư Phật đều đầy đủ.

Trong mỗi vi trần đều có vô số Phật nhiều như số vi trần, mỗi vị an tọa giữa chúng hội Bồ tát, cần phải sinh khởi quán niệm công đức của các ngài mà lễ lạy. Cuối cùng, *ngữ lễ*, tức là bài kệ:

***Ngã dĩ nhất thiết âm thanh hải,  
Phổ xuất vô tận diệu ngôn từ,  
Tận u vị lai nhất thiết kiếp,  
Tán Phật thâm thâm công đức hải.***

Con đều dùng tất cả âm thanh,  
Rộng bày vô lượng lời nói hay,  
Tột tất cả kiếp ở vị lai,  
Khen công đức sâu dày của Phật.

Nên quán tưởng mỗi hóa thân của mình có vô lượng đầu, mỗi đầu có vô lượng lưỡi, mỗi lưỡi phát ra vô lượng âm thanh vi diệu, tán thán công đức của Phật.

Kế đến, trong phần hai, ***cúng dường***, có hai phần: (a) Cúng dường bậc thượng, tức là hai bài kệ:

***Di chư tối thắng diệu hoa man,***

***Kỹ nhạc, đồ hương, cập tán cái,  
Như thị nhất thiết trang nghiêm cụ,  
Ngã dĩ cúng dường chư Như Lai.  
Tối thắng y phục, tối thắng hương,  
Mạt hương, thiêu hương dữ đẳng chúc,  
Nhất nhất giai như Diệu cao tu,  
Ngã tất cúng dường chư Như Lai.***

Sắm đồ rất đẹp, nào tràng hoa,  
Kỹ nhạc, hương, hoa, cùng tàn lọng,  
Các thứ trang nghiêm đẹp như vậy,  
Con dùng cúng dường chư Như Lai.  
Nào là y phục, các thứ hương,  
Hương bột, hương xông, cùng đèn đuốc,  
Mỗi món đều như núi Tu Di,  
Con đem cúng dường các Đức Phật.

Trong bài kệ, *diệu hoa* chỉ cho các loại hoa thượng diệu, trân kỳ trong cõi trời người; *hoa man* (tràng hoa) tức là kết các đóa hoa rời rạc lại thành vòng để đeo ở cổ, các loại này, hoặc là dùng hoa thật, hoặc là chế tạo; *kỹ nhạc* tức là âm thanh của các loại nhạc khí; *đồ hương* tức là một loại hương quý, dưới dạng sên sệt giống như bùn, dùng để tô lên tượng Phật, hoặc tô trên mặt đất; *tối thắng tán cái* tức là tàn lọng thượng diệu bậc nhất; *đăng* tức là những loại đèn, như đèn dầu, v.v..., cùng các loại bảo châu phát quang; *thiêu hương* (hương xông) tức là các loại hương liệu, hoặc thuần chất, hoặc pha chế; *tối thắng y phục* tức là các loại y phục hoa mỹ nhất; *tối thắng hương* tức là loại nước hoa pha chế có thể tỏa mùi hương cùng khắp tam thiên đại thiên thể giới; *mạt hương* tức là hương bột, có thể thấp, hoặc đốt. Những vật cúng dường này, số lượng to nhiều như núi Tu Di, trang trí làm cho đạo trường càng trở nên trang nghiêm, lộng lẫy.

(b) Cúng dường vô thượng, tức là bài kệ:

**Ngã đi quảng đại thường giải tâm,  
Thâm tín nhất thiết tam thế Phật,  
Tất dĩ Phổ Hiền hạnh nguyện lực,  
Phổ biến cúng dường chư Như Lai.**

Do nơi tâm thắng giải rộng lớn,  
Tín sâu tất cả Phật ba đời,  
Sức oai thần hạnh nguyện Phổ Hiền,  
Khắp đem cúng dường các Đức Phật.

Lễ vật cúng dường hữu thượng tức là các lễ vật cúng dường của người phàm, còn ở đây vật cúng dường vô thượng là do Bồ tát dùng thần lực biến thành. Hai câu dưới có ý muốn nói là nếu các lễ vật cúng dường ở phần (a) có chỗ khiếm khuyết, phần (b) sẽ bổ túc vào. Đây là sự hiển thị tâm và cảnh của sự cung kính cúng dường.

Phần ba, **sám hối**, tức là bài kệ:

**Ngã tích sở tạo chư ác nghiệp,  
Giai do vô trí tham sân si,  
Tùng thân ngữ ý chi sở sanh,  
Nhất thiết ngã kim giai sám hối.**

Từ xưa đã tạo nhiều ác nghiệp,  
Đều vì ba độc tham, sân, si,  
Từ thân, khẩu, ý mà gây nên,  
Tất cả con nay đều sám hối.

Do ba độc tham sân si làm nhân, dùng ba căn thân, khẩu, ý để tạo tác mười ác nghiệp, nghĩa là những tánh tội đó do tự mình tạo tác. Trong đây lại phân ra ba trường hợp: hoặc chính mình làm, hoặc sai người khác làm, hoặc thấy người khác làm bèn vui mừng tùy hỷ. Tất cả những sự việc như vậy, thảy đều xin sám hối thanh tịnh. Nhớ lại những lỗi lầm, sanh tâm hổ

thẹn, đoạn trừ những hậu hoạn, tinh tiến giữ gìn, thệ nguyện trừ diệt.

Phần bốn, **tùy hỷ**, tức là bài kệ:

**Thập phương nhất thiết chư chúng sinh,  
Nhi thừa hữu học cập vô học,  
Nhất thiết Như Lai dĩ Bồ tát,  
Sở hữu công đức giai tùy hỷ.**

Vô lượng công đức của chư Phật,  
Của Bồ tát, Thanh văn, Duyên giác,  
Hữu học, vô học cùng chúng sanh,  
Tất cả nay con đều tùy hỷ.

Đối với thiện nghiệp của năm loại hữu tình (Phật, Bồ tát, Duyên giác, Thanh văn và phàm phu), đều sinh khởi tâm tùy hỷ.

Phần năm, **thỉnh Phật chuyển pháp luân**, tức là bài kệ:

**Thập phương sở hữu Thế Gian Đấng,  
Tối sơ thành tựu Bồ đề giả,  
Ngã kim nhất thiết giai khuyến thỉnh,  
Chuyển x vô thượng diệu pháp luân.**

Các đấng Soi Đời khắp mười phương,  
Vừa mới chứng nên đạo Chánh giác,  
Tất cả nay con đều khuyến thỉnh,  
Chuyển xe Chánh pháp diệu vô thượng.

Chư Phật ở tất cả các cõi nước ở mười phương, lúc mới thành đạo Vô thượng Bồ đề, con nguyện hóa thân nhiều bằng số lượng chư Phật, mỗi thân ở trước một vị Phật, ân cần khuyến thỉnh các ngài chuyển Pháp luân.

Phần sáu, **thỉnh Phật trụ thế**, tức là bài kệ:

*Chư Phật nhược dục thị Niết bàn,  
Ngã tất chí thành nhi khuyến thỉnh,  
Duy nguyện cứu trụ sát trên kiếp,  
Chuyển u Vô thượng diệu pháp luân.*

Chư Phật nếu muốn nhập Niết bàn,  
Con xin thành tâm đều mời thỉnh,  
Cúi mong ở lại lâu trên đời,  
Cho chúng sanh được nhờ lợi lạc.

Lúc mười phương chư Phật muốn thị hiện nhập Niết bàn, vì muốn làm cho chúng sanh được lợi ích an lạc, cho nên thỉnh cầu chư Phật trụ thế lâu dài, đừng nhập Niết bàn.

Phần bảy, *hồi hướng công đức*, tức là bài kệ:

*Sở hữu lễ tán cúng dường phước,  
Thỉnh Phật trụ thế, chuyển Pháp luân,  
Tùy hỷ, sám hối, chư thiện căn,  
Hồi hướng chúng sanh cập Phật đạo.*

Bao nhiêu phước đức bởi cúng dường,  
Ngợi khen, thỉnh Pháp, mời trụ thế,  
Tùy hỷ, sám hối, các căn lành,  
Hồi hướng chúng sanh cùng Phật đạo.

Tất cả những công đức tích tập được trong sáu phần trên đều hồi hướng cho tất cả hữu tình, làm hạt giống cho sự chứng đắc Bồ đề. Dùng sự cực kỳ ưa thích, vui mừng mà chúc nguyện, khiến cho công đức của sự hồi hướng trở nên vô cùng tận.

Như vậy, y theo những bài kệ trên, hiểu rõ ý nghĩa, theo lời dạy mà suy ngẫm tu tập, tâm không tán loạn, niệm tụng thông thả, trong tương lai sẽ được vô lượng phước đức. Lại nữa, năm phần - lễ kính, cúng dường, thỉnh chuyển Pháp luân, thỉnh

Phật trụ thế và tùy hỷ công đức - là tích tập tư lương; còn phần sám hối, tức là tịnh trừ nghiệp chướng. Trong phần tùy hỷ lại còn có sự tùy hỷ đối với sự tu tập tăng trưởng thiện nghiệp của chính mình. Hồi hướng tức là đem các việc thiện thanh tịnh đã tích tập tăng trưởng, dù vô cùng nhỏ nhặt, hồi hướng khiến cho chúng trở thành rộng lớn. Những phước lạc đang hưởng thụ, tuy chung quy sẽ cùng tận, cũng có thể hồi hướng, làm cho chúng trở thành vĩnh viễn, vô cùng. Nói tóm lại, có thể phối hợp thành ba loại: tích tập tư lương, tịnh trừ nghiệp chướng, và tăng trưởng vô cùng tận. (6) Đối với cảnh sở duyên, phải nên quán tưởng rõ ràng, lập đàn dâng hiến phẩm vật cúng dường, thỉnh cầu sự gia bị, nguyện diệt trừ tất cả tâm tưởng điên đảo, bất kính đối với các bậc thiện tri thức, và nhanh chóng sanh khởi tâm chân thành thanh tịnh cung kính đối với các ngài, phá diệt tất cả chướng nạn trong ngoài. Phải nên dùng tâm cực kỳ ưa thích vui mừng mà thường xuyên cầu nguyện.

## F2. Chánh hành phải như thế nào.

### G1. Pháp tu tổng quát.

Tu đạo có nghĩa là phải làm sao cho tâm an trụ trong cảnh sở duyên lành. Nếu như đối với cảnh sở duyên lành, tùy tiện tu tập, hơn nữa, nếu tự y theo số mục và thứ lớp mà mình tưởng tượng, thì ngay từ lúc đầu đã trở thành thói quen tùy tiện, và như vậy, cả một đời tu hành không những vô ích, mà đôi khi còn trở nên tai hại. Vì vậy, từ lúc ban đầu, phải nên quyết định số mục và thứ lớp tu tập, sau đó khởi tâm dũng mãnh kiên cố, tự khắc phục chính mình, cương quyết y theo khóa trình đã dự định mà tu tập. Đối với những thời khóa cố định này, không thể tùy tiện tăng giảm, nay vậy mai khác, mà cần phải đầy đủ chánh niệm chánh tri mà tu tập.

### G2. Pháp tu ở đây.

Trước tiên quán sát lợi ích của sự y chỉ và họa hoạn của sự không y chỉ, kể đó khởi tâm phòng hộ, tuyệt đối không phóng dật (khởi tâm tìm lỗi của thầy), mà phải dùng hết khả năng của mình để suy ngẫm về các đức hạnh giới định tuệ của thầy. Phải nên quán sát như vậy cho đến lúc sanh khởi lòng tin thanh tịnh đối với vị thầy của mình. Sau đó suy ngẫm về những ân đức của thầy đã đem đến sự lợi ích cho mình, như lời dạy của kinh đã dẫn ở phần trước, tu tập cho đến khi phát khởi lòng kính chân thật đối với bậc thầy của mình.

### F3. Kết thúc phải như thế nào.

Dùng những nghi thức như *Phổ Hiền Hạnh Nguyên* hoặc *Tịnh Nguyên Thất Tụng Pháp*, v.v... Đem những công đức lành tích tập được, tha thiết chí thành hồi hướng về những điều lợi ích cứu cánh mà mình mong ước. Tu tập như vậy mỗi ngày bốn thời: sáng, trưa, chiều và cuối đêm. Lúc bắt đầu tu tập, thời khóa không nên quá lâu, nếu như vậy sẽ dễ bị hôn trầm hoặc tán loạn. Nếu mà cứ tiếp tục như vậy, sẽ thành thói quen, trong tương lai sẽ khó cải đổi [thói quen hôn trầm, tán loạn này]. Phải nên lập ra nhiều thời khóa ngắn trong một ngày, và như vậy sau mỗi thời tu tập vẫn còn cảm thấy hứng thú tiếp tục tu thêm khóa kế, nếu không (nghĩa là quá mệt mỏi, tán loạn), thì mỗi khi vào đạo trường liền khởi tâm chán ngán, uể oải. Phải đợi đến khi tu tập khá thành thực thì mới dần dần tăng gia thời gian của mỗi thời khóa. Trong mọi trường hợp, không nên quá gấp rút hoặc trì hoãn, khi tu tập không nên phạm lỗi lầm. Như vậy, chương ngại mỗi ngày một ít đi, và dần dần sẽ không còn bị hôn trầm, tán loạn quấy nhiễu nữa.

### E2. Lúc sửa soạn tu tập phải như thế nào.

Nói một cách tổng quát, phương pháp tu tập tuy nhiều, chẳng hạn như lễ bái, kinh hành, tụng kinh, niệm Phật, v.v..., nhưng nếu chỉ nỗ lực tinh tiến trong lúc đang tu tập, còn trước khi tu tập lại để tâm tán loạn, không nhớ không tưởng đến giáo

pháp mà mình đang tu, thì hiệu quả của sự tu tập sẽ rất nhỏ nhặt. Bởi thế, trước khi dụng công cũng phải nên thường xuyên đọc tụng, suy ngẫm, nghĩ nhớ về giáo pháp mà mình đang tu, lại còn phải gây dựng rộng rãi các thuận duyên trợ giúp cho sự tu tập của mình, siêng năng sám hối trừ diệt các tội lỗi mà mình đã tạo. Hơn nữa, đối với nền tảng cơ bản nhất của sự tu tập, tức là giới pháp mà mình đã thọ, phải nên khéo léo hộ trì. Lại phải tu tập bốn nhân trợ giúp sự tu tập chỉ quán, đó là:

(1) *Gìn giữ sáu căn*: Khi sáu căn tiếp xúc sáu trần, sinh khởi sáu thức, sáu thức sinh khởi sự nhận thức phân biệt cảnh giới, hoặc vừa ý hoặc không vừa ý, mà từ đó sanh khởi tâm tham, sân, v.v..., lúc đó phải nên khéo léo phòng hộ không cho những phiền não đó phát sinh.

(2) *Sau khi hiểu rõ, thực hành những điều đã học*:

Nhập Bồ Tát Hành Luận nói:

Xin được tóm lược lại,  
Muốn phòng hộ chánh tri,  
Thường cẩn thận quán sát,  
Tình trạng của thân tâm. (Phẩm Năm, kệ 108)

Đang lúc hoàn cảnh chung quanh chuyển biến, hành giả cần phải biết rõ tình trạng của thân tâm mà xúc tiến những sự việc nên làm, hoặc không nên làm.

(3) *Ăn uống vừa đủ*: Thay đổi thói quen ăn uống quá độ, hoặc quá nhiều hoặc quá ít, phải ăn uống chừng mực để khởi phải làm chương ngại sự tu hành. Lại nữa, đối trị thói quen tham ăn, nên dùng tâm không ô nhiễm, tâm muốn làm lợi cho thí chủ, đồng thời tưởng nghĩ đến loài trùng trong thân, muốn dùng thức ăn này để gieo duyên, hầu trong đời vị lai có thể dùng giáo pháp mà nhiếp độ bọn chúng, lại nghĩ tưởng đến việc

làm lợi ích chúng sinh mà thọ dụng thức ăn này. Thân Hữu Thư của ngài Long Thọ nói:

Dùng cơm như uống thuốc,  
Biết đủ, bỏ tham sân,  
Cũng không nên kiêu mạn,  
Chỉ dùng đủ nuôi thân.

(4) *Lúc siêng năng tu tập thiền định và lúc ngủ nghỉ phải như thế nào?* Thân Hữu Thư nói:

Siêng tu lúc ban ngày,  
Đầu đêm và cuối đêm,  
Lúc ngủ không phóng dật,  
Chớ luống uổng một đời.

Ban ngày, đầu đêm và cuối đêm là lúc dụng công tu hành. Ngoài việc chính thức dụng công, những lúc kinh hành, an tọa, v.v..., nên nhớ diệt trừ ngũ cái, làm cho mỗi thời khắc đều được thực sự lợi ích. Đến ngay cả việc ngủ nghỉ, cũng đừng để thời gian luống qua vô ích. Giữ uy nghi trong lúc ngủ, vào khoảng nửa đêm, nằm day mặt bên phải, đùi trái đặt lên đùi phải, dáng như sư tử. Ngày đêm an trụ trong chánh niệm, đem tâm hệ niệm vào pháp môn tu tập mà mình tương ưng nhất, cho đến lúc ngủ nghỉ vẫn phải hệ niệm. Như vậy, tuy ngủ mà vẫn giống như chưa ngủ, cũng có thể tu tập các thiện hạnh như định, v.v... Biết rõ sự hiện khởi của phiền não, nghĩa là y vào sức mạnh của sự ức niệm biết rõ bất cứ loại phiền não nào đang hiện khởi, lúc ấy, không được nhả thọ, mà phải lập tức hàng phục, diệt trừ. Nghĩ đến lúc thức giấc, nghĩa là dự tưởng lúc nào mình sẽ tỉnh giấc.

Như vậy, ngoài những pháp tu bất cộng trong phần Chánh tu ra, các pháp tu tiền hành, chánh hành, kết hành, trung gian hành, v.v..., nhấn đến tất cả hành tướng sở duyên trong pháp tu quán, đều phải như vậy mà hành trì.

## D2. Nói rõ hai loại tu tập phá vọng phân biệt.

Trang Nghiêm Kinh Luân nói: “Thoạt tiên, từ sự nghe pháp (văn) phát khởi sự tư duy đúng lý, từ sự tư duy đúng lý phát sinh trí tuệ thanh tịnh,” nghĩa là lắng nghe pháp nghĩa, tư duy đúng lý những điều đã nghe được, và do sự tu tập mà hiển hiện trí tuệ thông đạt để lý chân thực (tu sở thành tuệ). Hiền Quán Trang Nghiêm Luân cũng nói:

Tùy thuận Quyết Trach Phân,  
Thường đúng lý tư duy,  
Kiến đạo và tu đạo,  
Cùng quán sát tu đạo.

Ở đây muốn nói các thánh giả Đại thừa tu đạo cũng cần phải thường xuyên tư duy, quán sát đúng lý. Tập Bồ Tát Học Luân cũng nói: “Vì lý do này, thân, thọ dụng và phước đức thường tương tục không gián đoạn. Hành giả phải tu tập các pháp xả, hộ, tịnh, trường<sup>11</sup>.” Đây có nghĩa là trong ba phần thân, thọ dụng và phước đức, mỗi phần đều phải tu tập bốn pháp xả, hộ, tịnh, trường. Trong phần tu tập lại có hai phần: (1) dùng trí tuệ phân biệt quán sát để tu quán, (2) dùng sự chuyên nhất không phân biệt để tu chỉ. Hỏi: Nếu vậy, lúc nào tu quán, lúc nào tu chỉ? Đáp: Nếu tu tập tín tâm đối với bậc thiện tri thức, tư duy về ý nghĩa khó được của tâm thân hạ mãn<sup>12</sup>, quán niệm về họa hoạn của sự chết, sự vô thường, sự lưu chuyển, hoặc quán niệm về sự phát Bồ đề tâm, v.v... Đây đều là tu quán. Đại khái, trong giai đoạn này, hành giả cần phải đề khởi một tâm ân trọng có thể chuyển đổi những tư tưởng hằng ngày của mình, nếu không, không thể diệt trừ các tâm sở xấu, như bất

<sup>11</sup> Xả, hộ, tịnh, trường: nghĩa là bố thí, bảo hộ, giữ cho thanh tịnh và khiến cho tăng trưởng.

<sup>12</sup> Hạ mãn: đây là công đức của thân và hoàn cảnh đầy đủ trợ duyên để tu đạo, tạm hiểu là thân và hoàn cảnh được nhân hạ và viên mãn (đầy đủ). Xin xem giải thích chi tiết ở Chương sáu, trang 81-86.

kính, v.v... Trong lúc các tâm như bất kính, v.v..., sinh khởi, nếu như thường xuyên tu tập quán sát phân biệt, ắt có thể không chế phiền não. Giả dụ, thường hay nhớ nghĩ đến hình tướng khả ái của đối tượng mà mình tham muốn thì sẽ tăng trưởng tâm tham mãnh liệt, còn như thường nhớ nghĩ đến hình tướng xấu xa của đối tượng mà mình oán ghét, thì sẽ tăng trưởng tâm sân mãnh liệt. Vì lý do đó, khi tu những pháp này, đối với sắc tướng của cảnh giới, dù hiển hiện hay không, tâm cũng phải dừng mãnh kiên cố, quán sát tu tập. Giả sử tâm không thể an trụ vào một cảnh sở duyên, nếu hành giả muốn cho tâm an trụ, lúc tu các pháp chỉ, v.v..., thường phải quán sát, nếu như tâm không thể an trụ trong các pháp đó, phải nên tu chỉ. Những người không rõ ý nghĩa này thường cho rằng những kẻ lợi căn thì nên tu quán, còn những kẻ độn căn thì nên tu chỉ, đây là điều phi lý. Hai loại người này đều phải tu chỉ và tu quán. Dù là người lợi căn, cũng phải tu các pháp chỉ, quán, v.v...; còn những kẻ độn căn lại càng phải tu tập lòng tin tha thiết đối với bậc thiện tri thức. Lại có người ngộ nhận rằng “dùng phân biệt trí để quán sát, chỉ hạn định trong giai đoạn tu tập văn tuệ và tư tuệ, còn lúc tu tập tu tuệ thì không cần đến”, thì đây là sự cố chấp phi lý. Bọn họ cho rằng tất cả sự phân biệt đều là chấp tướng, chướng ngại cho sự thành Phật. Đây là sự tai hại của việc chưa nhận rõ sự khác biệt của tác ý phi lý và tác ý đúng lý. Tác ý phi lý mới là phân biệt chấp thực, còn tác ý đúng lý chính là phân biệt chánh đáng. Đối với điều này, có người cho rằng: “Nếu muốn tâm như lý an trụ trong một cảnh, phải nên tu tập bất phân biệt định, nếu như trước kia thường tu tập quán sát, thì có thể sẽ chướng ngại cho sự sinh khởi của định.” Đây cũng là một sự cố chấp phi lý. Giống như một người thợ bạc giỏi đem vàng bạc nấu chảy rồi dùng nước để rửa, nhiều lần như thế, sau đó mới đem chúng chế tạo thành đồ trang sức, như vòng, khoen, v.v..., tùy theo ước muốn đều được thành tựu. Tương tự, đối với các phiền não và ác hạnh, như đã nói ở phần trước, phải nên thường xuyên dùng quán tuệ quán sát những họa họa đó, khiến tâm cảm thấy bứt rứt, khởi ý nhàm chán, xa lìa. Điều này tương tự như dùng lửa

đốt sạch các chất cấu nơ. Lại phải thường dùng quán tuệ quán sát công đức của bậc thiện tri thức, ý nghĩa thâm sâu của chữ “hạ mãn”, công đức của Tam bảo, quả báo của những nghiệp lành, cùng sự thù thắng của Bồ đề tâm, v.v... Hơn nữa, thường dùng trí tuệ phân biệt quán sát có thể khiến cho tâm trở nên mát mẻ, dẫn khởi lòng tín kính. Điều này giống như dùng nước tẩy rửa kim khoáng, khiến cho tâm đối với việc thiện, sinh khởi sự ưa thích, truy cầu. Sau khi pháp quán đã thành tựu, thì bất cứ khi nào muốn tu chỉ hoặc tu quán, chỉ cần hơi tác ý, không cần gắng sức nhiều, thì vẫn có thể thành tựu. Thực sự, pháp tu quán này là phương tiện thù thắng để tu Tam ma địa vô phân biệt. Ngài Vô Trước cũng đã nói như vậy. Hơn nữa, hai loại tâm sở hôn trầm và tán loạn là hai duyên chánh làm chướng ngại sự an định của tâm. Nếu như đem tâm dừng mãnh tướng niệm công đức của Tam bảo, thì tâm sẽ phát sinh hoan hỷ, phân chấn. Còn như nếu đem tâm dừng mãnh quán niệm về sự chết, sự vô thường một cách liên tục không gián đoạn, thì sẽ dễ đoạn trừ được tâm trạo cử, bởi vì trạo cử là một phần của tâm tán loạn, được nhiếp bởi tâm tham. Các kinh điển thường ca ngợi tâm yếm ly là phương pháp đối trị chính của tâm trạo cử này.



## 6. Ba loại hành giả

B2. Sau khi y chỉ, thứ tự tu tập như thế nào

C1. Đối với thân hạ mãn hiện đời, khuyên nắm lấy tâm yếu

D1. Nói rõ ý nghĩa hạ mãn

E1. Nói rõ ý nghĩa “nhàn hạ”

E2. Nói rõ ý nghĩa “viên mãn”

D2. Tư duy ý nghĩa quan trọng

D3. Tư duy về sự khó được

C2. Phương pháp nắm lấy tâm yếu như thế nào

D1. Sinh khởi quyết định đối với sự kiến lập tông quát của đạo

E1. Ba con đường đạo bao quát tất cả Thánh giáo

E2. Chỉ rõ hành tướng dẫn đạo thứ tự của ba con đường đạo

F1. Ý nghĩa của sự phải do ba con đường đạo hướng dẫn

F2. Chỉ rõ hành tướng của sự dẫn đạo thứ tự

G1. Nói rõ hành tướng

G2. Nói rõ yếu nghĩa

**B2. Sau khi y chỉ, thứ tự tu tập như thế nào.**

**C1. Đối với thân hạ mãn hiện đời, khuyên nắm lấy tâm yếu.**

**D1. Nói rõ ý nghĩa hạ mãn.**

**E1. Nói rõ ý nghĩa “nhàn hạ”.**

Nhiếp Công Đức Bảo nói: “Do trì giới mà đoạn trừ được sự thác sinh vào nẻo súc sanh thọ khổ, đoạn trừ được bát nạn, và đắc được thân người nhàn hạ.” Bát nạn, tức là (1) nơi không có bốn chúng<sup>13</sup> vắng lai (biên địa), (2) cam, điếc, tàn phế, (3) tà kiến không tin như quả, (4) không có Phật ra đời, không có giáo pháp của Phật. Bốn điều này là nạn trong cõi người. Lại còn ba ác đạo và cõi trời trường thọ là bốn nạn trong cõi không

phải người (phi nhân). Thân Hữu Thụ Chú cho rằng [trời trường thọ] là hai cõi trời Vô tướng và Vô sắc. Cõi trời trước là một phần của trời Quảng Quả ở Tứ thiên, còn cõi trời sau là một dị sinh của trời Vô sắc. Bát Vô Hạ Luân cho rằng cõi trời Dục giới, thường bị lòng tham làm cho tán loạn, cũng được gọi là cõi trời trường thọ.

**E2. Nói rõ về ý nghĩa “viên mãn”.**

(a) *Năm điều tự viên mãn*: (1) được thân người, (2) sinh tại trung quốc, (3) đầy đủ các căn, (4) nghiệp không điên đảo, (5) có lòng tin đối với Phật pháp. Sinh tại trung quốc, nghĩa là sinh vào khu vực có Phật pháp lưu hành; đầy đủ các căn, nghĩa là không bị câm, ngọng, tàn tật, v.v...; nghiệp không điên đảo, nghĩa là tự mình không tạo, mà cũng không dạy người khác tạo nghiệp vô gián; có lòng tin đối với Phật pháp, nghĩa là tin rằng luật tạng là nơi sinh ra tất cả công đức thế gian và xuất thế gian. Ở đây, luật tạng bao hàm cả ba tạng (kinh, luật, luận). Năm điều này thuộc về tự thân cho nên gọi là năm điều tự viên mãn.

(b) *Năm điều tha viên mãn*: (1) Phật ra đời, (2) giảng nói chánh pháp, (3) giáo pháp trụ thế gian, (4) giáo pháp tùy chuyển, (5) được thí chủ hộ trì. *Phật ra đời*, nghĩa là sau ba đại a tăng kỳ kiếp tích tập tư lương, Đức Phật đến cõi Ta bà thị hiện thành Phật. *Giảng nói chánh pháp*, nghĩa là Đức Phật hoặc đệ tử Thanh văn của ngài thuyết pháp. *Giáo pháp trụ thế gian*, nghĩa là sau khi thành Phật liền nói chánh pháp, trước khi nhập Niết bàn, ngài tu các pháp hiện chứng thắng nghĩa. *Giáo pháp tùy chuyển*, nghĩa là Đức Phật dùng pháp mà mình tự chứng giảng dạy cho những chúng sanh có khả năng để họ có thể chứng đắc, Đức Phật tùy căn cơ của chúng sanh mà uyển chuyển giảng pháp. *Được thí chủ hộ trì*, nghĩa là được thí chủ bố thí y phục, ẩm thực, v.v... Năm điều này thuộc về pháp duyên với chúng sanh nên gọi là tha viên mãn.

<sup>13</sup> Bốn chúng là tỳ kheo, tỳ kheo ni, ưu bà tắc và ưu bà di.

## D2. Tư duy ý nghĩa quan trọng.

Trong hiện đời, nếu không phát tâm tu pháp lành lợi ích rõ ràng (thành Phật độ chúng sanh), mà chỉ tu pháp tránh khổ cầu lạc, thì dù được sanh cõi lành, cũng chẳng khác gì loài cầm thú. Thế nhưng hành giả Đại thừa cần phải hội đủ điều kiện là có được thân người kham tu thiện pháp. Đệ Tử Thư nói:

Mong thành Phật đạo độ chúng sanh,  
Chỉ có loài người tâm rộng lớn,  
Trời rồng, tu la, kim xí điều,  
Thần tiên các loài đều không bằng.

Có một số trời cõi Dục, vì còn công đức tu tập sâu dày trong đời quá khứ, cũng có thể đạt đến quả vị Kiến đạo. Thế nhưng, các cõi trời trên (Sắc, Vô sắc), không có vị nào mới phát tâm tu mà chứng được thánh quả. Các vị trời cõi Dục phần lớn đều đam mê trong việc hưởng lạc, thành thử chỉ có thân người là thù thắng nhất trong việc phát tâm tu tập chứng đắc thánh quả. Lại nữa, loài người ở châu Bắc Cu Lô không thể thọ trì giới luật, so ra không bằng loài người ở ba châu kia; mà trong ba châu này, loài người ở châu Nam Thiệm Bộ lại càng đáng khen ngợi. Bởi vậy, phải nên nhớ rằng chúng ta nay đã được tấm thân quý báu này, tại sao lại không tu tập để chứng thánh quả? Nếu không chứng đắc thánh quả, đây là tự khinh miệt, ruồng rẫy chính mình. Như vậy, còn có điều nào đáng hổ thẹn hơn không? Trong quá khứ bị đọa lạc, trôi lăn trong nẻo ác, đời này may được thoát ra một lần, nếu như không chịu tu hành, bỏ mặc cho thân này tiếp tục đọa lạc tam đồ, có phải là mình đã bị bùa chú làm cho mê hoặc mà thành vô tâm hay chẳng? Bởi vậy chúng ta phải nên siêng năng tu tập không ngừng. Nhập Bồ Tát Hành Luận nói:

Nay đã được thân người,  
Nếu không chịu tu thiện,  
Tự khinh không gì hơn,

Ngu si không ai bằng! (Phẩm Bốn, kệ 23)

Lại nói:

Tấm thân lợi ích này,  
Khó được nay đã được,  
Lại thêm đủ trí tuệ,  
Nếu lại đọa địa ngục,  
Chắc là bị bùa chú,  
Làm tâm con mê hoặc,  
Ai làm con thác loạn,  
Quái nào trong tâm này? (Phẩm Bốn, kệ 26-27)

Không những quán sát thân này rõ ràng quan trọng như vậy, mà còn quán sát nhân duyên thân này được thọ dụng quyền thuộc viên mãn; nếu dùng thân này để tu tập các pháp Bồ thí, trì giới, nhẫn nhục, v.v..., ắt sẽ dễ thành tựu. Sau khi quán sát như thế, nếu như không chịu ngay đêm nỗ lực tu tập pháp lành giải thoát cho hai đời hiện tại và vị lai thì quả thật đáng tiếc, giống như người đến kho tàng châu báu mà rút cuộc trở về tay không.

## D3. Tư duy về sự khó được.

Giới Kinh nói: “Thân người này, sau khi chết đi, đầu thai vào ác đạo nhiều như đất trên địa cầu, còn đầu thai vào cõi lành thì ít như đất trên đầu móng tay.” Điều này muốn nói rằng trong nẻo luân hồi, sanh được thân người là điều cực kỳ hiếm có. Tại sao thân người khó được như vậy? Tứ Bách Tung nói: “Trong cõi người, đa số đều làm ác, cho nên phần lớn chắc chắn bị đọa vào nẻo ác.” Loài người phần lớn vì tạo mười điều ác cho nên bị đọa vào nẻo ác. Lại nữa, nếu người nào khởi tâm sân hận đối với Bồ tát, cứ mỗi sát na sân hận sẽ bị đọa vào địa ngục Vô gián một kiếp. Tấm thân này đã từ lâu gây tạo bao nhiêu tội chướng, mà vẫn chưa thọ quả báo, lại cũng chưa tìm được phương cách diệt trừ phiền não, ắt phải đọa vào ác đạo nhận

chịu khổ báo trong nhiều kiếp. Nếu có thể sám hối trừ diệt những nghiệp ác đã tạo, không tiếp tục làm ác, thì trong những đời sau được sanh về cõi lành sẽ không khó khăn gì. Thế nhưng những người làm được điều này cũng thật là hiếm có. Còn nếu không làm những điều này, thì một khi bị đọa vào ác đạo, không những không thể làm thiện mà còn thường làm những điều ác; và trong nhiều kiếp, ngay cả tên của cõi lành cũng không được nghe. Điều này Nhập Bồ Tát Hành Luân cũng đã đề cập đến.

Ngài Bác Đóa Ngõa nói: “Xưa tại một xứ, có một thành quách tráng lệ tên Ma Khước Khạ bị bọn cướp chiếm cứ, lâu ngày trở nên điêu tàn. Một cụ già trong vùng nghe tin ấy cảm thấy rất bi thương. Một thời gian sau, nghe tin bọn cướp đã bị tảo trừ, cụ cảm thấy vui mừng hơn hờ, tuy tuổi già sức yếu, cũng cố gắng chống gậy lần mò đến xem, lòng hân hoan nói: “Hôm nay lây lại được Ma Khước Khạ, đây có phải là giấc mộng hay chăng?” Chúng ta nay được thân người tốt đẹp như vậy, cũng phải nên như cụ già ấy, sanh tâm vui mừng mà tinh tiến tu hành, còn nếu chưa sanh khởi được tâm cầu tu học thì phải nên trui luyện khiến cho phát sanh. Hơn nữa, nếu muốn sanh khởi một niệm cầu thọ tâm yếu đầy đủ phải tư duy bốn pháp: 1) cần phải tu pháp: suy ngẫm tất cả chúng sanh chỉ mong được vui thoát khổ, thế nhưng, muốn thực sự làm được điều này chỉ có tu hành chánh pháp mới được toại nguyện; 2) mình có thể tu: nếu đầy đủ ngoại duyên, gặp được thiện tri thức, lại đầy đủ nội duyên, đã được thân người đầy đủ; 3) trong đời này cần phải tu: đời này nếu không tu, đời sau khó sanh trở lại làm người; 4) phải tu ngay trong lúc này: vì không biết lúc nào sẽ chết. Trong đây, điều thứ ba là diệt trừ sự giải đãi cho rằng trong đời sau sẽ tiếp tục tu hành; điều thứ tư là diệt trừ sự giải đãi cho rằng tương lai vẫn còn thời gian để tu. Nếu đem hai điều ba và bốn phân làm ba pháp cũng được. Còn việc quán sự chết tuy cũng có quan hệ ở đây, nhưng e phiền toái nên không đề cập. Phần sau sẽ bàn đến.

Như vậy, nếu muốn chuyển đổi tâm mình, phải dùng nhiều phương cách để suy ngẫm. Nếu vẫn chưa chuyển đổi được, thì phải nên quán sát tự tánh của thân người tốt đẹp này, cùng quán sát những ý nghĩa lợi ích to lớn của nó. Lại từ pháp môn “nhân quả”, tư duy về sự khó được, rồi tùy pháp môn thích nghi mà tu tập. Pháp môn “nhân” về sự khó được là nói tổng quát rằng muốn sanh về cõi lành cần phải giữ gìn giới luật, còn như muốn được thân người hoàn hảo, ngoài việc dùng sự giữ giới làm căn bản, cần phải dùng sự bố thí, v.v..., làm trợ duyên, lại còn phải phát nguyện thanh tịnh để kết hợp những thiện căn đó lại với nhau. Nhưng tu được như vậy cũng rất hiếm có. Sự thực rõ ràng như thế, do sự quán sát mà biết rằng muốn được thân người quả thật là khó khăn. Pháp môn “quả” về sự khó được là quán sát chúng sanh trong những nẻo ác thì sẽ biết rằng sanh về cõi lành đã hiếm, huống chi lại được thân người hoàn hảo thì lại càng hiếm hơn. Ngài Đa Ba nói: “Nếu tu tập pháp môn này một cách siêng năng, thì các pháp khác đều do pháp này sanh ra.” Cho nên phải cố gắng nỗ lực tu hành.

## **C2. Phương pháp nắm lấy tâm yếu như thế nào.**

### **D1. Sanh khởi quyết định đối với sự kiến lập tổng quát của Đạo.**

#### **E1. Ba con đường Đạo bao quát tất cả thánh giáo.**

Tất cả chư Phật từ khi mới phát tâm, khoảng giữa tích tập tư lương, cho đến lúc cuối chứng đắc quả vị Chánh biến tri giác, đều là vì lợi ích chúng sanh. Các ngài thuyết pháp cũng đều là muốn thành tựu sự lợi lạc cho tất cả hữu tình. Những việc lợi ích chúng sanh được phân làm hai loại tức là các pháp thượng thiện thế gian hiện tiền tương đối và các pháp thượng thiện xuất thế gian cứu cánh quyết định. Loại thứ nhất (hiện tiền tương đối thiện) bao gồm hai hạng là chánh hạ sĩ và cộng hạ sĩ. Điểm đặc biệt của hạng hạ sĩ là không tìm cầu sự an lạc đời này

mà là tu tập nhân duyên để đời sau được hưởng quả báo tốt đẹp ở cõi trời cõi người. Bồ Đề Đạo Đăng Luân nói:

Nếu tu tập phương tiện,  
Mong quả vui trời người,  
Vì chỉ cầu tự lợi,  
Đó là bậc hạ sĩ.

Loại thứ hai (Cứu cánh quyết định thiện) có hai hạng: (1) tu tập cầu giải thoát sinh tử (thành A la hán, Bích chi phật), (2) tu tập cầu nhất thiết chủng trí (thành Phật). (1) Ở đây căn cứ vào hai thừa Thanh văn và Độc giác, bao gồm hai hạng chánh trung sĩ và cộng trung sĩ. Bậc trung sĩ là những hành giả khởi tâm nhằm chán tất cả những cảnh giới hữu vi, chuyên cầu tự lợi, chuyên tâm tu tập giới định tuệ, mong cầu giải thoát sinh tử. Bồ Đề Đạo Đăng Luân nói:

Nhàm chán cõi sinh tử,  
Tu tập các công đức,  
Cầu tự chứng Niết bàn,  
Đó là bậc trung sĩ.

(2) Tu tập cầu nhất thiết chủng trí, cũng có hai hạng là Ba la mật Đại thừa và Kim cang thừa. Hai hạng này được bao gồm trong bậc thượng sĩ. Bậc thượng sĩ là những hành giả dùng tâm đại bi, mong cầu cứu độ tất cả hữu tình, mong cầu thành tựu quả vị Phật đà, và dùng Lục độ vạn hạnh làm phương tiện tu tập. Bồ Đề Đạo Đăng Luân nói:

Từ sự khổ của mình,  
Hiều nỗi khổ chúng sinh,  
Mong diệt tất cả khổ,  
Đó là bậc thượng sĩ.

Phần dưới sẽ nói về phương tiện tu tập của Hiền giáo (Ba la mật Đại thừa) và Mật giáo (Kim cang thừa). Tên gọi của ba bậc thượng trung hạ sĩ, trong Nhiếp Quyết Trach Phân, Câu Xá Luân, v.v..., đều có nói rõ. Bậc hạ sĩ tuy có hai hạng khác nhau là cầu quả báo hiện đời và cầu quả báo đời sau, nhưng ở đây chúng ta chỉ bàn đến hạng thứ hai, và đặc biệt chỉ đề cập đến những hành giả tu tập pháp thiện chính đáng.

## **E2. Chỉ rõ hành tướng dẫn đạo thứ tự của ba con đường đạo.**

### **F1. Ý nghĩa của sự phải do ba đường đạo hướng dẫn.**

Tuy nói có ba bậc thượng, trung, hạ sĩ, nhưng con đường tu tập của bậc thượng sĩ bao hàm hai bậc trung, hạ sĩ, bởi vì sự tu tập của hai bậc trung, hạ sĩ là một phần của con đường tu tập Đại thừa. Đây là điều mà Bồ tát Mã Minh đã từng đề cập đến. Thế nhưng, ở đây không có nghĩa là Đại thừa chỉ hướng dẫn bậc hạ sĩ chuyên tu quả báo khoái lạc thế gian, hoặc chỉ hướng dẫn bậc trung sĩ chuyên cầu thoát ly khỏi sự ràng buộc thế gian, mà là hướng dẫn hai bậc này tu tập pháp sơ khởi làm nền tảng cho sự tu tập Đại thừa, cho nên gọi con đường đạo của hai bậc trung, hạ sĩ là một phần của con đường tu tập của bậc thượng sĩ.

## **F2. Nêu rõ hành tướng của sự dẫn đạo thứ tự.**

### **G1. Nêu rõ hành tướng.**

Ngưỡng cửa bước vào Đại thừa là sự phát Bồ đề tâm Vô thượng. Nếu phát được tâm này, như Nhập Bồ Tát Hành Luân nói:

Kê tù ngục sinh tử  
Nếu phát Bồ đề tâm  
Tức khắc tên Phật tử (Phẩm Một, kệ 9)

Hành giả vừa phát tâm Bồ đề thì liền được gọi là Bồ tát (Phật tử), và lập tức được gia nhập vào hàng ngũ hành giả Đại thừa. Nếu thoái thất tâm Bồ đề sẽ không còn được gọi là Bồ tát, vì vậy những hành giả muốn gia nhập hàng ngũ Đại thừa, phải nên dùng nhiều phương tiện tu tập phát khởi tâm Bồ đề. Thế nhưng, muốn phát khởi tâm này thì trước tiên phải tu tập phát tâm làm lợi ích, hăng hái thực hiện sự lợi ích, và hơn nữa, cũng phải thực hành đầy đủ bảy hạnh nguyện Phổ Hiền và thọ trì pháp quy y. Tập Bồ Tát Học Luân và Nhập Bồ Tát Hành Luân đều đề cập đến điều này. Nói về sự lợi ích, có hai loại là sự lợi ích tạm thời và sự lợi ích cứu cánh. (1) Sự lợi ích tạm thời chia làm hai loại là (a) không bị đọa ác đạo và (b) được sinh về cõi lành. Nếu phát tâm Bồ đề, thì những nghiệp ác đã tích tập trong đời quá khứ đều được diệt trừ, lại còn đoạn trừ sự tương tục của những nghiệp ác này trong đời vị lai. Hơn nữa, những nghiệp lành đời quá khứ, do sự chấp trì của tâm Bồ đề, được tăng trưởng rộng lớn, còn các nghiệp lành vừa tạo tác cũng được duy trì miên viễn đến cùng tận đời vị lai. (2) Sự lợi ích cứu cánh, chia làm hai loại là (a) giải thoát khỏi sinh tử và (b) thành tựu Phật quả, cũng y cứ vào tâm Bồ đề mà được thành tựu nhanh chóng. Nếu trước tiên không chịu nỗ lực thành tựu sự lợi ích tạm thời và lợi ích cứu cánh mà chỉ cho rằng những sự lợi ích đều từ tâm Bồ đề phát sinh và phải nên cố gắng phát khởi tâm Bồ đề, thì đây cũng là lời nói không thực tế. Nếu chịu khó nhận xét thì sẽ thấy rõ điều này. Hành giả phải nên sanh khởi tâm mong cầu thành tựu hai sự lợi ích tạm thời và cứu cánh. Khi tu tập thành tựu tâm mong cầu hai sự lợi ích này, nên tu tập thêm tâm từ và tâm bi là pháp căn bản cho tâm mong cầu. Nếu như nghĩ đến sự khổ bức của chính mình thì dừng dừng (không chịu cầu thoát khổ), nhưng lại cho rằng mình không thể nhẫn chịu nỗi khổ của người khác (cầu thoát khổ cho người khác), thì đây quả là điều phi lý. Nhập Bồ Tát Hành Luân nói:

Bọn họ chưa từng nghĩ,  
Giải thoát cho chính mình,

Huống khởi tâm lợi ích,  
Giải thoát cho chúng sinh. (Phẩm Một, kệ 24)

Lúc tu tập bậc hạ sĩ, phải nên quán tưởng tự thân đang bị sự khổ bức trong ba đường ác; lúc tu tập bậc trung sĩ, phải nên quán tưởng các cõi lành (trời người) cũng chỉ là khổ, không có sự vui tịch diệt (Niết bàn). Sau khi quán tưởng sự khổ, tư duy những người thân thuộc cùng tất cả chúng sinh cũng đang bị khổ bức mà phát tâm tu tập, và như vậy, sẽ phát khởi được tâm từ bi, và từ đây phát khởi tâm Bồ đề. Điều này chứng tỏ pháp tu chung với hai bậc hạ sĩ và trung sĩ là phương tiện dẫn phát tâm Bồ đề chân thực. Các bậc sư trưởng có bốn phận phải giảng rõ pháp tu tập của hai bậc hạ sĩ và trung sĩ là phương tiện dẫn phát Bồ đề tâm, và hàng đệ tử cũng phải sinh khởi sự quyết định đối với những điều giảng dạy này. Mỗi khi tu tập, phải nên nhớ nghĩ đến những ý nghĩa vừa nêu trên mà gắng sức dụng công. Đây là điều vô cùng quan trọng. Nếu không, pháp tu của bậc thượng sĩ sẽ không có sự tương quan với pháp tu của hai bậc hạ sĩ và trung sĩ. Trên lộ trình tiến tu, vì tâm Bồ đề chưa được vững chãi, đối với pháp tu của bậc thượng sĩ, hoặc bị chướng ngại trong sự phát tâm, hoặc bị mất mát nhiều nghĩa lợi rộng lớn. Vì vậy, hành giả đối với sự kiện này phải nên đặc biệt chú ý.

Khi tu tập, phải phát tâm Bồ đề chân thật. Vì muốn tâm Bồ đề kiên cố, trước hết, dùng pháp quy y Đại thừa làm nền tảng để thọ nghi quỹ phát tâm Bồ đề. Sau khi thọ xong, nên bắt đầu tu tập các học xứ của Bồ tát. Kế đến, phải phát tâm mong cầu tu tập Sáu ba la mật, tứ nhiếp. Sau khi phát tâm mong cầu, kế đến phải thọ trì giới tướng thanh tịnh của Bồ tát. Đối với các giới trọng căn bản phải hết sức giữ gìn không cho vi phạm. Ngay cả những phiền não bậc trung, bậc hạ và các giới khinh (nhẹ), cũng phải cố gắng không được vi phạm. Giả như lỡ phạm, phải nên y theo những nghi quỹ sám hối để trừ diệt tội chướng khiến cho thanh tịnh, sau đó tu tập sáu pháp Ba la mật.

Đặc biệt vì muốn tâm có thể khéo an trụ vào cảnh giới tu tập cho nên phải tu tập pháp thiền chỉ (samatha). Bồ Đề Đạo Đăng Luận cho rằng nếu vì muốn được thần thông nên tu pháp thiền chỉ, thì đó chỉ là một phần nhỏ công năng của sự tu tập pháp thiền này, giống như ngài Atisha cũng đã cho rằng muốn dẫn phát pháp quán thù thắng cũng phải nên tu tập pháp thiền chỉ. Kế đến, vì muốn đoạn trừ sự trói buộc của ngã chấp và pháp chấp, sau khi đã hiểu rõ ý nghĩa Tánh không, nên tu tập một pháp quán thù thắng (tuệ thể thắng quán). Như thế, ngoài trừ pháp tu chỉ quán, từ sự hành trì giới học trở xuống đều là giới học, còn xa ma tha (thiền chỉ) là tâm học, và tỳ bát xá na (thiền quán) là tuệ học. Điều này trong Bồ Đề Đạo Đăng Luận đã nói rõ.

Hơn nữa, từ xa ma tha trở xuống là phần phương tiện và tư lương phước đức, y vào thể tục đế, thứ lớp của con đường rộng lớn (quảng hành); còn ba loại trí tuệ thù thắng là phần bát nhã và tư lương trí tuệ, y vào thắng nghĩa đế, thứ lớp của con đường thâm sâu (thâm quán). Hành giả đối với thứ lớp tu học phải nên sanh khởi tâm quyết định, bởi vì nếu phé bỏ một trong hai phần (trí tuệ hoặc phương tiện) thì không thể chứng thành Vô thượng Bồ đề. Sau khi dùng con đường chung để tu tập, hành giả nên chuyển qua tu tập Mật thừa để mau thành tựu tư lương phước đức trí tuệ. Giả như đối với Mật thừa chưa thể tu tập, hoặc căn cơ chưa thích hợp, thì nên tu tập theo con đường Đại thừa Ba la mật, dần dần đạt đến quả vị rộng lớn. Còn những hành giả muốn tu tập Kim cang thừa (Mật thừa) đều phải nên trình trọng y chỉ vào pháp của các bậc thiện tri thức. Sau khi thọ pháp quán danh của các Mật bộ khiến thân tâm thanh tịnh, đối với Mật giới và Tam muội da phải nên tận lực hộ trì, đặc biệt không nên vi phạm các điều tội căn bản. Trên nguyên tắc, tuy có thể thọ giới lại, nhưng nếu hủy hoại giới thân, thì công đức cũng khó mà sinh trưởng. Đối với các điều tội nhẹ cũng chớ nên vi phạm, giả như có lỗi vi phạm, cũng không nên tùy tiện phớt lờ. Phải nên sám hối trừ diệt tội chướng khiến cho thanh tịnh.

Sau đó, đối với pháp *Hữu tướng Du già* bậc thấp, hoặc pháp *Sinh khởi Du già* bậc cao, tùy theo sở thích mà tu tập. Kế đến, đối với pháp *Vô tướng Du già* bậc thấp, hoặc pháp *Mãn thứ Du già* bậc cao, tùy theo sở thích mà tu tập. Những pháp tu thứ tự này, trong Bồ Đề Đạo Đăng Luận có đề cập, vì vậy quyền Bồ Đề Đạo Thứ Đệ này cũng theo đó mà dẫn đạo hành giả.

## G2. Nói rõ yếu nghĩa.

Hỏi: Nếu các pháp tu của hai bậc hạ sĩ và trung sĩ là tiền phương tiện của pháp tu của bậc thượng sĩ, thì chúng cũng là những tầng bậc đầu tiên của pháp tu này, tại sao lại còn đặt tên “tầng bậc tu tập chung với hai bậc hạ sĩ và trung sĩ”?

Đáp: Lý do dẫn đạo ba bậc thượng trung hạ riêng biệt có hai ý nghĩa quan trọng. Thứ nhất là muốn chiết phục những hành giả chưa hiểu rõ hai bậc hạ sĩ và trung sĩ là pháp tu chung, đã vội sinh tâm ngạo mạn cho rằng mình là bậc thượng sĩ (mà xem thường hai bậc kia), thứ hai là muốn làm lợi ích lớn cho cả ba loại căn cơ. Lợi ích lớn, nghĩa là hai bậc trung sĩ và thượng sĩ cũng cần thác sanh về cõi lành, cho nên đối với hai loại hành giả này, phải đem những ý nguyện bậc trung hạ khiến cho họ tu tập. Điều này không phải sai lầm, mà còn tăng trưởng công đức cho họ. Những hành giả căn cơ thấp, tuy tu tập pháp bậc thượng cũng chưa chắc phát sinh ý nguyện bậc thượng; nhưng nếu họ bỏ phé pháp tu bậc hạ, thì họ sẽ mất hết những công đức tu tập của ba bậc. Hơn nữa, đối với hành giả căn cơ cao, chỉ cho họ con đường chung của ba bậc để họ tu tập, thì đối với những công đức phải tu tập, nếu đã phát sinh thì sẽ giữ gìn không mất, nếu chưa phát sinh thì cũng sẽ phát sinh nhanh chóng, từ thấp lên cao, mà sự tu tập của họ cũng không bị trễ nải. Tổng Trì Tư Tai Vương Sở Vấn Kinh đã dùng trường hợp ngài Hiệt Tuệ Bảo tu tập pháp Tịnh Ma Ni Bảo làm thí dụ điển hình để chỉ bảo người phát tâm tu tập theo thứ tự này. Ngài Long Thọ cũng từng nói:

## 6. Ba loại hành giả

Trước tu pháp tăng thượng,  
Sau phát quyết định thắng,  
Vì đã được tăng thượng,  
Nên được quyết định thắng.

Điều này muốn nói hành giả nên theo thứ tự mà tu tập các pháp công đức thế gian và xuất thế gian. Ngài Vô Trước cũng nói: “Bồ tát đối với các chúng sinh, trước tiên phải quán sát căn cơ của họ, đối với chúng sinh căn cơ thấp, đem những pháp môn dễ hiểu giảng dạy cho họ, đối với chúng sinh căn cơ vừa, đem những pháp môn trung bình giảng dạy cho họ, đối với chúng sinh căn cơ cao, đem những pháp môn thâm sâu giảng dạy cho họ. Khiến cho tất cả đều theo thứ lớp mà tu tập pháp lành. Đây gọi là Bồ tát tùy theo trình độ mà làm lợi ích chúng sinh.” Ngài Đề Bà, trong Nhiếp Hành Cự Luận, cũng thành lập thứ tự tu tập, trước tiên tu tập Đại thừa Ba la mật, sau đó chuyển sang tu tập Mật thừa. Kệ nói:

Các hành giả sơ cơ,  
Muốn tu pháp thâm sâu,  
Phật giảng nói phương tiện,  
Tuần tự mà tu học.

## 7. Quán tưởng sự chết

D2. Nói rõ phương tiện thọ trì tâm yếu

E1. Thứ tự tu tâm chung với bậc hạ sĩ

F1. Ý muốn tu tập hạ sĩ đạo

G1. Phát sinh lòng mong muốn quả báo đời sau

H1. Tư duy đời này không thể sống lâu, khởi tâm quán tưởng sự chết

I1. Họa hoạn của sự không tu quán tưởng sự chết

I2. Lợi ích của sự tu tập quán tưởng sự chết

I3. Phát tâm quán tưởng sự chết như thế nào

I4. Tu tập pháp quán tưởng sự chết

J1. Tư duy về sự nhất định sẽ chết

K1. Tư duy chết nhất định sẽ đến, không cách nào ngăn cản

K2. Tư duy tuổi thọ không tăng, nhưng có thể giảm bất cứ lúc nào

K3. Tư duy tuy hiện còn sống, lại không có thời gian tu tập, mà sự chết thì nhất định sẽ đến

J2. Tư duy không biết chết lúc nào

K1. Tư duy người Nam thiêm bộ châu, tuổi thọ không nhất định

K2. Tư duy nhân duyên bị chết nhiều, nhân duyên được sống ít

K3. Tư duy thân mạng rất dễ bị nguy hiểm, không biết chết lúc

nào

J3. Tư duy lúc chết, ngoài Phật pháp ra, tất cả đều vô ích

**D2. Nói rõ phương tiện thọ trì tâm yếu.**

**E1. Thứ tự tu tâm chung với bậc hạ sĩ.**

**F1. Ý muốn tu tập hạ sĩ đạo.**

**G1. Phát sinh lòng mong muốn quả báo đời sau.**

**H1. Tư duy đời này không thể sống lâu, khởi tâm quán tưởng sự chết.**

**I1. Họa hoạn của sự không tu quán tưởng sự chết.**

Tất cả chúng sinh, tuy ai cũng biết cuối cùng mình cũng sẽ chết, thế nhưng trong những sinh hoạt hàng ngày, niệm niệm đều nghĩ rằng hôm nay mình không chết, ngày nào cũng nghĩ như vậy, rốt cuộc trong mỗi tâm niệm đều nghĩ rằng mình không chết. Nếu như không chịu tác ý đối trị, sẽ bị vọng tưởng “không chết” làm chướng ngại, chung quy cũng sẽ nghĩ rằng mình không chết, rồi tùy theo đó khởi lên ảo tưởng là mọi sự việc trước mắt đều cần thiết, bèn miệt mài tìm cầu sự khoái lạc, lo toan trốn tránh sự đau khổ hiện đời, mà không chịu để tâm quán sát những việc quan trọng đời sau như sanh về cõi lành, hoặc giải thoát, thành Phật, tâm không tha thiết với đạo. Hoặc giả, tuy cũng tu tập văn tự tu, nhưng vì quá chú trọng đến hiện đời, cho nên làm bất cứ điều thiện nào cũng đều yếu ớt, miễn cưỡng, hơn nữa, lại còn tạo tác những nghiệp ác. Những người không tạo tác nhân duyên đọa ác đọa quả thật quá ít. Giả như có nghĩ tưởng đến đời sau mà muốn gắng sức tu hành, lại bị sự lười biếng, ngủ nghỉ, hôn trầm, huyên não, ăn uống, v.v..., làm cho tiêu hao ngày tháng, không thể siêng năng tu tập đúng pháp. Không chỉ như thế, vì muốn cầu thỏa mãn sự khoái lạc hiện đời mà phiền não và các nghiệp ác ngày càng gia tăng, chông báng chánh pháp của Phật, đọa vào ác đạo. Có gì ác hơn là sự bất thiện (không quán tưởng sự chết) này hay chăng? Tứ Bách Luận Tung nói:

Thần chết trong ba cõi,  
Thường đến đoạt thân mạng,  
Vậy mà còn ngủ nghỉ,  
Thật không gì ngu hơn.

**I2. Lợi ích của sự tu tập quán tưởng sự chết.**

Nếu có thể chân thật quán tưởng sự chết, biết chắc hôm nay hoặc ngày mai mình sẽ chết, thì ngay những người ít hiểu biết Phật pháp cũng có thể nhận thức được rằng mình không thể



sống chung lâu dài với những người thân thuộc, bèn có thể giảm thiểu tâm tham luyến đối với họ, đồng thời có thể phát tâm tu tập các pháp bố thí, v.v... Hơn nữa, họ cũng có thể nhận thức rằng những sự lợi dưỡng, cung kính của thế gian đều không bền chắc, do đây có thể ngăn chặn nghiệp ác, tu tập các nghiệp thiện như quy y, v.v... Còn những hành giả đã đạt được trình độ thù thắng có thể hướng dẫn những chúng sinh khác tu tập pháp lành. Trên thế gian còn có những sự việc nào quan trọng hơn những điều này?

Các kinh điển đối với pháp tu quán tưởng sự chết cũng đã nêu lên nhiều ví dụ để tán thán. Như Đại Niết bàn Kinh nói: “Trong các công tác nông nghiệp, gặt hái vào mùa thu là tốt hơn hết; trong các dấu chân loài vật, dấu chân voi là to hơn hết; trong các sự quán tưởng, quán tưởng về vô thường và sự chết là thù thắng hơn hết.” Bởi vì sự quán tưởng này có thể trừ khử sự tham luyến, vô minh, ngã mạn, v.v... Các kinh điển lại còn dùng các ví dụ mô tả quán tưởng sự chết là chày đập nát tất cả phiền não ác nghiệp, là con đường giúp cho mau thành tựu tất cả sự thiện diệu, v.v..., để tán thán công đức của pháp quán này. Tóm lại, chỉ có cơ may sinh được thân người thù thắng như vậy mới có cơ hội tu hành. Chúng ta từ nhiều kiếp đến nay thường sống trong ba đường ác, tuy đôi lúc may mắn được thân người, nhưng phần lớn đều bận rộn sinh kế, không biết pháp tu. Giả như, có lúc được thân người có khả năng tu hành, nhưng lại không tu tập đúng pháp. Đây đều là do vọng tưởng “không chết” này gây ra. Tâm chấp vào sự không chết là sự tổn hoại cho tất cả công đức, còn việc quán tưởng sự chết là ngưỡng cửa cho tất cả sự thành tựu viên mãn. Bởi thế, không nên cho rằng pháp tu này chỉ dành cho những hành giả chưa tìm được pháp tu thâm sâu nào khác, hoặc tuy cho rằng đây là pháp phải tu, nhưng chỉ là pháp sơ khởi, tạm thời tu tập, không phải là pháp tu thường xuyên. Hành giả phải quán sát đây là pháp tu cho tất cả mọi căn cơ, và sau đó nên sinh khởi quyết định tu tập.

### **I3. Phát tâm quán tưởng sự chết như thế nào.**

Nếu quán tưởng người thân chết, rồi sinh tâm lo sợ, thì đây chỉ là tâm lý của người thường. Ở đây không dạy pháp quán như vậy. Phải quán tưởng thế nào? Phải quán tưởng rằng thân tứ đại do nghiệp lực tạo thành này chung quy cũng phải chết. Chỉ cần đối với sự kiện đó sinh tâm lo sợ, và hơn nữa, lúc nào cũng phải ưu tư về điều này. Lại còn phải quán tưởng rằng những nhân duyên đọa ác đạo chưa được trừ diệt, những nhân duyên thiện nghiệp chưa kịp tu tập. Nếu chịu khó quán sát như vậy, thì khi lâm chung sẽ không cảm thấy sợ hãi. Nếu như không chịu tu pháp này, chung quy sẽ bị trôi lăn trong luân hồi không thể giải thoát, lại còn có thể bị đọa vào ba đường ác, và như thế đến lúc lâm chung chỉ còn biết hối hận sợ hãi mà thôi.

### **I4. Tu tập pháp quán tưởng sự chết.**

#### **J1. Tư duy về sự nhất định sẽ chết.**

##### **K1. Tư duy sự chết nhất định sẽ đến, không cách nào ngăn cản.**

Vô Thường Tập nói: “Bất luận thọ thân loài nào, ở đâu, vào lúc nào, cũng đều bị tử thần đến bắt.” Giáo Thọ Quốc Vương Kinh cũng nói: “Khi tử thần đến bắt, dù có cao bay muôn trượng, hoặc có nhiều tiền của thế lực, hoặc dùng bùa chú, thần dược đều không thể thoát khỏi.” Ngài Ca Mã Ba nói: “Hiện tại cần phải sợ chết, đến lúc chết thì không còn lo sợ.” Chúng ta thì ngược lại, hiện tại không sợ chết, đến lúc chết thì kinh hoàng thất thố.

##### **K2. Tư duy tuổi thọ không tăng, nhưng có thể giảm bất cứ lúc nào.**

Nhập Thai Kinh nói: “Ít có người thọ đến trăm tuổi, mà giả như có thọ đến trăm tuổi chẳng nữa, trong khoảng thời gian

đó, từng năm, từng tháng, từng ngày, từng giờ, từng phút, tuổi thọ đang giảm dần, mạng sống đang đi dần đến chỗ chết. Mỗi khi nghĩ đến, thời gian trôi qua đã nhiều, thời gian còn lại không bao nhiêu, không những không tăng thêm, mà còn đang giảm bớt một cách liên tục.” Nhập Bồ Tát Hành Luận nói:

Ngày tháng không chờ mong,  
Tuổi xanh như bụi hồng,  
Thời gian thân tàn lụi,  
Đời rồi sẽ là không. (Phẩm Hai, kệ 39)

Giống như thợ dệt vải (cuộn chỉ ngắn dần), lại giống như con thú đang bị dẫn đến lò sát sinh, mỗi bước đều đến gần sự chết, không được tự tại. Hành giả phải từ những ví dụ vừa nêu trên mà tư duy quán sát. Đại Hý Lạc Kinh nói:

Ba cõi vô thường như mây thu,  
Sinh tử giống như một màn kịch,  
Chúng sinh lao xao như điện xẹt.

Hành giả nên từ những phương tiện khác nhau, thường tư duy quán sát như vậy để sinh khởi quyết định, nếu chỉ tu sơ sài vài lần, ắt khó đạt được kết quả. Ngài Ca Mã Ba nói: “Bạn nói đã quán sát nhưng tâm sợ chết không sinh khởi, bạn đã tu pháp quán tưởng sự chết vào lúc nào, ban ngày thì tâm tưởng tán loạn, ban đêm thì ngủ như cây chết, xin bạn chớ buông lơi gian dối.”

Chúng ta không cần phải đợi đến chết mới bị thần chết hủy diệt, và đầu thai qua đời sau, mà ngay trong hiện tại, thọ mạng cũng không hề tạm dừng. Nói tóm, từ lúc vào thai mẹ đến nay, chưa có giây phút nào mà không đi dần vào đời sau, chưa hề ngừng nghỉ. Trong mỗi phút giây, chúng ta đang bị lão, bệnh kéo dần đến chỗ chết, cho nên trong lúc đang sống, chớ nên nghĩ rằng mình thọ mạng dài lâu mà sinh tâm hoan hỷ. Ví như

từ trên cao rơi xuống, đang khi còn giữa lừng không, không thể nào hoan hỷ. Tứ Bách Tung Chú nói:

Từ lúc vào trụ trong thai mẹ,  
Cuộc đời ta từ đó bắt đầu,  
Liên miên ngày tháng chóng trôi qua,  
Đến chỗ chết không ngừng nghỉ.

**K3. Tư duy tuy hiện còn sống, không có thời gian tu tập, mà sự chết nhất định sẽ đến.**

Giả như có sống đến trăm năm, cũng chưa chắc có thời gian rảnh rỗi tu hành. Nhập Thai Kinh nói: “Lúc còn nhỏ, chưa biết tu hành, khi tuổi già, không còn sức để tu hành. Lúc còn tráng kiện, thì bị sự ngủ nghỉ làm hao phí hết phân nửa thời gian, bị bệnh hoạn làm tiêu hao nhiều ngày tháng, chỉ còn lại rất ít thời gian để tu hành.” Hành giả nên quán tưởng tất cả hạnh phúc trên đời đều như giấc mộng, đến lúc lâm chung, tất cả đều cũng chỉ là ảo ảnh. Thân chết nhất định sẽ đến, thì tại sao lại để cái tâm ham muốn mê hoặc mình, đối với cuộc đời vẫn còn tham luyến. Bổn Sinh Kinh nói:

Ô hay đời vô thường,  
Không bền, không an lạc,  
Buổi yến tiệc đêm nay,  
Cũng sẽ thành hoài niệm.

**J2. Tư duy không biết chết lúc nào.**

Từ hôm nay cho đến khi chết, tử thần nhất định sẽ đến, thế nhưng trong khoảng thời gian đó, không biết tử thần sẽ đến lúc nào. Ngay như trong ngày hôm nay, cũng không biết là sẽ chết hay còn sống đến ngày mai. Thế nhưng, hành giả nên quán tưởng rằng hôm nay mình nhất định sẽ bị chết. Nếu như cứ chấp mình không chết, thì sẽ lo chuẩn bị cho cuộc sống lâu dài mà

không chịu tu tập tư lương cho đời sau. Chung quy cũng sẽ bị tử thần đến bắt, và lúc đó sẽ ưu sầu mà chết. Nếu như mỗi ngày đều chuẩn bị cho sự chết thì sẽ cố gắng làm nhiều việc nghĩa lợi cho đời sau. Giả như chưa chết, thì sự tu thiện này cũng tốt; còn nếu chết sớm, thì đây chính là điều mà hành giả đã sẵn sàng.

### **K1. Tư duy người Nam thiêm bộ châu, tuổi thọ không nhất định.**

Người Bắc cu lô châu tuổi thọ nhất định, hai châu Đông và Tây, tuổi thọ tuy không nhất định, nhưng phần lớn thọ mạng xấp xỉ nhau, chỉ có người Nam thiêm bộ châu thì tuổi thọ rất khác biệt. Có lúc thọ mạng rất dài, có lúc thọ mạng chỉ còn mười tuổi, đây là hạn lượng của tuổi thọ ở Nam thiêm bộ châu. Ngay như hiện giờ, trong lúc thiếu niên, trung niên, lão niên, lúc nào sẽ chết, không có định chuẩn. Câu Xá Luận nói:

Diêm Phù, tuổi thọ không nhất định,  
Kiếp sơ vô lượng, kiếp mạt mười.

Các hành giả nên lưu ý đến những trường hợp điển hình, chẳng như những thầy bạn của mình đang còn khoẻ mạnh, không may tử duyên chợt đến, phút chốc ra đi, mà làm đối tượng cho sự tu tập quán tưởng sự chết.

### **K2. Tư duy nhân duyên bị chết nhiều, nhân duyên được sống ít.**

Hãy tư duy quán sát kỹ lưỡng, các nhân duyên làm tổn hoại thân này rất nhiều, chẳng hạn bị người khác, hoặc phi nhân, ma quỷ làm hại, hoặc bị ác thú ăn thịt, hoặc bị bệnh tật cùng các nhân duyên khác xâm hại. Hơn nữa, thân này do bốn đại (đất, nước, gió, lửa) hợp thành, và chúng thường xung khắc nhau; nếu như sự vận hành mất điều hòa, tăng giảm quá mức, thì sự bệnh hoạn hoặc tử vong sẽ xảy đến. Bốn đại được sinh ra cùng lúc với thân mạng, có vẻ như bền chắc, nhưng không có gì

bảo đảm cho điều này. Niết bàn Kinh nói: “Người tu quán tưởng sự chết, phải biết thọ mạng đời này, thường bị nhiều kẻ oán địch vây quanh, trong mỗi sát na, đang bị giảm thiểu, không có lúc nào gia tăng.” Bảo Man Luận cũng nói: “Mạng sống của con người như ngọn đèn trước gió.” Bởi thế, tuy đang sống, nhưng luôn luôn đi dần đến sự chết. Nếu nói mạng sống dài lâu, đây là điều vô cùng phi lý. Luận trên lại nói: “Nhân duyên chết rất nhiều, nhân duyên sống rất ít, mạng sống đang giảm dần, nên phải siêng tu hành.”

### **K3. Tư duy thân mạng rất dễ bị nguy hiểm, không biết chết lúc nào.**

Thân người như bọt nước, rất dễ bị biến hoại; không cần những biến cố lớn, mà chỉ cần một mũi gai nhọn châm vào cũng có thể mất mạng. Ngoài ra, còn nhiều nhân duyên khác cũng khiến dễ bị mất mạng. Thân Hữu Thư nói:

Núi Tu Di, biển lớn,  
Còn bị đốt tiêu tan,  
Huống thân người mong manh,  
Mà không bị hư hoại.

Phải nghĩ rằng không biết khi nào thân chết sẽ đến hủy hoại thân mạng mình, hãy nhân lúc đang có cơ hội, quyết định tinh tiến tu hành Phật pháp.

### **J3. Tư duy lúc chết, ngoài Phật pháp ra, tất cả đều vô ích.**

Nếu có thể thấy được rằng thân này nhất định sẽ chết, lúc ấy, (1) dù có những người thân ái nhất vây quanh, cũng không thể giữ mình ở lại, (2) tất cả những tài sản yêu quý nhất, dù một mảy may, mình cũng không đem theo được, (3) ngay cả tấm thân mình yêu thương nhất mình cũng phải bỏ lại, huống chi những thứ khác. Do ba nhân duyên này, phải nên biết rằng

tất cả những gì mỹ mãn nhất trên đời cũng sẽ rời xa ta, và ta chung quy cũng phải lìa xa chúng mà đi qua kiếp khác. Phải quán sát ngày hôm nay cũng chính là ngày chết, và do đây quyết định không để cho mình bị các duyên trần (quyền thuộc, tài sản, thân mạng, v.v...) ràng buộc, mà phải chuyên tâm nhất ý tu tập Phật pháp. Tâm yếm ly thế gian tuy khó phát sinh, nhưng nó là căn bản để bước vào đạo, cho nên hành giả cần phải nỗ lực quán sát một cách tường tận. Ngài Bác Đóa Ngõa nói: “Nếu chúng ta có thể xả bỏ vinh hoa đời này, tức là chúng ta đang tu tập pháp quán vô thường. Hiện đời đã có thể xả bỏ những sự tham ái họ hàng, tài sản, v.v... Hơn nữa, cũng nên biết khi ta chết đi cũng chỉ ra đi một mình, và nên nghĩ rằng ngoài Phật pháp ra, không có sự vật gì có thể làm hành trang cho đời sau; khi tâm đã không còn tham luyến hiện đời, thì tự nhiên pháp quán vô thường sẽ được thành tựu. Cho nên biết rằng khi sự ý thức về vô thường chưa sinh khởi, thì đó là một sự chướng ngại cho việc tu học Phật pháp.” Ngài Đa Ba cũng nói: “Nếu chỉ giữ vững tín tâm, tích tập tư lương, tịnh trừ nghiệp chướng, cầu nguyện Bồ đề, cùng các vị thượng sư, dùng tâm ân cần này, dù tư duy cả trăm năm cũng không giác ngộ sự vô thường, nhưng nếu, dù trong phút chốc, trong tâm phát sinh ý niệm rằng tất cả pháp hữu vi đều không thường trụ, thì sẽ sanh khởi sự giác ngộ về vô thường.” Có người [tu pháp quán vô thường] muốn đổi pháp tu khác, đến hỏi ngài Ca Mã Ba, ngài bèn bảo người ấy hãy tiếp tục tu pháp quán vô thường. Người ấy hỏi ngài về các pháp tu khác, thì ngài trả lời rằng ngoài pháp quán vô thường ra, ngài không biết pháp tu nào khác.

Những điều kinh luận đề cập đến, như y chỉ thiện tri thức, tu các pháp quán tưởng về thân hạ mãn, về sự vô thường, v.v..., hành giả cần phải hiểu rõ, tùy hoàn cảnh mà thọ trì, tu tập. Như vậy mới có thể hiểu được mật ý của Đức Thế Tôn. Các pháp tu tập khác, hành giả cũng phải nên hiểu rõ.

## 8. Quán tưởng sự thọ sinh đời sau

H2. Tư duy đời sau sinh vào hai nẻo khổ vui ra sao

I1. Tư duy sự khổ địa ngục

J1. Đại hữu tình địa ngục

J2. Cận biên địa ngục

J3. Hàn băng địa ngục

J4. Cô độc địa ngục

I2. Tư duy sự khổ của loài bàng sinh

I3. Tư duy sự khổ của loài naga quỷ

### H2. Tư duy đời sau sinh vào hai nẻo khổ vui ra sao.

Sau khi biết rõ sự chết sẽ đến nhanh chóng, thời gian còn lại không còn bao nhiêu, vả lại, chết cũng không phải là hết, mà nhất định sẽ thọ sinh đời sau, sự thọ sinh này không vào nẻo nào khác, ngoài hai cõi khổ, vui, và dù sinh vào cõi lành, hoặc cõi ác, chính mình cũng không thể tự chủ, mà đều do hai nghiệp thiện ác quyết định dẫn dắt, hành giả nên suy ngẫm như vậy: “Giả như mình bị thọ sanh vào ác đạo thì phải làm sao?” Lúc đó phải ưu tư về sự khổ trong ác đạo. Ngài Long Thọ nói: “Mỗi ngày thường nghĩ đến chúng sinh cõi địa ngục bị sự khổ thiêu đốt, cõi naga quỷ bị sự đói khát bức bách, loài súc sinh bị sự khổ ngu si, thường phải quán sát nhớ nghĩ thân người khó được, phải nên đoạn ác tu thiện, đối với tất cả nhân duyên ác, phải nên nỗ lực đoạn trừ rốt ráo.” Tuy tất cả chúng sinh đều bị luân hồi, thế nhưng, hành giả nên quán sát sự khổ của ba đường ác mà tu tập. Đây là điều quan trọng nhất. Điều này có nghĩa là khi quán tưởng bị đọa vào trong biên khổ của ba đường ác, tâm sinh khởi sự nhầm chán sinh tử, do đây điều phục tâm ngạo mạn; hơn nữa, vì thấy được sự khổ là quả báo của hành vi ác, do đây khởi tâm hổ thẹn, không dám làm ác. Vả lại, vì không muốn khổ, vì hy vọng được an lạc, lại thấy được sự an lạc là quả báo của

hành vi thiện, cho nên phấn khởi tu thiện. Kế đến quán sát tự thân, y vào khả năng của chính mình mà phát khởi lòng bi mẫn đối với chúng sinh, sinh tâm nhằm chán sinh tử, mong cầu giải thoát. Vì sợ sự khổ sinh tử, cho nên phát tâm ân cần trịnh trọng quy y, v.v... Đây là nói tổng quát những điều cốt yếu cho sự tu hành. Bàn về công đức của quán tưởng sự khổ, Nhập Bồ Tát Hạnh Luận chỉ đề cập đến việc quán tưởng sự khổ hiện đời, thế nhưng, hành giả đối với sự khổ đời vị lai, cũng nên quán tưởng tương tự.

### I1. Tư duy sự khổ địa ngục.

#### J1. Đại hữu tình địa ngục.

Từ mặt đất thẳng xuống ba vạn hai ngàn do tuần có địa ngục Đẳng hoạt. Từ đó tiếp tục đi thẳng xuống, cứ mỗi bốn ngàn do tuần lại có một địa ngục, tổng cộng có tám địa ngục. (1) Địa ngục Đẳng hoạt: Trong đây, các tội nhân tụ tập một chỗ, do cộng nghiệp sinh khởi, các khí cụ hành hình xuất hiện liên tục, các tội nhân dùng các khí cụ này tàn hại lẫn nhau, cho đến lúc tất cả đều ngã chết trên mặt đất. Khi ấy, trên không trung có tiếng kêu: “Hãy sống lại!” Tức thời, các tội nhân liền sống lại. Do nghiệp lực chiêu cảm, các khí cụ hành hình lại xuất hiện, và các tội nhân lại tiếp tục tàn hại lẫn nhau. Do nhân duyên này, tội nhân bị chịu khổ dài lâu trong địa ngục. (2) Địa ngục Hắc thừng: Trong đây, các tội nhân bị phân thành từng nhóm do ngục tốt cai quản. Các ngục tốt này lấy dây thừng đen quấn tội nhân theo nhiều lần ngang dọc, sau đó lấy cưa cắt xẻ tội nhân theo những lần của dây thừng. (3) Địa ngục Chúng hợp: Trong đây, các tội nhân tụ tập một chỗ, sau đó các ngục tốt xua họ chạy vào khoảng giữa hai trái núi, các tội nhân vừa chạy vào, thì hai trái núi ép chặt lại, thân hình các tội nhân bị ép nát như, máu phun lên lảng. (4) Địa ngục Hào khiêu: Các tội nhân muốn tìm chỗ cư ngụ, bèn đi vào trong một nhà sắt lớn, bọn họ vừa đi vào thì bốn bề lửa cháy bèn bị chết thiêu trong đó. (5) Địa ngục Đại hào khiêu: Tương tự như ngục Hào khiêu, sự khác

biệt là nhà sắt có hai tầng. (6) Địa ngục Thiêu nhiệt: Các tội nhân trong ngục này bị ngục tốt bỏ vào vạc dầu sôi chiên như chiên cá. Lại lấy chia sắt nóng đâm xuyên thân thể tội nhân, từ hậu môn lên đến đỉnh đầu. Lửa bốc ra từ miệng, mũi, lỗ tai, và các lỗ chân lông khiến cho tội nhân đau đớn mà chết. Ngục tốt lại ném các tội nhân, hoặc xấp hoặc ngửa, lên sàn sắt nóng, rồi lấy chày lửa đánh đập tội nhân, hoặc giã thân họ nát như bùn. (7) Địa ngục Cực thiêu nhiệt: Ngục tốt trong ngục này dùng chia ba sắt nóng đâm xóc tội nhân từ phía dưới lên trên, mũi chia ba xuyên suốt qua hai vai và đỉnh đầu, khiến cho miệng, mũi, mắt, v.v... đều bốc lửa. Lại dùng dây sắt nóng quấn thân thể tội nhân, kể đến ném tội nhân vào trong chảo sắt lỏng đang sôi mà nấu, tội nhân trôi hụp vùng vẫy trong đó, da thịt đều cháy nát, chỉ còn lại bộ xương. Ngục tốt vớt xương ra, ném trên sàn thép, dùng pháp thuật khiến cho da thịt máu mỡ hoàn phục như cũ, xong rồi lại tiếp tục ném tội nhân vào trong lò sắt lỏng sôi. (8) Địa ngục Vô gián: Từ phương đông mấy trăm dặm, trên mặt sàn sắt nóng, có những khối lửa hùng hực, ồ ạt bay đến, thiêu đốt thân thể tội nhân, cháy vào đến tủy, giống như ngọn đuốc tẩm dầu. Toàn thân tội nhân biến thành khối lửa lớn. Ba phương nam, tây, đông cũng tương tự như vậy, lửa cháy không có chỗ hở. Chỉ khi nào nghe tiếng gào la thảm thiết, thì biết nơi đó có tội nhân đang chịu thống khổ. Các ngục tốt lại lấy gáo sắt đựng đầy sắt lỏng sôi trút lên đầu tội nhân. Lại ném tội nhân lên sàn sắt nóng, rồi bắt họ phải trèo lên, tuột xuống núi sắt nóng đỏ. Kể đến, ngục tốt kéo lưỡi tội nhân, dùng kềm căng ra, rồi lại lấy hàng trăm đinh sắt đóng lên, khiến cho lưỡi căng ra giống như căng da trâu. Kể đến, bắt tội nhân nằm trên sàn sắt nóng, lấy kềm sắt khui miệng, rồi rưới đồng sôi vào, khiến cho miệng lưỡi và lục phủ ngũ tạng đều cháy tiêu tan. Những chi tiết khác cũng tương tự như địa ngục Cực thiêu nhiệt.

Những tội nhân địa ngục thọ khổ bao lâu? Thân Hữu Thư nói: “Các tội nhân nhận chịu sự cực kỳ thống khổ như vậy dù trải qua hàng trăm vạn ức năm, nếu như nghiệp ác chưa hết,

thì họ vẫn phải tiếp tục chịu khổ không ngừng.” Hơn nữa, cứ năm mươi năm ở cõi người là một ngày ở cõi trời Tứ thiên vương. Lấy ba mươi ngày làm một tháng, mười hai tháng làm một năm, thì năm trăm năm là tuổi thọ ở cõi trời Tứ thiên vương. Lấy tuổi thọ của cõi trời Tứ thiên vương làm một ngày, ba mươi ngày làm một tháng, mười hai tháng làm một năm, thì thời gian năm trăm năm là tuổi thọ ở cõi địa ngục Đẳng hoạt. Tuần tự, lấy thời hạn cõi người một trăm năm, hai trăm năm, bốn trăm năm, tám trăm năm, một ngàn sáu trăm năm làm thời gian một ngày ở cõi trời Đao lợi, Dạ Ma, Đâu Suất, Hóa lạc và Tha hóa tự tại. Thời hạn thọ mạng của các cõi trời tuần tự là ngàn năm, hai ngàn năm, bốn ngàn năm, tám ngàn năm và một vạn sáu ngàn năm. Cũng theo tuần tự đó, tuổi thọ của các cõi trời nêu trên là thời hạn một ngày đêm của các địa ngục Hắc thằng đến địa ngục Cực thiêu nhiệt.” Điều này trong Câu Xá Luận và Bốn Địa Phần có nói rõ.

## J2. Cận biên địa ngục.

Tám địa ngục vừa nêu trên, mỗi ngục có bốn cửa. Phía ngoài của tám ngục có thành sắt vây quanh, thành này cũng có bốn cửa. Ở phía ngoài mỗi cửa có bốn địa ngục hữu tình tầng thượng: (a) Mương lửa, (b) Vũng bùn thây chết, (c) Đường đao kiếm, và (d) Sông lớn mệnh mông (Vô cực đại hà). (a) Có đường mương lửa than ngập đến đầu gối. Các tội nhân địa ngục tìm nhà ở, đi ngang qua mương lửa này, lúc để chân xuống thì da thịt đều bị cháy rụi, lúc nhấc chân lên thì da thịt lành lại như cũ. (b) Ở gần (mương lửa) có vũng bùn thây chết, rửa nát sinh thối. Các tội nhân địa ngục tìm nhà ở, phải đi ngang qua đây, lúc đến đó thì bị ngã xuống, đầu chân đều chìm trong bùn, có loài trùng tên Mõ Nhọn chui xuyên qua da thịt tội nhân, cắt đứt gân, phá vỡ xương, lấy tủy mà ăn. (c) Cũng ở gần đó, có con đường trồng đầy đao kiếm (giống như hầm chông). Các tội nhân địa ngục tìm nhà ở, phải đi qua con đường này. Khi đặt chân xuống, da thịt gân cốt đều bị cắt nát, khi nhấc chân lên thì da

thịt lành lại như cũ. Bên cạnh đó có khu rừng lá kiếm. Các tội nhân địa ngục tìm nhà ở, đi ngang qua đó, khi vừa đi dưới tàng cây thì các lưỡi kiếm rơi xuống, cắt đứt thân thể. Các tội nhân vội chạy trốn, thì các chó ngao đột nhiên xuất hiện, cắn vào lưng cổ mà ăn thịt. Bên cạnh đó, có rừng giáo sắt. Các tội nhân tìm nhà ở, đi ngang qua đó, khi họ đi lên thì các mũi giáo đâm xuống, khi họ đi xuống thì các mũi giáo đâm ngược lên, do đây thân thể tội nhân bị cắt xén tan nát. Lại có loài chim lớn tên Mỗ Nhọn bay đến đậu lên vai, lên đầu, móc mắt tội nhân mà ăn. Những loại hình phạt vừa nêu trên đều do khí cụ làm tổn não cho nên xếp cùng một loại. (d) Ở gần rừng giáo sắt, có một con sông lớn, dài không ngần mé, lòng sông than lửa sôi sùng sục. Các tội nhân tìm nhà ở, bơi ngang qua đó, trôi hụp lên xuống, giống như hạt đậu đang bị nấu sôi trong nồi lớn. Hai bên bờ sông có những ngục tốt, tay cầm chày, móc, lưới, v.v..., ngăn không cho tội nhân lên bờ. Lại có những ngục tốt dùng móc kéo tội nhân lên bờ, ném họ nằm ngửa trên mặt đất nóng hừng hực, hỏi tội nhân muốn gì. Tội nhân trả lời rằng tôi nay không biết gì, không thấy gì hết, chỉ cảm thấy đói khát; ngục tốt nghe xong bèn lấy những hòn sắt nóng cho họ ăn, đồng thời, lấy nước đồng sôi rót vào miệng họ. Bốn Địa Phần nói thọ mạng của hai địa ngục Cận biên và Cô độc không có số lượng nhất định, khi nào nghiệp báo thọ khổ của tội nhân chưa dứt thì họ vẫn chưa được ra khỏi.

### J3. Hàn băng địa ngục.

Cách tám địa ngục hữu tình một vạn do tuần, sâu xuống mặt đất ba vạn hai ngàn do tuần, có địa ngục Pháo, từ đó tuần tự đi xuống, cứ cách hai ngàn hai trăm do tuần thì lại có một địa ngục, tổng cộng có tám. (1) Địa ngục Pháo, nghĩa là trong ngục có gió cực mạnh thổi đến khiến cho da thịt tội nhân bị băng giá, nhăn nhúm giống như nổi mụn. (2) Địa ngục Pháo liệt, nghĩa là sau khi nhăn nhúm, da thịt bị vỡ toét. (3) Địa ngục An chiết tra, (4) Địa ngục Hách hách bà, (5) Địa ngục Hồ hồ bà, đều là

những địa ngục được đặt tên do âm thanh thống khổ của tội nhân phát ra. (6) Địa ngục nứt như hoa sen xanh, nghĩa là tội nhân bị gió mạnh đè ép, thân thể băng giá, trở thành bầm tím, vỡ ra thành năm hoặc sáu mảnh. (7) Địa ngục nứt như hoa sen đỏ, nghĩa là sau khi thân thể bị tím xanh liền trở thành màu đỏ, rồi bị nứt thành mười phần hoặc hơn nữa. (8) Địa ngục nứt như hoa sen đỏ lớn (đại hồng liên hoa), da thịt tội nhân trở thành đỏ hừng (cục đỏ), rồi vỡ ra thành trăm mảnh hoặc nhiều hơn nữa. Những mô tả vừa nêu trên đều được trích lục từ Bốn Địa Phần. Nói về thọ mạng của các địa ngục này, ví như nước Ma Kiệt Đà có tám mươi hộc lớn chứa đầy hạt mè, cứ mỗi một trăm năm lấy đi một hạt mè, như vậy cho đến khi lấy hết mè trong tám mươi hộc, thì thọ mạng của địa ngục Pháo còn dài hơn thời gian trên không biết bao nhiêu mà kể. Theo tuần tự, các địa ngục kế tiếp, thọ mạng dài hơn ngục trước hai mươi lần.

### J4. Cô độc địa ngục.

Các địa ngục này ở bên cạnh các địa ngục nóng và địa ngục lạnh, hoặc ở trên cõi người (Bốn Địa Phần), hoặc ở cạnh biển lớn (Truyện Tăng Hồ).

Như phần dưới sẽ nói đến, nhân duyên để bị sinh vào địa ngục rất dễ dàng. Chúng ta, trong sinh hoạt hằng ngày, đã tích tập rất nhiều, và hiện nay cũng đang tiếp tục tạo tác. Nơi cõi khổ Ta bà này, chúng ta không thể an nhiên sống qua ngày, mà phải nên thường tư duy về những sự khổ địa ngục. Nên biết, sự chia cách giữa hiện đời và cõi địa ngục cũng chỉ trong khoảng một hơi thở mà thôi. Nhập Bồ Tát Hành Luận nói:

Đã tạo nghiệp địa ngục  
Sao lại còn nhờn nhờn. (Phẩm Bảy, kệ 12)

Thân Hữu Thư cũng nói:

Người nào tạo đủ các tội lỗi,  
Chỉ cách địa ngục trong hơi thở,  
Nếu như nghe mà không sợ hãi,  
Người này bỗng tánh như kim cương,  
Thấy hình địa ngục hoặc nghe tên,  
Nhớ nghĩ đọc tụng quán hình tướng,  
Nếu như biết sợ khổ địa ngục,  
Người đó ắt không thọ quả báo.

Thân Hữu Thư mô tả sự khổ khốc liệt ở địa ngục như sau:

Trong tất cả sự vui,  
“Diệt tham ái” là nhất,  
Không có gì khổ hơn,  
Khổ của ngục vô gián,  
Một ngày trong cõi người,  
Bị đâm ba trăm lần,  
Khổ không bằng hào ly,  
So với khổ địa ngục.

Nên biết nhân duyên gây tạo sự khổ như vậy chính là những ác hành phát khởi từ trong tâm. Hành giả đối với những ác hành, dù rất nhỏ nhiệm, cũng phải nên tận lực không để bị chúng nhiễm ô. Thân Hữu Thư cũng nói:

Các quả ác như vậy,  
Đều do thân khẩu ý,  
Phải hết sức phòng hộ,  
Lỗi nhỏ cũng không phạm.

## 12. Tư duy sự khổ của loài bàng sinh.

Trong cõi bàng sinh, loài mạnh hiếp đạp loài yếu. Hơn nữa, chúng chỉ là công cụ cho loài người và loài trời, không có

quyền tự chủ, mà hoàn toàn tùy thuộc vào kẻ khác, để họ mặc tình đánh đập chém giết. Bốn Địa Phần nói loài bàng sinh sống chung với loài trời và loài người, chứ không có cõi giới riêng biệt, nhưng Câu Xá Luận lại nói: “Bốn xứ của loài bàng sinh là biển lớn, còn những trụ xứ khác chỉ là nơi mà chúng lưu lạc đến.” Lại nữa, những loài sanh trong nước, hoặc sanh nơi u ám, thì thường sanh ở đâu, già chết ở đó, còn những loài khác thì phải kéo nặng, cày bừa, bị cưỡng bức phục dịch lao碌, lại có những loài bị sát hại bằng đủ phương cách, như bị nhổ lông, cắt thịt, lột da, v.v..., phải chịu muôn sự khổ não. Lại có những loài bị khổ nắng mưa, đói khát, hoặc bị thợ săn truy lùng, tìm đủ phương cách sát hại, tổn não, do đó bọn chúng lúc nào cũng ở trong tâm trạng hoảng kinh, sợ hãi. Hành giả phải thường tư duy về những nỗi khổ của loài bàng sinh để sanh khởi tâm xuất ly. Về tuổi thọ của loài bàng sinh, Câu Xá Luận nói: “Trong loài bàng sinh, tuổi thọ dài nhất là một đại kiếp.” Đây có nghĩa là tuổi thọ dài tối đa là một đại kiếp, còn tuổi thọ ngắn thì không nhất định.

## 13. Tư duy sự khổ của loài nạ quý.

Những chúng sanh cực kỳ bần sèn sẽ bị đọa vào loài nạ quý. Loài này bị khổ sở vì đói khát. Da thịt máu huyết đều khô cháy giống như tro than, tóc phủ kín mặt, miệng mồm khô khan, thường dùng lưỡi liếm mặt. Bọn họ được phân làm ba loại. (1) *Đối với ẩm thực đều bị ngoại chướng*, nghĩa là nếu bọn họ đến ao hồ sông rạch, thì ở nơi đó có những chúng sinh cầm đao cầm giáo, ngăn cản không cho đến gần, giả như có được đến gần, thì chỉ thấy toàn là máu mũ tanh hôi, không ăn uống gì được. (2) *Đối với ẩm thực đều bị nội chướng*, nghĩa là yết hầu nhỏ như kim, hoặc miệng phun lửa, bụng to cổ nhỏ, dù được ẩm thực (không bị ngoại chướng), cũng không thể thọ dụng. (3) *Đối với ẩm thực tự có chướng ngại*, nghĩa là tất cả ẩm thực đều bị đốt cháy. Lại có loài nạ quý chỉ ăn phân uống nước tiểu, hoặc ăn uống những vật bất tịnh khác, hoặc tổn hại các loài vật hạ đẳng



để dùng làm ẩm thực, hoặc cắt thịt của chính mình để ăn, giả như tìm được những thức ăn thơm ngon cũng không thể thọ dụng. Câu Xá Luận nói: “Trụ xứ của loài ngạ quỷ ở phía dưới thành Vương Xá năm trăm do tuần, còn các nơi khác đều là chỗ mà bọn chúng phiêu dạt đến.” Về phần tuổi thọ, Bốn Địa Phần và Câu Xá Luận đều nói: “Một tháng trên nhân gian bằng một ngày ở cõi ngạ quỷ, bọn họ tuổi thọ dài đến năm trăm năm.” Thân Hữu Thư nói:

Ác hành nghiệp quả làm nhân duyên,  
Kiên cố trói buộc loài ngạ quỷ,  
Bọn chúng thọ khổ không gián đoạn,  
Tuổi thọ năm ngàn, hoặc vạn năm.

Thân Hữu Thư Sớ nói: “Có loài ngạ quỷ thọ mạng năm ngàn năm, hoặc có loài thọ mạng đến vạn năm.”

Bốn Địa Phần nói thân lượng của chúng sinh trong ba đường ác không nhất định, bởi vì ác nghiệp lực của mỗi chúng sanh có sự nặng nhẹ khác biệt.

Muốn quán sát sự khổ của ba đường ác, hãy thử dùi bàn tay vào tro nóng một ngày đêm, hoặc thân thể lỏa lồ đứng trong luồng gió buốt cắt da, hoặc nhịn ăn uống một ngày hai ngày, hoặc để cho ong tha hồ cắn chích thân thể. Nếu những việc nhỏ nhất như thế mà còn không thể kham nhẫn, thì làm thế nào mà kham nhẫn sự khổ ở địa ngục nóng lạnh, hoặc sự khổ trong loài bàng sanh, ngạ quỷ. Trong khi chưa sanh khởi được tâm cực kỳ sợ hãi, hãy siêng năng suy ngẫm, đối với những điều lỗi lầm đã tạo từ trước, nên sám hối tầy trừ, không được tiếp tục, còn đối với những việc thiện đã từng tích tập, nên dùng tâm ham thích phát nguyện mạnh mẽ khiến cho chúng tăng trưởng, còn đối với những việc thiện chưa làm thì nên dùng nhiều phương tiện để thực hành. Lại trong mỗi ngày, phải đem thân quý báu này làm những việc nghĩa lợi. Nếu hiện nay không chịu nghĩ đến điều

này, đến lúc đọa ác đạo, trong lúc tâm thức hoang mang sợ hãi, dù muốn làm những điều thiện như quy y, v.v..., cũng không còn kịp nữa, bởi vì lúc đó tâm không còn đủ năng lực để quyết định điều nên làm, hoặc không nên làm.

## 9. Quy y Tam bảo

G2. Nêu rõ phương tiện an vui cho đời sau

H1. Quy y là cánh cửa thù thắng vào Phật giáo

I1. Nương vào đâu để làm nhân cho sự quy y

I2. Nương vào nhân để nói rõ đối tượng quy y

I3. Pháp quy y như thế nào

J1. Biết rõ công đức

K1. Công đức của Phật

L1. Công đức của thân

L2. Công đức của ngữ

L3. Công đức của ý

L4. Công đức của sự nghiệp

K2. Công đức của Pháp

K3. Công đức của Tăng

J2. Biết rõ sự khác biệt

J3. Tự thệ nguyện thọ quy y

J4. Không nói hữu dư quy y xứ

**G2. Nêu rõ phương tiện an vui cho đời sau.**

**H1. Quy y là ngưỡng cửa thù thắng vào Phật giáo.**

**I1. Nương vào đâu để làm nhân cho sự quy y.**

Tổng quát, nhân do của sự quy y tuy có nhiều loại, nhưng ở đây chỉ căn cứ vào những điều đã được đề cập ở phần trên: đời này không thể sống lâu mà sự chết nhất định sẽ đến; sau khi chết, bị nghiệp lực kéo lôi trong sinh tử, không được tự tại. Nhập Bồ Tát Hành Luân nói:

Giống như trời đêm mây,  
Phút chốc chớp ánh điện,  
N như vậy, nhờ Phật lực,  
Người đời sinh tâm lạnh,

Tâm lạnh thường yếu đuối,  
Tâm ác rất hung hăng. (Phẩm Một, kệ 5-6)

Hơn nữa, nên y cứ vào đạo lý “nghiệp lành yếu ớt, nghiệp ác mãnh liệt”, mà suy ngẫm về lý do của sự đọa ác đạo. Hiện nay, vì sợ đọa lạc vào cõi ác, cho nên tin sâu rằng chỉ có Tam bảo mới có thể cứu vớt mình ra khỏi biển khổ này. Dùng hai tâm này (sợ sinh tử và tin Tam bảo) mà quy y Phật pháp. Nhưng nếu chỉ quy y bằng lời nói (phát nguyện xuôi) thì sự quy y cũng không có hiệu quả. Nếu phát lòng tin kiên cố vào Tam bảo và chân thật sợ hãi sinh tử thì sự quy y sẽ chuyển đổi tâm cảnh, cho nên hành giả phải nên nỗ lực tu tập hai tâm [sợ và tin] này.

**I2. Nương vào nhân để nêu rõ đối tượng quy y.**

Trước tiên nêu rõ đối tượng của sự quy y. Bách Ngũ Thập Tung tán thán:

Ai là người xưa nay ,  
Không tạo các việc ác,  
Ai đã từng tu tập,  
Tất cả các công đức,  
Người nào có lòng tin,  
Nên quy y vị ấy,  
Tôn trọng và tán thán,  
Theo lời dạy tu hành.

Nếu có trí tuệ phân biệt chỗ đáng quy y hay không đáng quy y thì nên dùng tâm thành kính quy y Đức Phật Thế Tôn, quy y Pháp và quy y Tăng. Quy Y Thất Thập Tung nói:

Phật, pháp và tăng già là chỗ,  
Người cầu giải thoát phải quy y.

Kể đến nói về hành tướng của bậc mà mình có thể quy y. Vị ấy cần phải tự mình lìa xa mọi sự sợ hãi, lại cần phải có phương tiện khéo léo dẫn dắt kẻ khác lìa xa sợ hãi; có lòng thương xót với tất cả, không phân biệt thân sơ; đối người ơn và người vô ơn đều làm lợi ích cho họ. Thế nhưng chỉ có Đức Phật mới đầy đủ những đức hạnh này, còn các vị khác, như trời Tự Tại, v.v..., đều không có đầy đủ, cho nên biết rằng chỉ có Đức Phật là chỗ quy y cho chúng ta. Hơn nữa, giáo pháp của Phật và tăng đoàn Thanh văn cũng là chỗ nên quy y. Nhiếp Quyết Trach Phần nói: “Những ai đối với sự quy y sanh khởi tâm quyết định chuyên nhất, lại có thể cầu khẩn Tam Bảo làm nơi nương tựa, thì không ai không được cứu độ, cho nên hành giả cần phải sanh khởi tâm quyết định.” Nếu hình thức bên ngoài tuy đầy đủ, đã có đối tượng để quy y, nhưng bên trong lại không sanh khởi tâm chí thành quy y, thì đây chỉ là tự khổ.

### I3. Pháp quy y như thế nào.

#### J1. Biết rõ công đức.

##### K1. Công đức của Phật.

##### L1. Công đức của thân.

Đây chính là công đức niệm Phật tướng hảo. Thí Du Tán nói:

Thân tướng Phật trang nghiêm,  
Mắt biếc tịnh vi diệu,  
Như đêm thu trong vắt,  
Trang sức các vì sao.  
Thân Phật màu hoàng kim,  
Pháp y làm phục sức,  
Tựa như đỉnh Kim Sơn,  
Mây ngũ sắc vi nhiều.  
Phật tuy không điểm trang,

Gương mặt ngài tròn đầy,  
Trăng rằm dù chói sáng,  
Cũng không thể sánh bằng.  
Miệng Phật như liên hoa,  
Dưới ánh dương hàm tiếu,  
Ong tưởng là hoa thật,  
Ngập ngừng không muốn bay.  
Mặt Phật màu kim sắc,  
Răng trắng như ngọc kha,  
Khít khao như núi vàng,  
Sáng sạch không tỳ vết.  
Trong lòng tay bên phải,  
Tướng bánh xe ngàn cãm,  
Cứu vớt người sợ hãi,  
Đưa họ khỏi luân hồi.  
Đức Phật lúc du hành,  
Chân ngài như đóa sen,  
In dấu trên mặt đất,  
Hoa thật không sánh bằng.

Nay chỉ tán thán sơ lược như thế. Hành giả cần phải thường xuyên ghi nhớ.

##### L2. Công đức của ngữ.

Giả sử tất cả chúng sinh trong cùng tận pháp giới đồng thời đến hỏi Đức Phật về những nghĩa lý khác nhau, trong một sát na, ngài có thể hiểu rõ tất cả những lời chất vấn, và có thể dùng một âm thanh trả lời tất cả, mà mỗi chúng sinh đều cho rằng ngài đang dùng ngôn ngữ của mình để giải đáp. Chúng ta phải thường tư duy quán niệm công đức vô cùng hy hữu kỳ đặc này. Đế Giả Phẩm nói:

Chúng sinh đem những lời liễu nghĩa,  
Nhất thời đến chất vấn Đức Phật,

Trong sát na ngài đều biết rõ,  
 Dùng một âm thanh để trả lời,  
 Như vậy, nên biết Phật trên đời,  
 Dùng Diệu phạm âm mà thuyết pháp,  
 Cứu độ thoát khỏi khổ trôi người,  
 Chuyển pháp âm vô cùng thiện xảo.

### L3. Công đức của ý.

Có hai loại là trí đức và bi đức. Trí đức, nghĩa là Đức Phật biết rõ, hoàn toàn không chướng ngại, tất cả cảnh giới, như nhìn thấy quả a ma lặc trong lòng bàn tay. Phật trí có thể biết rõ tất cả cảnh giới, còn những chúng sanh khác (kể cả các Bồ tát bậc cao), sự hiểu biết tuy cũng rộng lớn, nhưng vẫn không thể bao trùm tất cả. Thí Dụ Tán nói:

Chỉ có trí tuệ Phật,  
 Biết tất cả cảnh giới,  
 Còn những chúng sanh khác,  
 Hiểu biết đều giới hạn.

Lại nói:

Tâm của Phật nhiếp trì,  
 Các pháp trong ba thời,  
 Tất cả loại hình tướng,  
 Như cầm quả a ma.  
 Tâm Phật như gió lay,  
 Không bị chướng ngại bởi,  
 Các pháp động, không động,  
 Đồng nhất, hoặc sai khác.

Bi đức, nghĩa là các hữu tình bị phiền não trói buộc, không được tự tại, chư Phật bị tâm đại bi thôi thúc, không thể tự

tại. Nếu thấy chúng sanh bị khổ não, các ngài sinh khởi tâm đại bi không ngừng nghỉ. Bách Ngũ Thập Tung nói:

Tất cả các chúng sinh,  
 Bị phiền não trói buộc,  
 Phật vì muốn cứu đời,  
 Bị Đại bi thúc giục,  
 Tuy biết thế gian mê,  
 Vẫn nguyện trong sinh tử,  
 Vậy trước nên lễ Phật,  
 Hay là lễ Đại bi?

Đế Giá Phẩm nói:

Chúng sinh thường si ám,  
 Do vô minh che lấp,  
 Bị giam ngục thế gian,  
 Phật khởi lòng thương xót.

Hành giả phải thường quán sát như vậy.

### L4. Công đức của sự nghiệp.

Chư Phật dùng ba nghiệp thân ngữ ý làm lợi ích tất cả hữu tình không hề gián đoạn. Các ngài dùng tất cả phương tiện dẫn dắt những chúng sanh hữu duyên, khiến họ lìa khổ được vui. Những điều cần phải làm, các ngài nhất quyết sẽ làm. Ngài Bác Đóa Ngõa nói: “Nếu thường tư duy về công đức của Phật, lòng tin dần dần tăng trưởng, thân tâm thanh tịnh, được chư Phật gia trì, đạt được thắng giải, cho nên nếu có thể chí tâm quy y, siêng năng học tập những điều cần phải học, thì tất cả mọi sự đều trở thành Phật pháp.” Thế nhưng, chúng ta lại không tin trí tuệ của Phật bằng tin tưởng vào sự bói toán. Nếu thầy bói nói rằng năm nay không có việc gì kiêng kỵ, thì chúng ta sẽ cảm thấy rất an lòng, còn nếu nói rằng năm nay sẽ có đại họa, điều

này nên làm, điều này không nên làm, ắt chúng ta sẽ cất lực tuân hành, và giả như làm chưa được, trong tâm sẽ cảm thấy vô cùng bất an. Còn nếu Đức Phật chế định điều này nên làm, điều này không nên làm, thì chúng ta có tuân hành không? Nếu chưa làm được, tâm chúng ta có cảm thấy bất an không? Nhiều khi chúng ta lại còn phản đối: “Phật pháp tuy nói như vậy, thế nhưng tùy theo sự quan hệ địa phương hiện tại, không thể làm như vậy, mà phải làm như vậy.” Khinh thị, xả bỏ lời Phật dạy, mà tự làm theo ý mình. Nếu chúng ta hồi quang phản chiếu, những điều vừa nêu trên ắt không phải là những lời nói oan.

### **K2. Công đức của Pháp.**

Chúng ta tôn kính Phật, bởi vì ngài đầy đủ vô biên công đức. Lại nữa, Phật là bậc chứng đắc diệt đế, tu tập đạo đế, đoạn trừ tất cả lỗi lầm, thành tựu tất cả công đức, đều là do hai pháp [giáo và chứng] sinh trưởng. Đây là lời dạy của Chánh Pháp Nhiếp Nghĩa Kinh, cần phải ghi nhớ.

### **K3. Công đức của Tăng.**

Ở đây chủ yếu nói đến công đức của các bậc thánh tăng. Đây cũng là do trong sự tu tập đúng lý, ghi nhớ công đức của chánh pháp.

### **J2. Biết rõ sự khác biệt.**

Nhiếp Quyết Trạch Phần nói: “Quy y sau khi biết rõ sự khác biệt giữa Phật, Pháp và Tăng.” Bồ Đề Đạo Thứ Đệ Quảng Luận sẽ nói rõ chi tiết.

### **J3. Tự thệ nguyện thọ quy y.**

Thệ nguyện quy y Phật là vị đạo sư, quy y Pháp là con đường tu hành chân chánh, quy y Tăng là bạn lữ đồng học.

### **J4. Không nói hữu dư quy y xứ.**

Sau khi so sánh, biết rõ sự hơn kém của các bậc đạo sư, giáo pháp và đệ tử của họ, chỉ nên quy y Tam bảo, không quy y những vị đạo sư không phù hợp với đường hướng của Tam Bảo. Trong các sự sai biệt, sự sai biệt về đạo sư là Đức Phật đã hoàn toàn đoạn trừ phiền não, còn các vị đạo sư khác thì chưa hoàn toàn đoạn trừ được. Thắng Xuất Tán nói:

Tôi bỏ các vị khác,  
Quy y Phật Thế Tôn.  
Tại sao quy y Phật?  
Vì ngài hết lỗi lầm.

Lại nói:

Đối với pháp ngoại đạo,  
Đã suy ngẫm đắn đo,  
Cùng so sánh tỉ mỉ,  
Trong tâm càng tin Phật.  
Phàm phu trí hạn hẹp,  
Tạo tác nhiều lỗi lầm,  
Vì tâm đã bị loạn,  
Không thấy Phật thanh tịnh.

## 10. Học xứ

I4. Sau khi quy y, thứ tự phải tu học

J1. Học xứ khác biệt

K1. Học xứ ngăn cấm

K2. Học xứ phụng hành

J2. Học xứ cộng đồng

**I4. Sau khi quy y, thứ tự phải tu học.**

**J1. Học xứ khác biệt.**

**K1. Học xứ ngăn cấm.**

Niết bàn Kinh nói:

Người quy y Tam bảo,  
Gọi là chánh cận sự,  
Rốt ráo không quy y,  
Nhưng quý trời thần khác,  
Nếu quy y Chánh pháp,  
Phải trừ tâm sát hại,  
Nếu như quy y Tăng,  
Không ở chung ngoại đạo.

Nghĩa là không quy y quý thần, không sát hại chúng sanh, và không sống chung với ngoại đạo. Trong đây, thứ nhất, dù các vị trời có oai đức lớn, như trời Tự Tại, hoặc trời Biến Nhập còn không phải là chỗ quy y rốt ráo, huống chi những loại quý thần tầm thường, như thổ địa, hoặc các loài rồng. Thế nhưng, trong những công hạnh tu tập hiện thời, vẫn có thể thỉnh cầu những chúng sinh đó làm kẻ trợ giúp. Điều này cũng có nghĩa là không thể bỏ lòng tin đối với Tam bảo mà quy y quý

thần. Chẳng hạn như thỉnh cầu thí chủ làm bạn trợ giúp trong việc sinh hoạt, hoặc thỉnh cầu y sư làm bạn trợ giúp trong việc trị bệnh. Thứ hai, đối với loài người hoặc loài vật, không nên dùng tâm ác đánh đập, trói buộc, xỏ mũi, cưỡng bách chớ nặng, hoặc gây sự tổn hại. Thứ ba, không sinh hoạt chung, hoặc tùy thuận những kẻ không tin, hoặc phi báng Tam bảo.

**K2. Học xứ phụng hành.**

Đối với hình tượng Phật, bất luận đẹp xấu, không nên chê bai, không nên để chỗ bất tịnh, hoặc đem đi cầm bán. Phải nên đoạn trừ tất cả phương tiện bất kính hoặc khinh chê hủy báng, hơn nữa phải nên xem hình tượng Phật như phước điền khả kính, đồng như Phật thật. Thân Hữu Thư nói: “Đối với tất cả hình tượng Phật, người trí phải đều cung kính cúng dường.” Trường A Hàm Kinh nói: “Hoàng Xích Tiên (tổ phái Số Luận), Thắng Ngã Tiên (ngoại đạo), đối với các bậc Học, Vô học nói mười tám loại ác ngữ như sau: ‘Bọn đầu voi chúng bây làm thế nào mà biết được pháp nào đúng pháp nào sai, v.v...’ Sau đó bị đầu thai làm loại cá hình thù kỳ quái có mười tám đầu. Từ đời Phật Ca Diếp đến đời Phật Thích Ca, vẫn chưa thoát khỏi loài bàng sinh.” Tap A Hàm Kinh nói: “Sau khi Phật Câu Lưu Tôn nhập Niết bàn, vua Đao Diêu xây đại tháp cúng dường. Có một công nhân nhiều lần chê bai: “Đại tháp này không biết xây đến khi nào mới xong.” Sau khi tháp hoàn thành, người đó cảm thấy hối hận, mới dùng tiền công của mình đúc một cái linh bằng vàng treo lên trên tháp. Sau khi chết, người đó đầu thai làm người tên là Thiện Hòa, dung mạo xấu xí, thân hình thấp bé, nhưng giọng nói thanh nhã. Vì vậy, đối với tượng Phật chớ nên tùy tiện chê bai. Mỗi khi thấy tượng Phật, bất luận đẹp xấu, lớn nhỏ, chớ nên chê bai, bài bác, v.v... Có một đại hành giả Du già đem tượng Văn Thù đến hỏi ngài Atisha: “Bức tượng này đẹp xấu ra sao?” Ngài Atisha trả lời: “Tượng ngài Văn Thù, không bức nào không đẹp, chỉ có nghệ thuật hơn kém mà thôi.” Nói

xong bèn đặt bức tượng lên đầu mình. Hành giả đối với tôn tượng Phật Bồ tát cũng nên có thái độ tương tự.

Đối với Phật pháp, từ bài kệ bốn câu trở lên, không nên xem như vật đổi chác, tùy tiện cầm bán, hoặc ném trên mặt đất, hoặc để nơi bất tịnh, hoặc để chung với giày dép, hoặc bước ngang qua, v.v..., mà phải nên kính trọng như Pháp bảo. Như ngài Cẩn Đóa Ngõa, chỉ cần trông thấy kinh Phật là đứng dậy cung kính chấp tay. Lại như tôn giả Atisha, lúc mới đến Tây Tạng, có một hành giả trì mật chú không chịu theo ngài nghe pháp. Một hôm hai người gặp một người đang chép kinh lấy bừa rãnh trét lên kinh, tôn giả thấy thế, không chịu nổi bèn hét lên: “Không được, không được.” Hành giả trì mật chú thấy vậy khen ngợi cho là hy hữu, từ đó bèn theo tôn giả nghe pháp. Ngài Hạ Nhạ Ngõa nói: “Chúng ta đối với các pháp khác, tùy ý làm gì cũng được, thế nhưng nếu không cung kính Phật pháp và các vị pháp sư, thì đó là nhân duyên hủy hoại trí tuệ. Hiện nay [chúng ta] ngu ngơ như vậy cũng đã đủ rồi, đừng gây tạo thêm nhân ngu si nữa. Nếu còn ngu hơn hiện nay thì hết phương cứu chữa.”

Đối với tăng chúng, hoặc ngay những người có hình tướng xuất gia, cũng không nên chê bai hủy báng, hoặc vọng phân biệt môn phái, nhìn nhau thù hận, mà phải kính trọng chư tăng như báu vật. Khuyến Phát Tăng Thượng Ý Nhạo Kinh nói:

Người tu hành trụ chốn sơn lâm,  
Không nên nhìn lỗi của người khác  
Trong tâm cũng không khởi hơn thua,  
Hoặc cho rằng mình hơn tất cả,  
Kiêu căng là gốc của phóng dật,  
Nếu coi thường tỳ kheo thấp kém,  
Một kiếp sẽ không được giải thoát,  
Đây là thứ bậc của tu hành.

Ngài Geshe Đôn Ba, hoặc các đại hành giả Du già, khi đi đường không dám bước qua những mảnh khăn vàng, dù đã vụn nát, mà gom nhặt lại để vào những nơi đất sạch. Những hành nghi như vậy, chúng ta phải nên tùy thuận học tập. Nếu có thể tự cung kính Tam bảo như vậy thì cũng sẽ được chúng sanh cung kính. Tam Muội Vương Kinh nói:

Tạo tác nghiệp như vậy,  
Sẽ được quả như vậy.

## J2. Học xứ cộng đồng.

Có sáu điều.

1/ *Niệm công đức Tam bảo*: Như phần trên đã nói qua, nên thường tư duy sự khác biệt giữa Tam bảo và ngoại đạo, sự khác biệt giữa Phật pháp tăng và tư duy công đức của Tam bảo.

2/ *Niệm ơn sâu Tam bảo*: Những thiện hành hoặc sự an lạc phát sinh đều là do ân đức của Tam bảo, cho nên phải dùng tâm báo ơn mà cúng dường. Nếu cúng dường âm thực không gián đoạn, tức là dùng ít công lực mà có thể thành tựu được nhiều phước báo (tư lương). Các món âm thực, từ nước uống trở lên, trước khi thọ dụng đều nên chí tâm cúng dường. Ngài Hạ Nhạ Ngõa nói: “Không được dùng bánh mốc, lá héo, mà phải chọn những món ngon, tươi, sạch, đẹp để cúng dường. Cúng trà chớ nên lấy ngón tay nhúng vào rồi búng lên không trung. Ví như có ruộng tốt, lúc đáng gieo giống lại không gieo, để ruộng trở thành hoang phế. Hiện nay, có ruộng thù thắng (Tam bảo) có thể đem đến tất cả sự lợi lạc, bốn mùa cần phải gieo hạt giống lành không được gián đoạn, lại phải dùng cây của lòng tin siêng năng cấy bừa, nếu như không chịu canh tác, đây quả là điều đáng tiếc. Chúng ta đối với khoảnh ruộng thù thắng (Tam bảo) lại không quý trọng bằng ruộng đất thế gian, điều này chứng tỏ chúng ta thật không có trí tuệ. Cho nên trong

tất cả mọi thời đều phải tinh tiến cúng dường Tam bảo. Nếu được như vậy, do sức sanh trưởng mạnh mẽ của khoảnh ruộng thù thắng, trong tất cả tiến trình tu đạo, tâm lực dần dần rộng lớn. Nếu như nghe (văn) mà không ghi nhớ, tư duy mà không hiểu nghĩa lý, không thể phát khởi sự tu tập thân tâm, lúc tâm lực suy yếu nhất, thì chỉ có thể nương vào uy lực của phước điền.” Có người cho rằng: “Cúng dường không phải hoàn toàn là vật chất, mà cần phải có lòng tin. Nếu có lòng tin, dù không tài vật, tuy chỉ dùng nước trong và sự quán tưởng các phẩm vật, cũng có thể cúng dường.” Nhưng nếu như có vật thật, không chịu đem ra bố thí, mà lại nói: “Tôi là người vô phước, bản cùng, không có tài vật nào để cúng dường, v.v...”, thì sẽ giống như ngài Bồ Đa Ba nói: “Chỉ dùng vỏ ốc đựng ít cỏ thơm, mà lại cho rằng đó là nước thơm ngâm gỗ chiên đàn. Đây cũng giống như kẻ mù lường gạt người mắt sáng.” Ngài Phổ Khung Ngõa nói: “Thoạt tiên, tôi chỉ dùng một ít cỏ cúng dường, kể đến, dùng bốn loại hương thơm hòa hợp cúng dường. Hiện nay dùng các loại hương thượng diệu như Tử đinh hương, Đâu la chi, v.v..., để cúng dường.” Giả như, chỉ vì có ít vật quèn nên không dám cúng dường, thì trong đời này ắt sẽ không có cơ hội thăng tiến (trên đường tu hành). Nếu thoát tiên, cúng dường những món nhỏ nhặt, do tâm ân trọng dẫn phát, dần dần sẽ có thể cúng dường những món thượng diệu. Chúng ta nên theo gương trên mà học tập. Tương truyền ngài Phổ Khung Ngõa mỗi lần cúng dường dùng mười hai lượng vàng để mua sắm hương liệu. So với các vị Đại Bồ tát đã được tự tại, đầy đủ tư lương, một thân có thể biến hiện vô lượng thân, đi khắp tất cả các cõi, ở nơi chư Phật đã tu hành cúng dường trải qua vô lượng kiếp, thì những hành giả chỉ mới tu tập chút ít phước đức tương tự, nhưng lại sinh lòng tự mãn, cho rằng mình không cần phải tu hạnh Bồ đề như các vị Đại Bồ tát đó, thì đây là do không hiểu chánh pháp mà buông lời ngạo mạn. Bảo Vân Kinh nói: “Nếu sau khi nghe kinh điển nói về sự cúng dường thừa sự rộng lớn, phát tâm quyết định, phải nên dùng lòng vui mừng tăng thượng thù thắng mà hồi hướng công đức đến chư Phật Bồ tát.”

3/ *Niệm Đại bi*: Nên dùng lòng thương xót an lập chư hữu tình, khiến cho họ tùy theo khả năng mà quy y Tam bảo.

4/ *Khải bạch Tam bảo*: Lúc tạo tác công việc, hoặc có điều mong cầu, nên nương tựa vào Tam bảo, tùy thuận cúng dường. Bất cứ lúc nào, không được tùy thuận ngoại đạo, và các pháp thế tục, mà tâm phải luôn luôn đặt niềm tin nơi Tam bảo.

5/ *Sau khi đã biết được sự lợi ích, phải nên siêng năng tu tập pháp quy y*. Có tám điều: (a) *Gia nhập hàng ngũ Phật tử*: Tuy có nhiều loại, nhưng ở đây căn cứ vào lập trường của các ngài Atisha, Hinh Đê Ba, v.v..., là dùng sự quy y mà phán định, nghĩa là Phật tử là các hành giả đã đắc được, chưa xả bỏ, hoặc chưa mất giới thể quy y. Nếu thế, các hành giả vừa bước vào cửa Phật pháp, phải nên sinh khởi tâm chí thành thừa nhận Phật là đạo sư, Pháp là con đường chánh, Tăng là bạn đạo. Nếu không sinh khởi được tâm này, thì dù có tạo tác bao nhiêu thiện nghiệp, vẫn không phải là Phật tử. (b) *Căn bản của tất cả các giới*: Câu Xá Luận Chú nói: “Quy y là cửa cho sự thăng tiến thọ trì tất cả luật nghi.” Quy Y Thất Thập tụng nói: “Cận sự quy y Tam bảo là căn bản của tám loại giới”, ý muốn nói rằng dùng sự quy y làm kiên cố tâm mong cầu Niết bàn, từ đây cảm phát tất cả giới thể. (c) *Giảm trừ nghiệp chướng*: Tập Bồ Tát Học Luận vì muốn nêu rõ sự quy y có thể diệt trừ tội chướng nên đã dẫn mẫu chuyện về một con heo làm ví dụ. Xưa có một vị trời, sắp đầu thai vào loài heo, do vì quy y Tam bảo nên đã được miễn thọ thân heo. Lúc lâm chung vị trời đó đọc bài kệ:

Nếu quy y Phật đà,  
Ắt không đọa ác thú,  
Sau khi xả thân này,  
Sẽ được lại thân trời.



Đối với Pháp và Tăng, vị trời đó cũng đã đọc bài kệ tương tự như vậy. (d) *Tích tập phước lớn*: Nhiếp Ba La Mật Đa Luận nói:

Nếu phước quy y có hình sắc,  
Ba cõi tuy lớn không chứa nổi,  
Tựa như biển lớn, kho chứa nước,  
Phước đức quy y thật khôn lường.

(e) *Không bị đọa ác thú*. (f) *Người và phi nhân không thể làm tổn hại*. (g) *Nếu có thể trước đó quy y thính bạch Tam bảo thì tạo tác bất cứ việc gì đều dễ được thành tựu*. (h) *Mau được thành Phật*: Sư Tử Thỉnh Vấn Kinh nói: “Lòng tin đoạn trừ sự khổ sở”, nghĩa là lòng tin Tam bảo chiêu cảm được thân nhân hạ, quy y Tam bảo, tu tập đạo thù thắng, mau được thành Phật. Nếu quán niệm được những lợi ích của sự quy y như vậy, ngày đêm sáu thời phải nên siêng năng tu tập pháp quy y.

6/ *Thủ hộ không xả bỏ sự quy y*: Thân mạng, thọ dụng rớt cuộc cũng phải xả bỏ, nếu như nhân đây lại xả bỏ Tam bảo, thì trong tất cả đời sau thường bị sự khổ bức bách. Do đây phải lập thế nguyện rằng khi gặp bất cứ cảnh ngộ nào, dù phải mất thân mạng, cũng nhất quyết không xả bỏ sự quy y. Ngay cả lúc trào lộng, cũng không nên nói rằng mình xả bỏ sự quy y. Có người cho rằng “khi đến phương nào, sẽ quy y Phật phương đó.” Điều này không biết xuất phát từ kinh điển nào.

Sáu điều học xứ cộng đồng được trích từ Bồ Đề Đạo Đăng Luận Chú Thích. Ba điều trên được trích từ kinh điển, ba điều dưới được trích từ Quy Y Lục Chi Luận. Vi phạm học xứ là nhân cho sự mất giới thể quy y, nghĩa là vi phạm vào điều “dù cho mất mạng cũng không xả bỏ Tam bảo”, vì đây chính là sự xả bỏ quy y. Hơn nữa, tuy chưa xả bỏ Tam bảo, nhưng làm ngược lại thế nguyện quy y bằng cách cho rằng công đức của các tà sư ngoại đạo, v.v..., ngang bằng với công đức của Tam

bảo, đây cũng là vi phạm vào điều “không quy y với ngoại đạo tà giáo.” Đối với sự quy y không thể tin hiểu chắc chắn, cho nên cũng trở thành xả bỏ quy y. Trừ hai việc này ra, nếu phạm các điều khác, thì chỉ là sự vi phạm học xứ, mà không phải là nhân cho sự xả bỏ Tam bảo. Quy y là ngưỡng cửa thù thắng đi vào Phật pháp. Nếu dùng tâm chân thành, không phải chỉ ở ngoài miệng, mà quy y thì có thể nương tựa vào uy lực thù thắng [của sự quy y], khiến cho những tai chướng trong ngoài đều không thể xâm phạm, các công đức thù thắng dễ sinh trưởng, khó bị phá hoại, dần dần hướng thượng tăng trưởng. Cho nên hành giả phải y theo những lời hướng dẫn ở trên, tu tập các pháp sợ hãi sự khổ, quán niệm công đức mà nỗ lực quy y; hơn nữa, không nên vi phạm những học xứ đã thọ. Đây là những điều cần thiết nhất.

## 11. Đặc tính của nghiệp

H2. Sinh khởi lòng tin kiên định là căn bản cho tất cả pháp thiện

I1. Tư duy về tướng chung của nghiệp quả

J1. Nói rõ phương pháp tư duy về tướng chung

K1. Nguyên lý của sự quyết định về nghiệp

K2. Nghiệp tăng trưởng rộng lớn

K3. Nghiệp không tạo không thọ

K4. Nghiệp đã tạo không mất

**H2. Sinh khởi lòng tin kiên định là căn bản cho tất cả pháp thiện.**

**I1. Tư duy về tướng chung của nghiệp quả.**

**J1. Nói rõ phương pháp tư duy về tướng chung.**

**K1. Nguyên lý về sự quyết định của nghiệp.**

Các loài dị sinh (phàm phu) và thánh nhân, nhấn đến các loài hữu tình địa ngục nhờ gió mát tạm thời sinh khởi cảm giác vui sướng, tất cả đều do nghiệp thiện đời trước phát khởi, chưa từng do nghiệp bất thiện mà có thể phát sinh sự an lạc. Hơn nữa, tất cả các hành tướng thọ khổ, nhấn đến sự khổ (vi tế) tương tục của các vị A la hán, tất cả đều do nghiệp bất thiện đời trước phát khởi, chưa từng do nghiệp thiện mà có thể phát sinh sự khổ đau. Bảo Man Luận nói:

Từ bất thiện sinh khổ,  
Và có các ác đạo,  
Từ thiện sinh cõi lành,  
Cùng các sự an lạc.

Nên biết tất cả các sự khổ lạc, không phải không có nhân, cũng không phải do tự tính, hoặc trời Đại tự tại, v.v..., sinh ra, mà do các cộng nghiệp thiện bất thiện sinh khởi các cộng quả khổ lạc, các bất cộng nghiệp thiện bất thiện sinh khởi các bất cộng quả khổ lạc, hoàn toàn không có sự lẫn lộn. Đối với định luật của nghiệp quả, lý giải chân chánh, không khởi tâm khinh lờn, thì đây được gọi là chánh kiến của mọi hàng Phật tử, được khen ngợi là căn bản cho tất cả thiện pháp.

**K2. Nghiệp tăng trưởng rộng lớn.**

Nghiệp thiện nhỏ bé có thể sinh trưởng nghiệp thiện vô cùng to lớn. Tương tự, nghiệp ác nhỏ bé cũng có thể sinh trưởng nghiệp ác vô cùng to lớn. Sự tăng trưởng to lớn của nhân quả bên ngoài (ngoại cảnh) không thể nào so sánh với sự tăng trưởng to lớn của nhân quả bên trong (tâm thức). Tập Pháp Cú nói:

Tuy gieo nhân ác nhỏ,  
Sẽ gặt quả ác lớn,  
Bị nhiều sự tổn hại,  
Như ăn phải chất độc.  
Tuy làm việc phước nhỏ,  
Đời sau được nhiều vui,  
Thành tựu nghĩa lợi lớn,  
Như được mùa lúa chín.

**K3. Nghiệp không tạo không thọ.**

Nếu chánh nhân để chiêu cảm quả báo khổ lạc chưa được tích tập, quả báo của sự khổ lạc nhất định sẽ không sanh khởi. Thế nhưng, đối với vô lượng tư lương được tích tập bởi chư Phật, những hành giả thọ dụng (thành quả của chư Phật), tuy không cần tu tập tất cả nhân (giống như Phật), nhưng cũng cần phải tu tập một phần.

**K4. Nghiệp đã tạo không mất.**

Nếu đã tạo nghiệp thiện hoặc bất thiện, nhất định sinh khởi quả báo thiện hoặc bất thiện. Thù Thắng Tán nói:

Bà la môn cho rằng,  
Phước, tội thay thế nhau,  
Phật nói quả nhất định,  
Không làm, không thọ báo.

Tam Muội Vương Kinh cũng nói:

Dù qua trăm ngàn kiếp,  
Nghiệp đã tạo không mất,  
Khi nhân duyên đầy đủ,  
Vẫn phải thọ quả báo.

## 12. Sự khác biệt của nghiệp

### J2. Tư duy về sự khác biệt

K1. Nói rõ mười nghiệp đạo

K2. Quyết trách về nghiệp quả

L1. Quả của nghiệp ác

M1. Nói rõ về ác nghiệp đạo

M2. Nặng nhẹ khác biệt

N1. Sự nặng nhẹ của mười nghiệp đạo

N2. Lực thích về nghiệp đầy đủ lực

O1. Lực lớn của điền môn

O2. Lực lớn của y môn

O3. Lực lớn của vật môn

O4. Lực lớn của ý nhạo môn

N3. Giải thích về quả

O1. Dị thực quả

O2. Đẳng lưu quả

O3. Tăng thượng quả

L2. Quả của nghiệp lành

L3. Giải thích về sự khác biệt của nghiệp

### I2. Tư duy về tướng khác biệt

J1. Công đức và nghiệp dụng của dị thực

J2. Nhân của dị thực

### I3. Sau khi tư duy, phương pháp hành và chỉ

J1. Chỉ thị tổng quát

J2. Phương pháp dùng bốn lực để tịnh tu

### J2. Tư duy về sự khác biệt.

#### K1. Nói rõ mười nghiệp đạo.

Sau khi biết tất cả nhân quả khổ lạc đều được quyết định, nghiệp quả tăng trưởng rộng lớn, không tạo nghiệp không gặt quả, đã tạo nghiệp ắt bị quả báo, thì điều trước hết đối với đạo lý về nghiệp quả là phải làm thế nào để phát khởi tâm quyết định thủ xả. Nói tổng quát, ác hành thiện hành chỉ có ba loại là

thân nghiệp, khẩu nghiệp và ý nghiệp. Mười nghiệp đạo tuy không bao hàm tất cả nghiệp thiện bất thiện, nhưng đối với các tướng thô hiển lộ tội nặng, Đức Thế Tôn nói có mười nghiệp đạo ác. Nếu đoạn trừ mười nghiệp ác thì những nghĩa lợi lớn đạt được cũng có thể nhiếp vào mười loại, cho nên căn cứ vào đây mà nói có mười nghiệp đạo thiện. Câu Xá Luận nói:

Nhiếp những nghiệp thô,  
Thiện và bất thiện,  
Nên nói có mười.

#### Giới Kinh nói:

Giữ gìn ngữ và ý,  
Thân không tạo nghiệp ác,  
Ba nghiệp này thanh tịnh,  
Sẽ đắc quả vị Phật.

Cho nên trong Thập Địa Kinh tán thán việc đoạn trừ mười luật nghi bất thiện. Nhập Trung Luận cũng nói tóm tắt:

Đối với phạm phu và Thanh văn,  
Và hàng tự lực cầu Độc giác,  
Cùng với các Bồ tát Đại thừa,  
Chỉ có giới là nhân cõi lành.

Như vậy, dù chỉ đối với một điều giới, nếu không thường luyện tập sự phòng hộ tâm ý, mà lại cho rằng mình là hành giả Đại thừa (nên không cần giữ giới), thì đây quả thật là một loại hành giả cực kỳ hạ liệt. Địa Tạng Kinh nói: “Do mười nghiệp đạo thiện này mà được thành Phật. Giả như có người không chịu hộ trì tối thiểu là một điều giới, mà lại cho rằng mình là hành giả Đại thừa, mình là người truy cầu Vô thượng Bồ đề, thì người này là một kẻ gian dối, nói đại vọng ngữ, trước tất cả chư Phật mà dám lừa đảo thế gian, nói pháp đoạn diệt. Kẻ

ngu si này đang tự tìm đường chết, ắt sẽ diên đảo đọa lạc.” Ở đây, diên đảo đọa lạc là sự đọa lạc vào các ác đạo.

## K2. Quyết trạch về nghiệp quả.

### L1. Quả của nghiệp ác.

#### M1. Nói rõ về ác nghiệp đọa.

1/ **Sát sinh:** *Nhiếp Quyết Trạch Phân* nói có năm phần tạo thành nghiệp sát sinh: sự (căn bản), tướng (nhận thức), dụng nhạo (phát khởi), phiền não và cứu cánh (rốt ráo). Nếu đem ba phần giữa gộp thành một phần gọi là ý nhạo (thái độ), lại thêm phần gia hành (tác động), thì thành bốn phần: sự (căn bản), ý nhạo (thái độ), gia hành (tác động) và cứu cánh (rốt ráo). Lối phân chia này tương đối dễ hiểu và cũng không đi ngược bản ý của Du Già Sư Địa Luận.

Đối tượng của sự sát sanh là hữu tình (khác với kẻ chủ mưu) còn đủ mạng căn (còn sống). Đây không phải là tự sát, vì trong trường hợp tự sát, người chủ động (kẻ tự sát) chỉ phạm tội gia hành, mà không phạm tội căn bản<sup>14</sup>. Du Già Sư Địa Luận đối với ý nghĩa này nói “đối tượng không phải là kẻ chủ động.”

Trong đây, tướng (nhận thức) được phân làm bốn trường hợp: đối với hữu tình (1) tướng là hữu tình, (2) hoặc tướng là phi hữu tình; đối với phi hữu tình (3) tướng là phi hữu tình, (4) hoặc tướng là hữu tình. Trường hợp (1) và (3) là sự nhận thức không sai lầm (không có sự ngộ nhận), còn trường hợp (2) và (4) là sự nhận thức sai lầm (có sự ngộ nhận). Trong lúc phát khởi cũng có sự sai biệt. Giả như chỉ muốn giết hữu tình A nhưng lại giết lầm hữu tình B, trong trường hợp này người giết

không phạm tội căn bản. Cho nên trong sự sát hại phải không có sự nhầm lẫn mới phạm tội căn bản. Giả như muốn giết tổng quát, nghĩa là không phân biệt đối tượng, gặp ai giết nấy, trong trường hợp này không phân biệt là có sự ngộ nhận hay không, nếu giết chết đối phương, đều phạm vào tội căn bản. Dựa trên đạo lý này, chín nghiệp kia, tùy theo trường hợp, phải nên biết rõ. Ở đây, nói đến phiền não, nghĩa là trong tâm chỉ cần phát khởi một trong ba độc (hoặc tham, hoặc sân, hoặc si). Phát khởi, nghĩa là khởi tâm muốn sát hại đối phương. Gia hành (tác động) có hai phần: (1) năng gia hành, nghĩa là tự mình sát hại, hoặc bảo người khác sát hại, trong hai trường hợp này người chủ mưu đều phạm tội căn bản; (2) thể tính gia hành, nghĩa là dùng công cụ sát hại, hoặc dao gậy, hoặc thuốc độc, hoặc ác chú, v.v... Cứu cánh, nghĩa là do sự tác động, đối phương bị chết ngay lúc đó, hoặc chết vào lúc khác. Câu Xá Luận nói:

Nếu chết trước đối tượng,  
Không phạm tội căn bản<sup>15</sup>.

2/ **Trộm cướp:** Nghĩa là đoạt lấy tài vật của người khác. Trong đây, tướng và phiền não giống như trường hợp trên. Phát khởi, nghĩa là muốn dời đồ vật của người khác mặc dù họ chưa cho phép. Trong phần gia hành, năng gia hành, nghĩa là tự mình trộm cướp, hoặc sai người khác trộm cướp, thể tính của gia hành là dùng sức cưỡng đoạt, hoặc lén lút trộm cắp. Trong hai trường hợp, tội đều giống nhau. Lại còn mượn nợ, hoặc nhận đồ gửi, sau đó dùng phương tiện dối trá để cưỡng đoạt. Trong các trường hợp trên, hoặc vì mình, hoặc vì người khác, hoặc chỉ muốn làm cho đối phương hao tổn, đều phạm vào tội trộm cướp. Cứu cánh, như *Nhiếp Quyết Trạch Phân* nói: “dời đồ vật đến nơi khác”, đối với sự kiện này, tuy có nhiều cách giải thích, thế nhưng, “dời đến nơi khác” có một trường hợp ngoại lệ,

<sup>15</sup> Nếu kẻ sát nhân bị chết trước (giới thể đã bị mất), khi đối tượng (nạn nhân) bị chết, kẻ sát nhân (đã chết) vì không còn giới thể, nên không bị phạm tội căn bản, mà chỉ bị phạm tội gia hành.

<sup>14</sup> Ở đây nói không phạm tội căn bản, nghĩa là người giết không phạm vào giới trọng của điều giới sát sinh, chứ không có nghĩa là người giết không tạo nghiệp sát sinh. Tạo nghiệp và phạm giới có sự khác biệt, cần phải hiểu rõ.

chẳng hạn ruộng đất không thể di chuyển đến nơi khác, nhưng sự trộm cướp vẫn có thể đạt đến mục đích cứu cánh, nghĩa là lúc mà người trộm cướp khởi lên ý tưởng “đã lấy được.” Trong trường hợp sai khiến, hoặc chỉ bảo người khác trộm cướp, nếu người bị sai khiến khởi lên ý tưởng “đã được”, thì kẻ chủ mưu phạm vào tội trộm cướp. Ở đây cũng giống như trường hợp sát sinh. Giả như kẻ chủ mưu sai người đi giết đối phương, mặc dù kẻ chủ mưu chưa hay biết, nhưng nếu đối phương bị giết chết, thì kẻ chủ mưu bị phạm vào tội sát sinh.

3/ **Tà dâm**: Nói sơ lược có bốn loại: không đúng đối tượng, không đúng chỗ, không đúng nơi, và không đúng thời.

*Không đúng đối tượng*, tức là những phụ nữ mà mình không thể hành dâm, hoặc đàn ông, hoặc bán nam bán nữ<sup>16</sup>. *Nhiếp Quyết Trạch Phần* nói: “Đối với những người đàn bà đã có chồng, những người nữ còn đang được gìn giữ bởi gia đình, v.v..., như kinh đã đề cập đến, đều là những đối tượng không thích đáng.” Ngài Mã Minh đối với ý nghĩa này đã nói:

Người không thích đáng là:  
Được giữ gìn, tu đạo,  
Gia tộc, vua bảo hộ,  
Những kẻ thuộc người khác,  
Người thân và quyến thuộc,  
Đều không được hành dâm.

Người được giữ gìn, tức là vợ của người khác. Tu đạo, tức là những người xuất gia phái nữ. Người được gia tộc bảo hộ, tức là những người nữ chưa lập gia đình, đang được cha mẹ, hoặc chú bác cô dì, hoặc người giám hộ bảo hộ. Được vua bảo hộ, tức là những người đang bị luật pháp quản thúc. Những kẻ

thuộc người khác, tức là những cô gái mãi dâm đã được người khác bỏ tiền thuê. Điều này có nghĩa là nếu tự mình bỏ tiền thuê thì không phạm tội tà dâm. Đàn ông, nghĩa là không được hành dâm với chính mình và đàn ông khác.

*Không đúng chỗ*, nghĩa là trừ âm hộ ra, những nơi khác trên thân thể, chẳng hạn như miệng, hậu môn, đều không được hành dâm. Ngài Mã Minh nói: “Thế nào là không đúng chỗ, nghĩa là miệng, hậu môn, bấp về hoặc đui khép lại, hoặc bàn tay đang di động.” Ngài Atisha cũng dạy: “Không đúng chỗ là gì, nghĩa là miệng, hậu môn, những lỗ trước, sau trên thân trai gái, cùng bàn tay của chính mình (nghĩa là không được thủ dâm).”

*Không đúng nơi*, nghĩa là nơi tụ họp tôn nghiêm, chẳng hạn như gần chùa tháp, hoặc trước đám đông, hoặc những nơi nguy hiểm, chẳng hạn đất đá lở lĩm, hoặc cứng rắn. Ngài Mã Minh nói:

Những nơi không thích hợp:  
Ở gần nơi chùa tháp,  
Hoặc chúng tăng cư ngụ,  
Hoặc gần bậc tôn trưởng,  
Hoặc trước mặt mẹ cha,  
Đều không được hành dâm.

*Không đúng thời*, nghĩa là lúc người nữ đang có kinh nguyệt, hoặc đang thai nghén, hoặc đang thời kỳ cho con bú, hoặc đang thọ giới Bát quan trai, hoặc đang mang bệnh không thích ứng cho sự giao hợp. Hoặc sự giao hợp trở nên không chính đáng nếu số lượng vượt quá giới hạn. Có người cho rằng số lần giao hợp mỗi đêm tối đa là năm lần. Ngài Mã Minh nói:

Những lúc không thích đáng:  
Kinh nguyệt, hoặc thai nghén,  
Cho bú, không nguyện ý,

<sup>16</sup> Tức là những người nửa đàn ông nửa đàn bà (tiếng Anh gọi là gay, hoặc lesbian, hoặc transgender).

Hoặc lúc đang ưu sầu,  
Hoặc thọ Bát quan trai.

Ngài Atisha cũng có đồng quan điểm, chỉ khác ở chỗ là ngài cho rằng ban ngày cũng không thích hợp cho sự hành dâm.

Trong ba trường hợp (không đúng chỗ, không đúng nơi, và không đúng thời), hành dâm với vợ mình còn phạm tội tà dâm, huông hồ hành dâm với người khác.

Đối với sự nhận thức (tưởng), *Nhiếp Quyết Trach Phần* cho rằng “đối với đối tượng, nhận thức không sai lầm (nghĩa là không ngộ nhận).” Trong *Tỳ Nai Đa*, đối với tội ba la di bất tịnh hạnh (giới dâm), cho rằng nhận thức sai lầm hay không sai lầm đều phạm tội căn bản. *Câu Xá Luận Thích* cho rằng nhận lầm vợ người là vợ mình mà hành dâm thì không thành nghiệp tà dâm, còn như nhận lầm vợ người này là vợ người khác mà hành dâm thì có hai lối giải thích khác nhau, hoặc cho rằng thành nghiệp tà dâm, hoặc cho rằng không thành nghiệp tà dâm. Phiền não, nghĩa là sinh khởi một trong ba độc. Phát khởi, nghĩa là có ý muốn làm việc tà dâm. Đối với gia hành, *Nhiếp Quyết Trach Phần* nói rằng sai khiến người khác hành dâm, người sai khiến cũng phạm tội tà dâm, nhưng *Câu Xá Luận Thích* lại cho rằng người sai khiến không phạm tội căn bản. *Nhiếp Quyết Trach Phần* tuy cho rằng người sai khiến không phạm tội căn bản, thế nhưng chúng ta cần phải cứu xét. Cứu cánh, nghĩa là hai bộ phận giao hợp.

4/ **Nói dối**: có hai phần, (1) bốn sự: thấy nghe hay biết, và (2) bốn điều tương phản với bốn sự việc trên. Đối tượng của sự nói dối là những hữu tình có thể nghe và hiểu được. Tưởng (nhận thức), đối với sự thấy, nghe, v.v..., muốn nói là không thấy, không nghe, v.v... Phiền não, chỉ cần phát khởi một trong ba độc tham sân si. Phát khởi, dự định nói việc không thật. Gia hành, hoặc dùng lời nói, hoặc dùng sự im lặng, hoặc ra dấu,

hoặc vì mình, hoặc vì người khác mà nói dối, đều phạm tội giống nhau. Đối với ba tội: nói dối, nói dâm thọc và nói lời ác, dù sai người khác làm, kẻ chủ mưu vẫn bị phạm tội. *Câu Xá Luận Chú* cho rằng đối với bốn loại ngữ nghiệp, dù sai người khác làm, kẻ chủ mưu vẫn bị phạm tội. Thế nhưng *Tỳ Nai Đa* lại cho rằng phải chính người chủ mưu nói ra mới phạm tội cứu cánh (nghĩa là nếu sai người khác nói, kẻ chủ mưu chỉ phạm tội gia hành). Cứu cánh, nghĩa là đối phương hiểu rõ lời mình muốn nói. *Câu Xá Chú* cho rằng nếu đối phương không hiểu, người chủ mưu chỉ phạm tội ý ngữ. Hai tội nói dâm thọc và nói lời ác cũng giống như đây.

5/ **Nói dâm thọc**: đối tượng là những hữu tình đang hòa thuận, hoặc không hòa thuận. Phát khởi, nghĩa là muốn cho các hữu tình đang hòa thuận trở nên bất hòa. Gia hành, nghĩa là hoặc nói thật, hoặc nói dối, hoặc nói lời nhã nhặn, hoặc nói lời bất nhã, hoặc vì mình, hoặc vì người khác mà nói. Cứu cánh, nghĩa là đối phương hiểu lời mình muốn nói.

6/ **Nói thô ác**: nghĩa là nói với đối tượng mà mình đang phần hận. Tưởng và phiền não giống như phần trên. Phát khởi, nghĩa là muốn nói lời thô ác. Gia hành, nghĩa là dùng lời thật, hoặc không thật, nói lên lời thô ác về những lỗi lầm của đối phương, chẳng hạn như dồng dãi, thân tướng, trì giới, oai nghi, v.v... Cứu cánh, nghĩa là đối phương hiểu rõ lời mình muốn nói.

7/ **Nói ý ngữ**: nghĩa là nói những lời vô ý nghĩa, vô lợi ích. Tưởng, nghĩa là người chủ động biết rõ điều mình nói và nói ra, không cần đối phương có hiểu ý mình muốn nói hay không. Phiền não, nghĩa là khởi lên một trong ba độc tham sân si. Phát khởi, nghĩa là muốn nói những lời tạp loạn, vô ý nghĩa. Gia hành, nghĩa là khởi động việc nói lên lời vô nghĩa. Cứu cánh, nghĩa là nói xong lời mình muốn nói. Ở đây có bảy trường hợp: (1) nói về sự kiện tụng, tranh chấp; (2) ưa thích trì tụng

kinh chú ngoại đạo; (3) thốt lên những lời bi thương ta thán; (4) thốt lên những lời vui vẻ, khoái lạc; (5) ưa thích bàn luận thời sự, chính trị, những tin tức sốt dẻo; (6) nói làm nhảm trong lúc say sưa, hoặc trong lúc cuồng loạn, hoặc nói những sự việc vu vơ (vớ vẩn mục đích mưu sinh – tà mạng); (7) nói không đầu đuôi, không mạch lạc, vô ý nghĩa, hoặc nói lời trây trúa, nham nhở, nhì nhằng, v.v...

Ba giới ngữ nghiệp ở trên (nói dối, nói đâm thọc, nói thô ác) có phải cũng là ý ngữ hay không? Ở đây có hai nhà chú giải, một nhà cho rằng chúng cũng là ý ngữ, một nhà cho rằng chúng không là ý ngữ. Tôi [Tsong Kha Pa] đồng ý với nhà chú giải thứ nhất.

8/ **Tham dục**: nghĩa là tham muốn tài sản của người khác. Tương, nghĩa là biết rõ tài vật của người khác là những gì. Phiền não, nghĩa là phát khởi một trong ba độc. Phát khởi, nghĩa là muốn tài sản của người khác thuộc về mình. Gia hành, xúc tiến những điều đã nghĩ đến. Cứu cánh, dự định kỳ hạn tài sản của đối tượng sẽ thuộc về mình. Có năm điều kiện để tâm tham trở thành trọn vẹn: (1) tham luyện tài sản của chính mình, (2) tham lam tích tụ tài vật, (3) tham muốn tài vật của người khác, (4) mưu mô chiếm đoạt tài sản của người khác, (5) không biết cảnh tỉnh, không biết hổ thẹn về những họa hoạn của lòng tham muốn, khao khát tích tụ tài vật cho chính mình. Nếu thiếu một trong năm điều kiện này thì tâm tham không trở thành trọn vẹn. Du Già Sư Địa Luận cho rằng năm điều kiện này áp dụng chung cho mười nghiệp bất thiện. Trong những trường hợp sau đây tâm tham sẽ không được trọn vẹn, chẳng hạn, nghĩ rằng: “làm sao để gia chủ nhà đó trở thành nô bộc của mình, để mình có thể có tất cả những gì mình muốn”; hoặc đối với vợ con, đồ vật, ẩm thực của người đó, cũng khởi lên ý nghĩ tương tự như vậy; hoặc nghĩ rằng: “làm sao cho mọi người biết được mình là người thiếu dục, sống hạnh viễn ly, tinh tiến tu hành, đầy đủ đa văn, để họ bố thí cho mình”; hoặc nghĩ rằng: “làm thế nào để

các đức vua, các đại thương gia, bốn chúng đệ tử cúng dường mình y phục, ẩm thực”; hoặc nghĩ rằng: “làm thế nào để mình được sinh lên cõi trời, tha hồ hưởng thọ ngũ dục”, nhắm đến “sinh lên cõi trời tha hoá tự tại.” Hơn nữa, đối với tài sản của cha mẹ, vợ con, hoặc của nô bộc, sinh tâm muốn chiếm đoạt làm của riêng, đây cũng là tham dục.

9/ **Sân khuê**: trong đây, căn bản, tương và gia hành cũng giống như phần nói thô ác. Phát khởi, nghĩa là muốn đánh đập, v.v..., hoặc mong cho đối phương bị giết, bị tù tội, hoặc mong cho họ bị tai nạn, mất mát tài sản, v.v... Gia hành, nghĩa là từ những dự mưu phát khởi hành động. Cứu cánh, tâm đã quyết định muốn đánh đập, v.v... Trong đây có năm phần - nếu đầy đủ thì gọi là trọn vẹn, nếu thiếu một phần thì gọi là không trọn vẹn - tức là năm tâm: (1) có tâm ghen ghét, nghĩa là biết rõ ràng những việc làm để tổn hại đối phương; (2) tâm không nhẫn nại, nghĩa là hăng hái làm những việc tổn hại kẻ khác; (3) có tâm oán hận, nghĩa là thường nghĩ đến việc làm tổn hại kẻ khác; (4) có tâm mưu tính, nghĩa là nghĩ cách đánh đập, sát hại, v.v...; (5) có tâm che dấu, nghĩa là không biết hổ thẹn, lỗi lầm, tránh né tâm sân hận của mình, chẳng hạn nghĩ rằng: “Kẻ đó đã làm, hoặc sẽ làm tổn hại đến mình, cho nên mình phải làm tổn hại cho họ (để trả thù).” Tất cả những sự tư duy, mưu kế, đều chỉ có mục đích tổn hại đối phương.

10/ **Tà kiến**: trong đây, căn bản là những ý nghĩa có thực; tương, nghĩa là tin rằng những điều phi báng là chân thực; phiền não, nghĩa là phát khởi một trong ba độc; phát khởi, nghĩa là sự ưa thích phi báng; gia hành, nghĩa là đối với những điều đã tư duy phát khởi hành động. Sự phi báng có bốn loại: phi báng nhân, phi báng quả, phi báng tác dụng và phi báng sự thực. (a) Phi báng nhân, nghĩa là cho rằng không có hành động tốt, hành động xấu, v.v... (b) Phi báng quả: nghĩa là cho rằng không có quả báo của những hành động tốt, xấu, v.v... (c) Phi báng tác dụng được chia làm ba loại: (1) phi báng tác dụng gieo giống,



trưởng dưỡng, nghĩa là cho rằng không có cha, không có mẹ; (2) phỉ báng tác dụng đến đi, nghĩa là cho rằng không có đời quá khứ, đời vị lai; (3) phỉ báng tác dụng thọ sinh, nghĩa là cho rằng không có loài hữu tình hóa sinh. (d) Phỉ báng sự thực, nghĩa là cho rằng không có A la hán, Bồ tát, Phật, v.v... Cứu cánh, nghĩa là quyết định phỉ báng. Có năm hành tướng (năm tâm) khiến cho sự phỉ báng trở nên trọn vẹn: (1) có tâm ngu muội, nghĩa là không hiểu rõ ý nghĩa chân thực; (2) có tâm bạo ác, nghĩa là ưa làm ác; (3) có tâm ương ngạnh, nghĩa là đối với các pháp không chịu quán sát đúng như chánh lý; (4) có tâm thất hoại, nghĩa là cho rằng không có những hành động tốt như bố thí, ái dưỡng, thờ tự, v.v...; (5) không có tâm hổ thẹn, nghĩa là đối với những tà kiến đã phát khởi, không biết hổ thẹn, không biết lỗi lầm, cũng như không biết tìm cách xa lánh. Nếu thiếu một trong năm tâm này, thì gọi là tà kiến không trọn vẹn. Tuy tà kiến còn có nhiều loại khác, nhưng chỉ gọi những loại vừa nêu trên là tà kiến, vì chúng có thể đoạn diệt tất cả thiện căn, tâm ý tùy thuận vào ác kiến mà hành sự, đây là những tà kiến nặng nhất trong tất cả tà kiến.

Trong đây, sát sinh, nói thô ác, sân khuê, do ba độc phát khởi, do tâm sân cứu cánh. Trộm cắp, tà dâm, tham dục, do ba độc phát khởi, do tâm tham cứu cánh. Vọng ngữ, nói dối chiêu và ý ngữ, phát khởi cứu cánh đều do ba độc. Tà kiến do ba độc phát khởi, do tâm si cứu cánh. Hơn nữa, tư duy là nghiệp, nhưng không phải là nghiệp đạo; bảy nghiệp của thân và ngữ vừa là nghiệp vừa là nghiệp đạo, vì đây là chỗ hành xử của tư duy. Còn tham sân si là nghiệp đạo, nhưng không phải là nghiệp<sup>17</sup>.

<sup>17</sup> Theo nguyên tắc nghiệp báo của Tiểu thừa, chỉ có bảy nghiệp của thân và miệng (sát sanh, trộm cắp, tà dâm, nói dối, nói đâm thọc, nói thô ác, nói ý ngữ) mới chiêu cảm quả báo (nghiệp đạo). Tư duy (tư tâm sở) tuy tạo tác (đẩy lên) nghiệp, nhưng tự nó không thể chiêu cảm quả báo (nghiệp đạo), mà phải qua trung gian của bảy nghiệp vừa nêu trên. Tham sân si tuy là động năng chiêu dẫn quả báo ác thú (nghiệp đạo), nhưng chúng chỉ là tâm thức,

## M2. Nặng nhẹ khác biệt.

### N1. Sự nặng nhẹ của mười nghiệp đạo.

Bổn Địa Phần nói có sáu loại nghiệp nặng. (1) Hiện hành, nghĩa là dùng ba độc, hoặc tuy không có ba độc, nhưng phát khởi hành động cực kỳ mãnh liệt. (2) Thói quen, nghĩa là gần gũi, luyện tập trong một thời gian lâu dài, hoặc thường tu tập các nghiệp bất thiện. (3) Tự tính, nghĩa là bảy nghiệp của thân và miệng, nghiệp trước nặng hơn nghiệp sau, còn ba nghiệp của ý, thì nghiệp sau nặng hơn nghiệp trước. (4) Sự, nghĩa là làm lợi ích hoặc tổn hại đến Phật, pháp, tăng, sư trưởng, v.v..., đều gọi là nghiệp nặng. (5) Thuận ác, nghĩa là chuyên tâm thọ hành những nghiệp bất thiện, nhân đến lúc chết cũng chưa làm một nghiệp thiện. (6) Trừ ác, nghĩa là đoạn trừ các nghiệp bất thiện, xa lìa tâm tham, v.v..., khiến cho các nghiệp thiện ly dục thanh tịnh. Thân Hữu Thư nói:

Thường hay đam mê, không đời trị,  
Từ ruộng ân phước khởi các nghiệp,  
Là năm nghiệp nặng thiện, bất thiện,  
Cho nên phải siêng tu nghiệp lành.

Ở đây, Tam bảo là nơi nương tựa của công đức, cha mẹ là nơi nương tựa của ân đức, phân ra thành năm nghiệp (Phật, pháp, tăng, cha, và mẹ).

### N2. Lược thích về nghiệp đầy đủ lực.

#### O1. Lực lớn của điền môn.

chưa phải hành động, cho nên chúng không phải là nghiệp. Nói tóm, theo Tiểu thừa chỉ có thân nghiệp và khẩu nghiệp, không có ý nghiệp; nhưng theo Đại thừa, tham sân si cũng là nghiệp (ý nghiệp).

Điền (ruộng), nghĩa là ruộng tội phước, tức là Tam bảo, sư trưởng, cha mẹ, v.v... Đối với những đối tượng này, dù không dùng thái độ mãnh liệt, chỉ cần gây sự tổn hại nhẹ, hoặc đem sự lợi ích sơ sài, cũng có thể gặt lấy quả báo tội phước to lớn. Niệm Trụ Kinh nói: “Giả sử trộm đồ vật của Tam bảo, tuy không đáng giá, sau đó hoàn trả lại, nếu là đồ vật thuộc về Phật bảo và pháp bảo, thì người trộm không phạm tội, nếu đồ vật thuộc về Tăng bảo chưa được sử dụng, thì người trộm bị phạm tội. Nếu trộm thức ăn [của thường trụ] sẽ bị đọa địa ngục, còn nếu trộm các vật khác [của Tăng bảo] sẽ bị đọa địa ngục hắc ám. Các vị Bồ tát cũng là những ruộng tội phước rất lớn.” Nhập Sinh Trí Lực Ấn Kinh nói: “Nếu khởi tâm giận dữ quay lưng về phía Bồ tát ngồi, nói lời như sau: ‘Người đó là kẻ cực ác, tôi không muốn nhìn mặt.’ Tội miệt thị này còn nặng hơn tội khởi tâm giận dữ cưỡng bức tất cả chúng sinh trong mười phương thế giới nhập vào địa ngục hắc ám. Hơn nữa, tội khởi tâm giận dữ buông lời nhục mạ Bồ tát còn nặng hơn tội thiêu hủy hằng hà sa táp miếu.” Nhập Định Bất Định Ấn Kinh nói: “Nếu sinh lòng kính tin, chiêm ngưỡng, tán thán một vị Bồ tát thắng giải Đại thừa, công đức còn thù thắng hơn công đức đem lòng thương xót trị liệu cho mười phương chúng sinh đui mù được mắt sáng, hoặc công đức đem mười phương chúng sinh ra khỏi địa ngục, lại ban cho họ sự vui của ngôi vị chuyển luân vương, hoặc sự vui cõi trời.” Tối Cực Tịch Tĩnh Thân Biến Kinh nói: “Nếu làm chướng ngại sự tu thiện của Bồ tát, dù nhỏ như việc đem một nắm cơm bỏ thí cho súc sinh, quả báo còn nặng hơn giết tất cả chúng sinh ở cõi Nam diêm phù đề, hoặc cưỡng đoạt tất cả tài sản của họ.” Cho nên đối với những sự kiện vừa nêu trên, hành giả phải nên cực kỳ cẩn trọng.

## O2. Lực lớn của y môn.

Như một viên sắt, dù nhỏ cách mấy, rơi xuống nước vẫn chìm, nhưng nếu đem viên sắt đó, dù lớn cách mấy, chế tạo thành chiếc thuyền, đem xuống nước vẫn nổi. Hiện nay, người

khéo tu và vụng tu, đối với vấn đề phạm tội nặng nhẹ, cũng tương tự như vậy. Nếu như biết sám hối tội lỗi đã tạo, giữ gìn không cho tiếp tục vi phạm, không che dấu lỗi lầm, tu tập phương tiện khéo đối trị, thì gọi là người khéo tu. Nếu không làm như thế, mà lại coi thường giới luật, biết lỗi mà vẫn cố ý phạm, lại còn khoác lác, huênh hoang, thì sẽ phạm tội nặng. Bảo Uẩn Kinh nói: “Giả sử trong tam thiên đại thiên thế giới, tất cả hữu tình đều có lòng tin Đại thừa, trụ giai vị chuyển luân vương, mỗi người đều dâng ngọn đèn, lượng dầu như biển lớn, tìm đèn như núi Tu di, cùng dâng cúng Phật tháp, công đức không bằng một vị Bồ tát xuất gia thắp một ngọn đèn dầu cúng dường Phật tháp.” Trong đây, lòng tin của người cúng dường và ruộng phước không có sự khác biệt, thế nhưng, công đức cúng dường rõ ràng có sự khác biệt, là do y môn (sự y vào giới luật). Từ đây, có thể suy ngầm rằng có sự khác biệt giữa có giới hoặc không có giới, hoặc thọ một điều giới, hai điều giới, ba điều giới mà tu hành, và sự kiện mà chúng ta có thể thấy rõ ràng là càng thọ nhiều điều giới thì sự tu hành càng nhanh chóng thành tựu. Chẳng hạn như người tại gia tu bố thí, thiện căn lực của sự bố thí giữa người đang tu trai giới, và người không thọ giới, có sự lớn nhỏ khác biệt rất xa. Trì Phật Hỷ Giới Kinh nói: “Nếu có tỳ kheo phá giới, đắp áo cà sa, thọ dụng của tín thí, sẽ phạm tội nặng hơn so với một người tại gia liên tục tạo mười nghiệp ác trong một trăm năm.” Đây cũng là do y môn mà phạm tội nặng. Giới Kinh cũng nói: “Chẳng thà nuốt hòn sắt nóng đỏ, còn hơn đem thân phá giới vào làng khát thực.”

## O3. Lực lớn của vật môn.

Trong các pháp bố thí, bố thí Phật pháp (thuyết pháp) thù thắng hơn bố thí tài vật, trong các pháp cúng dường Phật, tu hành đúng pháp thù thắng hơn đem tài vật cúng dường. Đây chỉ là một ví dụ, các trường hợp khác cũng phải nên biết.

## O4. Lực lớn của ý nhạo môn.

Bảo Uẩn Kinh nói: “Nếu có Bồ tát không lia tâm mong cầu thành Phật (không xả bỏ tâm Bồ đề), tuy chỉ rải một đóa hoa cúng dường Phật, được phước đức thù thắng hơn phước đức của tất cả chúng sinh trong tam thiên đại thiên thế giới, mỗi người xây tháp Phật lớn hơn núi Tu Di, lại dùng tất cả hương hoa, thừa sự cúng dường trong hằng hà sa kiếp.” Đây là quả báo ưu liệt cùng thái độ khác biệt của sự lợi mình lợi người. Hơn nữa, các môn khác như nhanh, chậm, lâu, tạm, v.v..., hành giả cũng phải nên biết rõ. Trong các ác hành, những phiền não nặng tuy có thể lực rất lớn, nhưng thế lực của sân hận so ra lại càng lớn hơn. Nhập Bồ Tát Hành Luận nói:

Một niệm sân hủy diệt,  
Ngàn kiếp từng tích tụ,  
Bồ thí, cúng dường Phật,  
Tất cả chư phước thiện. (Phẩm 6, kệ 1)

Lại nữa, đối với các bạn đồng tu, sân hận với các Bồ tát tội càng nặng hơn. Tam Muôi Vương Kinh nói: “Nếu hai bên tìm cách hại nhau, thì sự trì giới đa văn không thể cứu họ, tu tập thiền định, trụ nơi tịch tĩnh, bồ thí cúng dường Phật cũng không thể cứu.”

### N3. Giải thích về quả.

#### O1. Dị thực quả.

Mười ác nghiệp đạo, mỗi đạo đều tùy thuộc vào ba độ tham sân si mà phân làm ba phẩm. Trong đây, đối với mười nghiệp sát sinh, trộm cắp, v.v..., nghiệp nặng chiêu cảm quả báo địa ngục, nghiệp vừa chiêu cảm quả báo súc sinh, nghiệp nhẹ chiêu cảm quả báo ngạ quỷ. Đây là lối giải thích của Bốn Địa Phần, nhưng Thập Địa Kinh lại cho rằng nghiệp vừa chiêu cảm quả báo ngạ quỷ, và nghiệp nhẹ chiêu cảm quả báo súc sinh.

#### O2. Đăng lưu quả.

Sau khi ra khỏi ác thú, tuy thọ thân người, theo thứ tự của mười nghiệp, sẽ bị quả báo thọ mạng ngắn ngủi, thọ dụng thiếu thốn, vợ con lang chạ, thường bị hủy báng, bạn bè xích mích, gặp chuyện trái ý, người khác không tuân lời, ba độ tham sân si hỷ hưng.

#### O3. Tăng thượng quả.

Do sức mạnh của nghiệp sát sanh ảnh hưởng đến hoàn cảnh bên ngoài mà thực phẩm hoa quả đều ẻo ọt, mùi vị nhạt nhẽo, v.v...; do sức mạnh của nghiệp trộm cắp ảnh hưởng đến hoàn cảnh bên ngoài mà thời tiết thất thường, hạn hán bão lụt, mùa màng thất thu, v.v...; do sức mạnh của nghiệp tà dâm ảnh hưởng đến hoàn cảnh bên ngoài mà cõi nước đầy dẫy bùn lầy, phần uế, tâm thường bất an, v.v...; do sức mạnh của nghiệp nói dối ảnh hưởng đến hoàn cảnh bên ngoài mà việc trồng trọt, nông nghiệp, thương nghiệp đều không hưng thịnh, v.v...; do sức mạnh của nghiệp nói đâm thọc ảnh hưởng đến hoàn cảnh bên ngoài mà đất đai gồ ghề, cao thấp khó đi, v.v...; do sức mạnh của nghiệp nói thô ác ảnh hưởng đến hoàn cảnh bên ngoài mà mặt đất đầy dẫy gai góc, sỏi đá, rác rưởi, v.v...; do sức mạnh của nghiệp ý nghĩ ảnh hưởng đến hoàn cảnh bên ngoài mà cây cỏ không đơm bông kết trái, hoặc hoa quả sái mùa, v.v...; do sức mạnh của nghiệp tham dục ảnh hưởng đến hoàn cảnh bên ngoài mà những việc hưng thịnh, năm tháng ngày đêm trở nên yếu ớt, v.v...; do sức mạnh của nghiệp sân hận ảnh hưởng đến hoàn cảnh bên ngoài mà hưng khởi các bệnh ôn dịch, chiến tranh chết chóc, v.v...; do sức mạnh của nghiệp tà kiến ảnh hưởng đến bên ngoài mà các nguồn tài nguyên quý giá đều ần mất, v.v...

#### L2. Quả của nghiệp lành.

Nghiệp thiện, nghĩa là tư duy về họa hoạn của các nghiệp sát sinh, trộm cắp, tà dâm; có đủ tâm lành, phòng hộ sự gia hành của các nghiệp ác, cũng như phòng hộ không cho tạo tác thân nghiệp rất ráo. Tương tự, bốn nghiệp của miệng và ba nghiệp của ý cũng phối hợp như vậy. Nếu muốn nhấn mạnh sự khác biệt thì nói riêng là ngũ nghiệp, ý nghiệp. Đây là nói theo *Bốn Địa Phần*. Căn bốn, ý nhạo, gia hành và cứu cánh, tùy loại mà phối hợp. Như căn bản của sự đoạn trừ sát sinh là vì (thương xót) hữu tình; ý nhạo của sự không sát sinh là vì thấy họa hoạn của sự sát sinh. Gia hành là sự phòng hộ việc sát sinh. Cứu cánh là phòng hộ viên mãn thân nghiệp (không sát sinh). Dựa vào đạo lý này, các nghiệp khác cũng tương tự. Trong đây, dị thực quả của ba nghiệp thiện: hạ phẩm sinh cõi người, trung phẩm sinh trời cõi dục, thượng phẩm sinh trời cõi sắc và vô sắc. Hai quả đặng lưu và tăng thượng, phối hợp ngược lại phần bất thiện nghiệp ở trên.

### L3. Giải thích về sự khác biệt của nghiệp.

Thứ nhất, sự khác biệt giữa dẫn nghiệp và mãn nghiệp. Ở cõi lành, dẫn nghiệp là thiện; ở cõi ác, dẫn nghiệp là bất thiện. Còn mãn nghiệp thì không nhất định. Tuy sinh vào cõi lành, vẫn có thể thọ thân thể tàn khuyết, dung mạo xấu xí, chết yểu, nhiều bệnh, bần cùng, v.v..., đây là do nghiệp ác chiêu cảm. Ở cõi bàng sinh, vẫn có những loài hưởng thọ sự sung sướng, đây là do nghiệp lành chiêu cảm. Như vậy, dẫn nghiệp do nghiệp lành dẫn dắt, trong đó mãn nghiệp có hai loại thiện và bất thiện; dẫn nghiệp do nghiệp ác dẫn dắt, trong đó mãn nghiệp cũng có hai loại thiện và bất thiện. Tổng cộng thành bốn loại.

Thứ hai, sự khác biệt giữa sự “nhất định thọ báo” và “không nhất định thọ báo.” Nhất định thọ báo, nghĩa là dùng sự cố ý tạo nghiệp và tăng trưởng nghiệp; không nhất định thọ báo, nghĩa là không cố ý tạo nghiệp, và chưa tăng trưởng nghiệp. Sự khác biệt giữa tạo và tăng trưởng là: tạo nghiệp có nghĩa là tác ý

(tư nghiệp) và phát động (tư dĩ nghiệp) hai nghiệp thân và khẩu; tăng trưởng có nghĩa là tạo mười nghiệp

### I2. Tư duy về tướng khác biệt.

Đoạn trừ mười nghiệp ác tuy cũng được quả báo thân thể thù thắng, thể nhưng, nếu được quả báo thân thể viên mãn có thể tu tập nhất thiết trí thì đây là quả báo thù thắng vô song, cho nên hành giả phải nỗ lực gặt được quả báo này.

### J1. Công đức và nghiệp dụng của quả dị thực.

Có tám loại: (1) *Thọ lượng viên mãn*: nghiệp lành đời trước đưa đến quả báo trường thọ, do đây đối với việc nghĩa lợi cho mình và người, có thể trụ thế lâu dài để tu tập thiện nghiệp. (2) *Hình sắc viên mãn*: hình tướng trang nghiêm, các căn đầy đủ, tướng tá cân xứng, mọi người trông thấy đều hoan hỷ, nghe theo lời dạy dỗ. (3) *Dòng dõi viên mãn*: sinh vào dòng dõi cao quý, được mọi người kính trọng, nói ra lời gì, không ai dám trái ý. (4) *Tự tại viên mãn*: có tài sản thế lực lớn, quyền thuộc tùy tùng đông đảo, do đó có thể nhiếp thọ giáo hóa thành thực hữu tình. (5) *Lời nói cao quý*: do nghiệp thân miệng không lừa đảo kẻ khác, cho nên chúng sinh tin tưởng vâng lời, do đó có thể dùng pháp tứ nhiếp hóa độ khiến cho hữu tình thành thực. (6) *Thế lực danh tiếng lớn*: siêng năng tu tập đầy đủ các công đức bố thí, v.v..., trở thành đối tượng cúng dường của tất cả chúng sinh, làm người bạn trợ giúp họ trong tất cả sự nghiệp, và chúng sinh, vì muốn báo ân bèn tuân theo lời giáo hóa. (7) *Đầy đủ nam tướng*: vì muốn làm khí cụ tu tập tất cả công đức, mong cầu tăng trưởng công đức trí tuệ, ở giữa đám đông không sợ, có thể chung sức với mọi người, hoặc ở nơi vắng vẻ tu hành không bị chướng ngại. (8) *Đầy đủ sức mạnh*: do nghiệp lành đời trước, ít bị đau bệnh, hoặc hoàn toàn không bị đau bệnh, do nhân duyên đời này, có sức mạnh mẽ can đảm, do đây đối với công việc không bị mệt nhọc, cương quyết dũng mãnh, có óc quán sát, mau chóng đắc thần thông trí tuệ.

## J2. Nhân của dị thực.

Có tám loại: (1) Không làm tổn hại và lia xa ý tưởng muốn làm tổn hại hữu tình. Kệ nói:

Nếu đến lò sát sinh,  
Phóng sinh làm lợi ích,  
Ngăn việc hại hữu tình,  
Được quả báo trường thọ.  
Thường chăm sóc người bệnh,  
Lại bố thí thuốc men,  
Không đánh đập người khác,  
Được quả báo không bệnh.

(2) Bố thí đèn đuốc và y phục sạch sẽ, v.v... Kệ nói:

Bố thí mà không sân,  
Được quả báo sắc đẹp,  
Nếu như không ganh ghét,  
Được quả báo bạn lành.

(3) Hàng phục ngã mạn. Cung kính sư trưởng và mọi người giống như tôi tớ cung kính chủ nhân. (4) Thường bố thí cho kẻ cầu xin quần áo, thức ăn, v.v...; nếu như họ không cầu xin, cũng thường làm lợi ích cho họ. Thường bố thí vật dụng cho những người nghèo khổ, cùng những bậc tôn trưởng đức hạnh đang thiếu thốn vật chất. (5) Tu tập đoạn trừ bốn loại khẩu nghiệp (nói dối, nói lời ác, nói đâm thọc và nói lời vô ích). (6) Phát nguyện đời đời tu tập tất cả công đức, cùng cúng dường Tam bảo, cha mẹ, Thanh văn, Độc giác, Hòa thượng, A xà lê, v.v... (7) Ưa thích công đức của bậc trượng phu, thấy được sự bất lợi nên nhàm chán thân nữ, ngăn chặn ước muốn của những kẻ muốn thọ thân nữ, tìm cách cứu thoát những kẻ hủy hoại

nam căn. (8) Nguyên làm những việc mà kẻ khác không làm được, phụ giúp những nơi cần người cộng tác, hơn nữa, cung cấp âm thực.

Trong tám điều này, nếu đầy đủ ba duyên sẽ được quả báo thù thắng. (1) *Tâm thanh tịnh*: Đối với chính mình, có hai trường hợp: (a) tu tập thiện nhân, hồi hướng Vô thượng Bồ đề; (b) không mong cầu quả báo, dùng tâm chí thành tha thiết để tu tập thiện nhân. Đối với kẻ khác, có hai trường hợp: (a) thấy bạn đồng tu, bất luận giai cấp, đều đoạn trừ tâm ganh ghét, so đo, chê bai, khởi lòng tùy hỷ; (b) nếu như chưa được như vậy, mỗi ngày nên thường quán sát hành vi cử chỉ của chính mình. (2) *Gia hành thanh tịnh*: Đối với chính mình, tu tập không gián đoạn trong thời gian lâu dài. Đối với những người chưa thọ giới, khuyến khích thọ giới, sau khi đã thọ giới, khen ngợi khiến họ hoan hỷ, an trụ dài lâu, không xả bỏ những điều đã thọ. (3) *Phước điền thanh tịnh*: Hai loại ý nhạo và gia hành đưa đến nhiều quả báo thù thắng, giống như ruộng phước.

## I3. Sau khi tư duy, phương pháp hành và chỉ.

### J1. Chỉ thị tổng quát.

Nhập Bồ Tát Hành Luận nói:

Làm sao mà thoát khỏi,  
Sự ác gây khổ đau,  
Vì thế con quyết tâm,  
Ngày đêm nghĩ trừ khổ. (Phẩm 2, kệ 62)

Lại nói:

Phật nói thắng giải là,  
Gốc của tất cả thiện,  
Căn bản của thắng giải,  
Là quán sát nghiệp quả.

Sau khi biết rõ nghiệp báo thiện ác, phải nên thường tu tập, bởi vì nghiệp quả là sự kiện vi tế, khó nghĩ khó bàn. Tam Muôi Vương Kinh nói: “Trăng sao có thể rơi rụng, núi non có thể băng hoại, hư không có thể biến đổi, nhưng Phật chưa hề nói dối.” Bởi thế, đối với lời Phật dạy nên sinh lòng tin vững chắc. Trước khi đạt đến lòng tin chân thật, dù học pháp nào, cũng không được chur Phật hoan hỷ. Có một số hành giả tự cho rằng đã hiểu rõ Tính Không, nhưng lại không tin nhân quả. Do vì không thận trọng cho nên kiến giải Tính Không cũng trở thành điên đảo. Những hành giả thật sự thấu rõ Tính Không ắt sẽ dùng ý nghĩa duyên khởi làm công cụ trợ giúp vào việc sinh khởi lòng tin vào nhân quả. Kinh trên cũng nói:

Tất cả pháp như trăng đáy nước,  
Như mộng, huyễn, điện chớp, bọt bèo,  
Tuy không duyên với thân đời sau,  
Nhưng khi thọ sanh vào các nẻo,  
Những nghiệp đã tạo không tiêu mất,  
Tùy nghiệp thiện ác thọ quả báo,  
Những đạo lý này rất thâm sâu,  
Khó lường cảnh giới của chur Phật.

Bởi thế, phải nên sinh khởi lòng tin vững chắc đối với nhân quả của hai nghiệp thiện ác. Cần phải ngày đêm quán sát ba nghiệp để dứt trừ các nẻo ác. Nếu như lúc đầu chưa thể hiểu rõ sự khác biệt của nghiệp quả, hoặc chỉ hiểu biết chút ít, mà lại buông lung ba nghiệp thân khẩu ý, thì đây chỉ là tự mình mở cửa ác đạo. Hải Vân Kinh nói: “Này Long vương! Chur Bồ tát dùng một pháp mà có thể đoạn trừ sự đọa lạc của các đường ác, đó là thường quán sát các pháp thiện, tư duy làm thế nào để ngày đêm an trụ trong các pháp thiện.” Sau khi suy ngẫm như thế, bèn dứt trừ các ác hành. Đế Giả Phẩm nói: “Đại vương. Xin chớ sát hại sinh mạng, chúng sinh rất yêu tiếc thân mạng của họ, cho nên nếu muốn được trường thọ, trong tâm cũng chớ

nên nghĩ đến việc sát sinh.” Đối với mười tội bất thiện, chớ nên xem thường, dù chỉ phát khởi một vọng niệm, phải thường cẩn thận tu tập phòng hộ. Ngài Khang Lũng Ba nói với ngài Phổ Khang Ngõa: “Ngài Geshe Đôn Ba cho rằng chỉ có nghiệp quả là điều rất quan trọng. Theo ý tôi, hiện nay giảng thuyết về văn (kinh điển) tư (thiền định) đều không có gì khó, chỉ có giảng giải về nghiệp quả mới thật là khó.” Ngài Phổ Khang Ngõa trả lời: “Tôi lúc già (không còn sức để hành trì nhiều), chỉ nương vào quyển Hiền Ngu Nhân Duyên Kinh (nói về nhân quả).” Ngài Hạ Nha Ngõa nói: “Khi đệ tử phạm lỗi làm gì, Đức Phật không trách mắng mà chỉ nói rằng: “Do tạo nghiệp này mà hiện nay mới sinh khởi lỗi lầm như vậy.””

## J2. Phương pháp dùng bốn lực để tịnh tu.

Phải nên nỗ lực đoạn trừ các ác hành. Nếu nhân vì những nhân duyên phóng dật và phiền não mãnh liệt mà phát sinh tội chướng, thì cũng không nên tùy tiện bỏ qua, mà cần phải tu tập các phương pháp diệt trừ tội chướng do Đức Đại Từ Phụ chỉ bảo. Hơn nữa, có những nghi thức **sám hối thanh tịnh**, như trong ba loại luật nghi đã phân biệt giảng rõ. Muốn sám hối thanh tịnh, cần phải có bốn lực:

(1) Năng phá lực, nghĩa là khởi tâm sám hối những nghiệp ác mà mình đã gây tạo từ vô thủy đến nay. Muốn sinh khởi tâm này, phải tu tập quán sát ba loại nghiệp ác chiêu cảm quả báo khổ, v.v... Nên y theo Kim Quang Minh Sám và Tam Thập Ngũ Phật Sám Pháp mà tu tập.

(2) Đối trị hiện hành lực, có sáu loại: (a) nương vào sự đọc tụng các kinh Bát Nhã, v.v...; (b) nương vào thắng giải về Tính Không, thâm nhập lý vô ngã để thấu hiểu pháp tính; (c) y vào sự trì tụng các đà ra ni thù thắng, như Bách Tự, v.v... Kinh Diệu Tý Thịnh Vân nói:

Như lửa thánng tư đốt núi rừng,  
 Không bị ngăn chặn, cháy khắp nơi,  
 Dùng lửa tưng niệm, gió giới luật,  
 Sức mạnh tinh tấn, thiêu tội ác,  
 Lại như mặt trời soi núi tuyết,  
 Khiến cho băng giá đều chảy tan,  
 Ánh sáng giới luật, sức tưng niệm,  
 Khiến núi tội ác đều tan tành,  
 Lại như ánh sáng trong đêm đen,  
 Khiến cho bóng tối đều tiêu trừ,  
 Ngàn năm bóng đêm của tội ác,  
 Do đèn tưng niệm, đều tiêu tan.

Đây là sự trì tụng trước khi thấy được điềm lành của sự diệt tội, chẳng hạn như, theo sự mô tả trong Chuân Đề Đà La Ni Kinh: “Trong mộng thấy nôn mửa thức ăn xấu, hoặc thấy mình nuốt hoặc mưa ra sữa, tồ lặc, v.v..., hoặc thấy mặt trời mặt trăng, hoặc thấy mình đi trên không, hoặc gặp lửa lớn, trâu nước, hàng phục người đen đúa, hoặc thấy các vị tỳ kheo, tỳ kheo ni, hoặc thấy cây chảy ra sữa, hoặc thấy sư tử hoặc trâu chúa, núi cao, tòa sư tử, hoặc thấy mình đi vào những cung điện nguy nga, hoặc được nghe pháp, v.v...”; (d) nương vào uy lực của hình tượng, nghĩa là sau khi đã được niềm tin kiên cố đối với Đức Phật, bèn tô đức hình tượng của ngài; (e) nương vào uy lực của sự cúng dường, nghĩa là sắm sửa đầy đủ các đồ cúng dường Đức Phật và tháp miếu; (f) nương vào uy lực của danh hiệu Phật, nghĩa là sau khi nghe được danh hiệu Phật và chư Đại bồ tát bèn nhất tâm thọ trì. Trên đây là những lời dạy được trích từ Tập Bồ Tát Học Luận. Ngoài ra còn rất nhiều những điều khác nữa.

(3) Giả chỉ lực, nghĩa là chánh niệm phòng hộ mười điều bất thiện. Nhật Tang Kinh nói: “Do sự phòng hộ này, có thể diệt trừ nghiệp ác đã tạo, như sát sanh, v.v..., hoặc tự mình làm, hoặc bảo người khác làm, hoặc thấy người khác làm sanh tâm

vui mừng.” Đối với ba môn “nghiệp chướng, phiền não chướng và sở tri chướng”, trong Tỳ Nai Da Quảng Thích có nói: “Nếu không có tâm phòng hộ chí thành, để cho phạm tội, rồi sau đó sám hối, thì những lời sám hối đều là giả dối.” Trong giới luật cũng nói: “Sau khi sám hối, có phòng hộ hay không?” Cho nên điều tối quan trọng cho sự phòng hộ là không được tiếp tục tạo tội ác. Nhưng muốn phát được tâm này, phải nương vào giả chỉ lực (tức là phòng hộ mười điều bất thiện.)

(4) Y chỉ lực, nghĩa là quy y Tam Bảo, tu tập Bồ đề tâm.

Tóm lại, Đức Phật tuy vì những hành giả sơ cơ mà nói nhiều phương pháp đối trị, thế nhưng, phải đầy đủ bốn lực vừa nêu trên mới là sự đối trị viên mãn.

Quy tắc của sự diệt tội, nghĩa là nhân của những sự khổ lớn trong đời vị lai biến thành nhân của sự khổ nhỏ; hoặc tuy bị đọa vào đường ác, nhưng lại không thọ khổ; hoặc trong hiện đời chỉ chịu những quả báo nhẹ, như nhứt đầu, v.v..., rồi sau đó tội liền tiêu diệt. Như vậy, những tội đáng lẽ phải thọ khổ lâu dài thì chuyển thành sự thọ khổ ngắn hạn, hoặc hoàn toàn không thọ khổ. Điều này cũng phải căn cứ vào lực lượng của sự sám hối là mạnh hay yếu, cùng với bốn lực đối trị toàn vẹn hay không toàn vẹn, nhưng cũng không nhất định. Trong kinh luận nói: “Trải qua trăm ngàn kiếp, nghiệp đã tạo không mất”, đây là đối với những hành giả không tu bốn lực đối trị mà nói. Nếu như y theo lời dạy, dùng bốn lực để sám hối thì quả báo nhất định (định nghiệp) cũng trở thành thanh tịnh (không thọ quả báo). Bát Thiên Tụng Thích cũng nói tương tự. Như vậy, do công năng của sự phòng hộ và sám hối, có thể phá hoại công năng sanh khởi quả báo dị thực (quả báo ác), dù gặp những duyên khác, quả báo dị thực cũng không sanh khởi. Những trường hợp tà kiến, sân hận, đoạn diệt căn lành, v.v..., cũng tương tự như vậy. Đây là lời dạy trong Phân Biệt Xí Nhiên Luận.

## 12. Sự khác biệt của nghiệp

Thế nhưng, hai sự thanh tịnh: (a) do sám hối phục hồi sự thanh tịnh, và (b) sự thanh tịnh từ lúc đầu, chưa hề phạm giới, có sự khác biệt rất lớn. Như trong Bồ Tát Địa nói về việc phạm tội căn bản, nghĩa là sau khi sám hối thanh tịnh, có thể thọ lại giới thể, thế nhưng, trong hiện đời không thể chứng đắc Sơ địa. Lại như trong Nhiếp Ma Kinh nói: “Nếu phạm tội báng pháp, sau đó, trong bảy năm, mỗi ngày sám hối ba thời, tuy tội tiêu diệt, nhưng dù tu tập siêng năng cách mấy đi nữa, muốn chứng Noãn vị, cần phải trải qua mười đại kiếp.” Do đây, “thanh tịnh vô dư” có nghĩa là (do sám hối) đã triệt để (vô dư) phá hoại quả báo ác, thế nhưng, nếu muốn chứng đắc đạo quả, vẫn cần phải trải qua một thời gian rất lâu xa. Cho nên các bậc thánh nhân đối với các tội nhỏ, dù mất thân mạng, cũng không dám vi phạm.



thọ dụng và quyền thuộc.” Nhiều kinh điển khác cũng nói do bốn Ba la mật đầu thành tựu sắc thân.

Đến đây đã giải thích xong phần tu tập hạ sĩ đạo.

### 13. Hành tướng của bậc hạ sĩ

F2. Số lượng phát tâm

F3. Trừ tà phân biệt

#### F2. Số lượng phát tâm.

Giả sử trước đó trong tâm mong cầu quả báo hiện đời, nhưng ngoài mặt lại giả vờ mong cầu quả báo đời sau, thì cần phải thay đổi lập trường, lấy sự mong cầu quả báo đời sau làm chánh, sự mong cầu quả báo hiện đời làm phụ. Hơn nữa, phải nên kiên cố chí nguyện, và cần phải nỗ lực khéo léo tu tập.

#### F3. Trừ tà phân biệt.

Có người nghe kinh điển dạy rằng “nên xả bỏ tất cả quả báo tốt đẹp thế gian”, vì hiểu lầm lời dạy này mà cho rằng thân thể, những sự thọ dụng, và tất cả quả báo lành trên thế gian đều là nhân cho sự luân hồi, bèn đối với tất cả quả báo lành đều không khởi tâm mong cầu. Đây là điều hết sức lầm lẫn. Nên biết những điều mong cầu có hai loại: (a) cầu quả báo tạm thời hiện đời, (b) cầu nghĩa lợi (an lạc) cứu cánh. Đối với những quả báo thế gian tốt đẹp cho thân tâm, thì ngay những người tu hạnh giải thoát cũng nên khởi tâm mong cầu. Bởi vì nhờ vào thân này mà triển chuyển thọ sanh, rốt ráo đạt được quyết định giải thoát cứu cánh. Và lại, không phải tất cả quả báo thọ dụng tốt đẹp trên thế gian đều dính mắc vào sanh tử luân hồi, bởi vì thân tâm này khi đạt đến cứu cánh thì tức là thân Phật viên mãn, cõi nước trang nghiêm, đầy đủ quyền thuộc, v.v... Do đây, Trang Nghiêm Kinh Luân đối với ý nghĩa sâu sắc này nói: “Do bốn Ba la mật đầu (bố thí, trì giới, nhẫn nhục, tinh tấn) mà thành tựu sắc thân,

## 14. Quán sát khổ đế

E2. Thứ đệ tu tâm chung với bậc trung sĩ

F1. Chính thức tu tập tâm này

G1. Nhận định tâm cầu giải thoát

G2. Phương tiện sinh khởi tâm này

H1. Tư duy về khổ đế, họa hoạn của luân hồi

I1. Mật ý của Phật khi giảng tứ đế, nói khổ đế trước nhất

I2. Nói rõ tu tập khổ đế

J1. Tư duy sự khổ tổng quát của luân hồi

K1. Tư duy về tám khổ

K2. Tư duy về sáu khổ

J2. Tư duy sự khổ riêng biệt của từng cõi

K1. Tư duy sự khổ ở ba ác đạo

K2. Tư duy sự khổ ở cõi người

K3. Tư duy sự khổ của loài a tu la

K4. Tư duy sự khổ của loài trời

L1. Sự khổ của trời cõi dục

M1. Khổ vì sau khi chết bị đọa lạc

M2. Khổ vì bị lãng nhục, sợ hãi

M3. Khổ vì bị cắt xẻo, phân thân, tàn hại, xua đuổi

L2. Sự khổ của trời cõi sắc và vô sắc

**E2. Thứ đệ tu tâm chung với bậc trung sĩ.**

**F1. Chính thức tu tập tâm này.**

**G1. Nhận định tâm cầu giải thoát.**

Sau khi tư duy ý nghĩa sự chết và sau khi chết sẽ đọa vào ác đạo, hành giả không còn mong cầu quả báo hiện đời, mà khởi tâm mong cầu đời sau sanh vào cõi lành; bằng sự nương vào quy y và quán sát nghiệp quả, hành giả quyết tâm nỗ lực tu thiện diệt ác. Nương vào sự tu tập, hành giả tuy có thể đạt được quả báo thù thắng ở cõi lành, nhưng không nên thỏa mãn với

những công đức nhỏ nhoi này, mà phải từ ý hướng của bậc hạ sĩ dẫn phát đến ý hướng của bậc trung sĩ, nghĩa là đình chỉ tất cả đam mê lạc thú thế gian. Kế đến, nương vào nhân duyên [tu tập trung sĩ đạo], phát Bồ đề tâm, dẫn khởi ý hướng của bậc thượng sĩ. Cho nên hành giả, sau bậc hạ sĩ, phải nên tu tập ý hướng của trung sĩ đạo.

Đại khái, tu tập hạ sĩ đạo, hành giả tuy có thể đạt được quả báo trời người, nhưng vẫn chưa vượt được hành khổ, hơn nữa, lại còn chấp vào cảnh vui, cho là chân thật. Đây là một sự kiện cực kỳ điên đảo. Thật ra, cảnh giới trời người hoàn toàn không có sự an lạc, bởi vì sau khi hưởng hết phước báo, nhất định sẽ bị đọa vào ác đạo, rồi cuộc cũng vẫn phải thọ khổ. Sự giải thoát có nghĩa là thoát khỏi tất cả sự trói buộc; còn phiền não và nghiệp là hai sự trói buộc chính trên thế gian. Do lực tăng thượng của phiền não và nghiệp, nếu dùng “cảnh giới” mà phân thì có dục giới, sắc giới và vô sắc giới; nếu dùng “nẻo” mà phân thì có năm nẻo, hoặc sáu nẻo (trời, người, a tu la, súc sanh, ngạ quỷ, địa ngục); nếu dùng “cách thọ sanh” mà phân thì có bốn loại sanh (thai sanh, noãn sanh, thấp sanh, hóa sanh). Thể tánh của sự trói buộc này tức là sự kết uẩn tương tục. Thoát khỏi sự trói buộc tức là được giải thoát, và muốn được sự giải thoát thì phải phát tâm mong cầu [sự giải thoát này].

**G2. Phương tiện sanh khởi tâm này.**

Ví như muốn giải trừ sự khát, trước tiên cần phải nhận thức nỗi khổ của sự khát là một sự kiện không đáng ưa, sau đó tìm cách thoát khỏi nỗi khổ của nó. Tương tự, muốn được sự tịch diệt, giải thoát khỏi sự khổ [do sự trói buộc của thủ uẩn], thì cũng phải thấy được sự không đáng ưa của sự khổ trói buộc, và tìm cách thoát khỏi sự trói buộc để được tự tại. Nếu không tu tập quán sát sự khổ của ba cõi thì sẽ không sinh tâm cầu giải thoát khỏi ba cõi để đạt đến sự tịch diệt giải thoát. Tứ Bách Tụng nói:

Nếu không nhàm ba cõi,  
Làm sao ra Niết bàn.

## H1. Tư duy về khổ đế, họa họa của luân hồi.

### II. Mật ý của Phật khi giảng Tứ đế, nói khổ đế trước nhất.

Tập đế là nhân, khổ đế là quả, trước là tập, sau là khổ, tại sao Đức Thế Tôn không thuận theo thứ tự mà lại nói: “Này các tỳ kheo, đây là khổ thánh đế, đây là tập thánh đế.” Đức Thế Tôn nói ngược thứ tự nhân quả của tập và khổ là muốn nói đến ý nghĩa quan trọng của sự tu trì, cho nên không có lỗi gì cả. Điều này còn có nghĩa gì? Nếu trước tiên không khởi tâm chân chánh mong cầu giải thoát thì sẽ không có nền tảng cho sự giải thoát, như vậy lấy gì làm dẫn đạo cho sự tu hành giải thoát? Một lý do nữa là vì những hành giả tu học đều bị vô minh che lấp, chấp cảnh khổ cho là cảnh vui, bị cảnh giới làm mê hoặc. Như Tứ Bách Tụng nói:

Ở trong biển khổ này,  
Mênh mông không bờ bến,  
Hiện nay đang trôi ngụp,  
Sao không sanh sợ hãi.

Cõi giới này, chân thật mà nói, toàn là sự khổ, không có gì vui. Đức Phật nói đến nhiều tướng khổ là để cho hành giả sanh tâm nhàm chán cõi khổ, vì thế, trước tiên ngài nói khổ đế. Do đây, nếu thấy được mình đang chìm trong biển khổ, muốn thoát ra khỏi, cần phải trừ diệt sự khổ. Thế nhưng, nếu chưa đoạn trừ được nguyên nhân của sự khổ, thì không thể ngăn chặn được sự khổ, do đó, hành giả bèn tư duy về nguyên nhân của sự khổ mà biết được tập đế. Kế đến, hiểu rõ sự khổ thế gian là do nghiệp hữu lậu phát sanh, nghiệp từ phiền não phát sanh, và căn bản của phiền não là sự chấp ngã. Từ đây mà hiểu rõ tập đế. Nếu biết được rằng ngã chấp cũng có thể bị đoạn trừ, thì sẽ phát

nguyện cầu chứng đắc diệt đế để trừ diệt nguyên nhân của sự khổ (tức ngã chấp). Vì những lý do này, Đức Phật mới nói diệt đế ngay sau tập đế.

Có người hỏi: “Nếu vậy, sau khi hành giả được chỉ rõ khổ đế, Đức Phật có thể giảng ngay diệt đế. Đây cũng là điều hợp lý?” Trả lời: “Đức Phật giảng theo trình tự của ngài cũng không có gì sai trái. Và lại, hành giả sau khi nghe khổ đế, tuy muốn diệt khổ, mong cầu giải thoát, nhưng vì chưa biết rõ nguyên nhân của sự khổ, chưa thấy được việc có thể đoạn trừ nguyên nhân của sự khổ, cho nên đối với việc tu tập chứng đắc giải thoát vẫn còn phân vân chưa quyết định.” Kế đến, nếu như trong hiện đời, nhận thức được sự tu tập chứng đắc diệt đế thì sẽ tư duy cách nào để đạt đến mục tiêu, do đây sẽ chuyển nhập đạo đế (phát tâm tu hành). Vì lý do này, Đức Thế Tôn giảng giải đạo đế sau cùng.

Pháp tứ đế này, trong các pháp Đại, Tiểu thừa đều giảng nói nhiều lần, bởi vì đó là pháp thiết yếu mà Đức Thế Tôn đã tổng kết pháp lưu chuyển sinh tử và pháp hoàn diệt sinh tử (Niết bàn). Đây cũng là trình tự cần thiết để dẫn đạo người tu hành. Nếu như hành giả chỉ tư duy về khổ đế, nhưng chưa thể dứt trừ sự tham luyến thế gian, thì sự mong cầu giải thoát chỉ là hư dối. Bất cứ công hạnh tu tập nào cũng đều trở thành tập đế. Nếu hành giả chưa tư duy về tập đế, chưa hiểu rõ những tập khí phiền não thế gian, mà vội vàng tu pháp diệt đế, thì cũng giống như chưa nhìn rõ hồng tâm (mục tiêu) mà đã vội buông tên. Đây là phá hoại điểm trọng yếu của chánh đạo, quay sang chấp trước các pháp tu [tạp nhiễm] thế gian, cho đó là chánh (là đúng), tuy lao phí công sức tu hành nhưng vẫn không đạt được đạo quả. Nếu chưa hiểu rõ khổ tập, thì cũng không nhận rõ sự giải thoát tịch diệt, dù nói đến sự mong cầu giải thoát thì cũng chỉ là những lời khoe khoang tự thị mà thôi.

## 12. Nói rõ tu tập khổ đế.

### J1. Tư duy sự khổ tổng quát của luân hồi.

#### K1. Tư duy về tám khổ.

Muốn tu tập các pháp của bậc trung sĩ, trước tiên phải tu tập tất cả các pháp dành cho bậc hạ sĩ. Đối với các pháp khác biệt với bậc hạ sĩ, nếu có tuệ lực thì nên tu tập những điều trình bày bên dưới. Nếu như tuệ lực yếu ớt, có thể tạm gác lại những phần chi tiết, và chỉ cần tu tập những điểm chính. Ở đây, tuy dùng sự tư duy quán sát để tu tập, thế nhưng, ngoại trừ cảnh sở duyên, không nên để tâm tán loạn vào những cảnh giới khác, dù thiện, ác hay vô ký. Khi trụ tâm vào cảnh sở duyên, phải nên trừ khử tâm điều cử, v.v..., và không nên rơi vào trạng thái thụ miên, hoặc trầm một. Phải khiến cho tâm thức cực kỳ trong sáng, tỉnh lặng mà dần dần tu tập. Nhập Bồ Tát Hành Luận nói:

Tuy tụng niệm nhiều năm  
Lại tu chư khổ hạnh  
Nếu tâm thường tán loạn  
Phật nói tu vô ích. (Phẩm Năm, kệ 16)

Điều này muốn nói dùng tâm tán loạn tu tập thiện hạnh chỉ đưa đến những quả báo nhỏ nhất yếu ớt. Tu Tín Đại Thừa Kinh nói: “Thiện nam tử. Do những sự kiện này, có thể nói rằng các vị Bồ tát phát khởi lòng tin Đại thừa, thành tựu tất cả công đức Đại thừa đều là do chuyên tâm, chân chánh tư duy pháp nghĩa phát sinh.” Tâm không tán loạn có nghĩa là ngoại trừ sự chuyên chú vào cảnh sở duyên lành, tâm không rong ruổi theo những trần cảnh khác. Pháp nghĩa, nghĩa là văn (kinh văn) và nghĩa (nghĩa lý). Chánh tư duy, nghĩa là dùng quán tuệ quán sát tư duy cân nhắc. Điều này nêu rõ dù tu bất cứ pháp [xuất sinh công đức] nào đều phải cân hai thứ này, cho nên nói muốn dẫn phát tất cả công đức của ba thừa, đều phải cân hai đức: (1) ngoại trừ sự chuyên chú vào cảnh sở duyên lành, không để tâm

rong ruổi theo những trần cảnh khác, mà phải chuyên nhất trụ vào chân xa ma tha (chỉ), hoặc các pháp tùy thuận pháp chỉ; (2) khéo quán sát cảnh sở duyên lành, như sở hữu tính, tận sở hữu tính, tỳ bát xá na (quán), hoặc các pháp tùy thuận pháp quán. Điều này cũng giống như Giải Thâm Mật Kinh nói: “Này Từ Thị. Chư Thanh văn, hoặc chư Bồ tát, hoặc chư Như lai có được tất cả thiện pháp thế gian, hoặc xuất thế gian, nên biết đây đều là quả báo của pháp xa ma tha, tỳ bát xá na.” Nếu không chân thực tu tập chỉ quán, hoặc hai pháp tùy thuận thì không nhất định thành đạt tất cả công đức của ba thừa.

Quán sát tám khổ:

[1] Trước tiên **quán sát sinh khổ**, có năm phần: (a) *Lúc sinh có các khổ đi kèm*: như các hữu tình địa ngục, một loài ngựa quý toàn chịu khổ, và các loài thai sinh, noãn sinh, đang lúc sinh ra phải chịu nhiều sự khổ thống. (b) *Sự sinh có nhiều phiền não thô trọng đi kèm*: nghĩa là các chủng tử phiền não sinh trưởng hòa hợp, khiến cho hữu tình bị phiền não theo đuổi, bức bách, không được tự tại. (c) *Sự sinh là nơi nương tựa của các khổ*: sự khổ nương vào ba cõi mà thọ sinh, cho nên các sự khổ của lão bệnh tử tùy theo đó mà tăng trưởng. (d) *Sự sinh là nơi nương tựa của phiền não*: nếu thọ sinh ở thế gian, trong cảnh giới đầy dẫy phiền não, ba độc tham sân si tự động tăng trưởng, khiến thân tâm không được tịch tĩnh, chỉ toàn sự khổ do phiền não từ nhiều phương diện bức bách thân tâm. (e) *Sự sinh là khởi đầu của sự chết (ly biệt)*: biên tế cuối cùng của cuộc sống là sự chết. Chết không phải là điều mong cầu, mà chỉ đem đến cho chúng sinh sự sợ hãi và khổ não. Hành giả phải thường quán sát những sự khổ vừa nêu trên.

[2] **Quán sát lão khổ**, có năm phần: (a) *Sắc trẻ suy thoái*: nghĩa là lưng còng, tóc bạc, trán nhăn, má hóp, v.v..., toàn là những sự kiện không đáng ưa. (b) *Khí lực suy thoái*: nghĩa là khi ngồi cảm giác như bị đá đè, khi đứng cảm giác như

bị đóng đinh, nói năng ngọng nghịu, đi đứng khó khăn, v.v... (c) *Các căn bị suy thoái*: như mắt mờ, tai điếc, đãng trí hay quên, ký ức suy giảm, v.v... (d) *Thọ dụng cảnh giới suy thoái*: chẳng hạn ăn uống khó tiêu, v.v..., đối với các trần cảnh khác cũng không thể thọ dụng. (e) *Thọ mạng suy thoái*: nghĩa là đang đi dần đến sự chết. Hành giả phải nên thường quán sát những sự khổ này. Ngài Cẩn Nã Ngõa nói: “Sự chết tuy khổ, nhưng chỉ xảy ra trong một đoạn thời gian ngắn, còn sự khổ già nua thì lại càng ác liệt hơn.” Ngài Gia Nã Ngõa nói: “Sự già nua đến dần dần còn có thể nhẫn thọ, nếu các sự khổ già nua cùng đến một lúc ắt không thể nào nhẫn thọ.”

[3] **Quán sát bệnh khổ**, có năm phần: (a) *Thân thể biến hoại*: nghĩa là thân thể ốm yếu gầy gò, da dẻ khô khan, v.v... (b) *Sống trong sự lo âu khổ sở*: nghĩa là các cấu trúc trong cơ thể như nước, v.v..., nặng nhẹ không chừng mực, rối loạn thân xác, do đây, người bệnh sinh khởi ưu não, sống u uất qua ngày. (c) *Không thể thọ những cảnh giới yêu thích*: nghĩa là đối những cảnh giới ưa thích, vì bệnh hoạn dày vò, không thể thọ dụng như ý muốn, cũng không thể điều chỉnh các oai nghi động tác. (d) *Bị cưỡng bách thọ dụng những cảnh giới không ưa thích*: chẳng hạn như ẩm thực không vừa ý, v.v..., hoặc phải chịu đựng những phương pháp trị liệu khó nhẫn như bị chích, châm, v.v... (e) *Bệnh tật có thể làm giảm thiểu tuổi thọ*: chẳng hạn gặp phải bệnh nan y, không thể chữa trị, lòng sinh sầu khổ. Hành giả đối với những sự khổ như vậy phải nên tỉ mỉ quán sát.

[4] **Quán sát tử khổ**, có năm phần: (a) phải xả bỏ sự thọ dụng, (b) bạn bè, (c) quyến thuộc, (d) thân xác, bốn loại cảnh giới đáng yêu, và (e) lúc mạng chung, thọ nhận những sự cực kỳ ưu khổ. Nếu hành giả đối với những cảnh khổ này vẫn chưa nhàm chán sợ hãi thì cần phải thường tu tập quán sát. Ý nghĩa của bốn sự khổ đầu (a-d) là thấy mình xa lìa cảnh giới đáng yêu nên sinh ưu khổ.

[5] **Quán sát oán tắng hội khổ**, có năm phần: (a) gặp kẻ oán thù sinh lòng ưu khổ; (b) sợ bị trị phạt; (c) sợ bị tiếng xấu; (d) sợ bị chết trong sự khổ bức; và (e) phạm pháp hoặc phá giới, nghĩ rằng khi chết bị đọa ác đạo nên sinh lòng ưu khổ. Hành giả phải nên quán sát những điều này.

[6] **Quán sát ái biệt ly khổ**, có năm phần: (a) lia xa những người thân thương nhất, tâm sinh ưu khổ; (b) cất tiếng than van; (c) hiện dáng dấp bi thương; (d) nghĩ đến điều tốt của họ (người thân thương nhất), sinh lòng lưu luyến, tâm sinh nhiệt não; hoặc (e) nghĩ đến người đó thiếu thốn, không đầy đủ vật dụng. Hành giả đối với những điều này nên chú tâm quán sát.

[7] **Quán sát cầu bất đắc khổ**, có năm phần: giống như ái biệt ly, cầu bất đắc có nghĩa là: (a) trông trọt mà không gặt hái được, (b) kinh doanh mà không thu hoạch lợi tức, v.v.... Nói tóm, đối với những điều mong cầu, rốt cuộc không được toại nguyện, thất vọng đau khổ. Hành giả nên quán sát các sự khổ như vậy.

[8] **Tư duy ý nghĩa năm uẩn đều là khổ**, có năm phần: (a) [năm uẩn] sẽ trở thành công cụ của sự khổ; (b) làm nơi nương tựa của sự khổ; (c) làm công cụ cho khổ khổ; (d) làm công cụ cho hoại khổ, và (e) làm công cụ cho hành khổ. Hành giả phải nên thường xuyên quán sát. Trong đây, (a) thọ thân năm uẩn này sẽ dẫn đến sự khổ đời sau; (b) làm nơi nương tựa cho sự khổ, nghĩa là năm uẩn là nơi nương tựa của lão, bệnh, v.v...; (c) và (d) những phiền não thô trọng hòa hợp sinh ra khổ khổ và hoại khổ; (e) sinh ra thân năm uẩn tức là đã hàm chứa hành uẩn, vì tất cả hành đều là do nghiệp thức tác động, đây đều là hành khổ. Nếu đối với ý nghĩa năm uẩn thế gian chưa sinh khởi sự nhận thức chân chánh, chưa khởi tâm chân thật yếm ly, thì chưa thể sinh khởi tâm mong cầu giải thoát chân thật, và hơn nữa, đối với các hữu tình thế gian đang trôi lăn trong sinh tử cũng không thể sinh khởi tâm đại bi phương tiện cứu độ. Do

đây, các hành giả tu học Phật pháp, bất luận Đại Tiểu thừa, tâm tăng thượng ý nhạo (mong cầu giải thoát) này vô cùng quan trọng.

## K2. Tư duy về sáu khổ.

Thân Hữu Thụ nói: “Có sáu sự khổ là: (1) mọi sự đều bất định, (2) không biết thỏa mãn, (3) xả thân đời này qua đời khác, (4) thọ thân đời khác qua đời này, (5) thọ sinh các cõi cao thấp khác nhau, (6) đơn thân không bạn lữ (lúc sanh, đến một mình, khi chết, đi một mình).” Sáu điều này có thể thu gọn thành ba: (a) trong vòng luân hồi không có gì bảo đảm, (b) đối với sự thọ dụng cảnh vui, không biết thỏa mãn, (c) trôi lăn từ vô thi. Phần (a) lại chia làm bốn: [i] đối với thân đã thọ, không có sự bảo đảm, nghĩa là có thân là có chết; [ii] đối với sự tổn hại, lợi ích đều không có sự bảo đảm, nghĩa là cha, con, mẹ, vợ đều thay đổi lòng dạ, thân thù biến đổi, lúc ghét lúc thương, v.v..., không có sự nhất định; [iii] đối với sự hưởng phước (cảnh giới vui) không có sự bảo đảm, lúc lên cao, lúc xuống thấp, thăng trầm không định; [iv] đối với sự sum họp không có sự bảo đảm, nghĩa là sẽ ra đi (chết) một mình. Phần (c) Trôi lăn từ vô thi, nghĩa là thọ sinh từ đời này qua đời khác, không có cùng tận. Hành giả phải nên thường quán sát như vậy.

Hơn nữa, khi tâm tham tăng trưởng, cảnh vui tạm thời hiện tiền, bất quá chỉ là đối với sự khổ tạm ngừng mà sinh cảm tưởng cho là vui. Đây không phải là do dứt trừ sự khổ mà được sự vui chân thật. Ví như đi bộ lâu cảm thấy khổ, vừa được tạm ngồi nghỉ ngơi bèn cho là vui (lạc), đây là do sự khổ đi bộ tạm ngừng, cho nên cảm thấy vui, không phải là sự vui thật sự. Giả như ngồi lâu, thì lại cảm thấy sự khổ xuất hiện (giống như lúc đi bộ). Nếu như tự tính của tiền cảnh là nhân của sự vui, thì cũng là nhân của sự khổ, vì tùy thuộc vào thời gian tính, qua một giai đoạn nào đó sẽ tăng trưởng sự khổ; những thi vi tạo tác như đi, đứng, nằm, ngồi, ăn uống, ngày đêm, v.v..., trong một giai đoạn

nào đó sinh ra cảm giác vui, nếu quá một đoạn thời gian (ngồi quá lâu, ăn quá nhiều, v.v...), thì sự khổ sẽ bắt đầu sinh khởi. Nên biết như vậy. Đây là lời dạy trong Nhập Thai Kinh và Tứ Bách Tụng Bốn Thích.

## J2. Tư duy sự khổ riêng biệt của từng cõi.

### K1. Tư duy sự khổ của ba ác đạo.

Như đã nói chi tiết ở phần trên.

### K2. Tư duy sự khổ ở cõi người.

Nên biết, những nỗi khổ về [1] cảm xúc không đáng ưa như đói, khát, lạnh, nóng, [2] sự truy cầu không toại, cùng [3] sự lao nhọc, lại còn các sự khổ [4] sinh, [5] lão, [6] bệnh, [7] tử, như đã nói ở phần trên, tổng cộng có bảy loại. Tập Pháp Cú nói:

Tất cả khổ ác đạo,  
Cõi người đều có đủ,  
Bức bách giống địa ngục,  
Nghèo như cõi diêm la,  
Khổ giống như bàng sinh,  
Kẻ mạnh hiếp kẻ yếu,  
Khinh miệt và tàn hại,  
Liên tục như suối chảy.

Tứ Bách Tụng cũng nói:

Người trên lao tâm trí,  
Kẻ dưới nhọc xác thân,  
Hai khổ đưa cuộc đời,  
Đến dần nơi bại hoại.

**K3. Tư duy sự khổ của loài a tu la.**

Loài a tu la không nhẫn chịu nổi sự hưởng thụ thù thắng của loài trời nên sinh lòng ganh ghét, tâm ý nhiệt nảo, bèn chiến đấu với loài trời, do đây đưa đến hậu quả khổ đau, như thân thể bị thương tổn, hoặc bị giết chết, v.v... Loài này tuy có trí tuệ, nhưng bị dị thực chướng, cho nên không thể tu hành kiến đế (không thể chứng sơ quả).

**K4. Tư duy sự khổ của loài trời.****L1. Sự khổ của trời cõi dục.****M1. Khổ vì sau khi chết bị đọa lạc.**

Loài trời lúc sắp chết, có năm tướng chết hiện ra, khiến cho họ sinh tâm ưu khổ. Sự khổ này so ra còn lớn hơn những khoái lạc mà họ đã từng hưởng thụ. Năm tướng chết là: (a) hình tướng xấu xí; (b) không còn ưa thích chỗ ngồi của mình; (c) hoa trên đầu héo tàn; (d) y phục nhơ nhớp, và (e) thân thể chảy mồ hôi mà trước giờ chưa từng có. Thân Hữu Thư nói:

Nếu từ cõi trời đọa,  
Vì đã hưởng hết phước,  
Cho nên sẽ sinh vào,  
Địa ngục, quỷ, bàng sinh.

**M2. Khổ vì bị lãng nhục, sợ hãi.**

Đối với các vị trời đầy đủ đại uy đức, hoặc khi các vị trời phước đức cực kỳ thù thắng sắp sinh ra, các vị trời ít phước thường cảm thấy sợ hãi, thọ nhận sự ưu khổ rất lớn.

**M3. Khổ vì bị cắt xẻo, phân thân, tàn hại, xua đuổi.**

Khi trời và a tu la đánh nhau, các vị trời bị khổ vì thương tích, thân thể bị cắt xẻo, hoặc bị giết chết. Nếu như bị cắt đầu thì sẽ bị chết, còn nếu thân thể bị cắt xẻo thì sẽ được lành lại. Khổ vì bị xua đuổi, nghĩa là một khi các vị trời có uy đức lớn nổi cơn sân nộ, thì các vị trời ít phước liền bị xua đuổi ra khỏi cung điện của mình.

**L2. Sự khổ của trời cõi sắc và vô sắc.**

Hai cõi trời sắc và vô sắc, tuy không có khổ khổ, nhưng vẫn còn đầy đủ phiền não, tập khí, đối với sự sống chết cũng chưa được tự tại, bởi vì còn các phiền não thô trọng tức là còn khổ. Tập Pháp Cú nói:

Hai cõi sắc, vô sắc,  
Tuy không còn khổ khổ,  
Đầy đủ tính “định, lạc”,  
Trụ nhiều kiếp bất động,  
Nhưng không phải giải thoát,  
Sau đó vẫn bị đọa,  
Có vẻ như vượt thoát,  
Nhưng cảnh khổ ác đạo,  
Nhưng cõi vui không bền,  
Như chim bay ngang trời,  
Như đứa trẻ buông tên,  
Rốt cuộc vẫn bị đọa,  
Giống ngọn đuốc cháy lâu,  
Tàn lụi từng giây phút,  
Bị hành khô, hoại khổ,  
Thi nhau làm tổn hại.

## 15. Quán sát tập đế

- H2. Tư duy tập đế, thứ tự của vòng luân hồi
- I1. Hành tướng của sự phát sinh phiền não
- J1. Nói rõ phiền não
- J2. Thứ tự sinh khởi của phiền não
- J3. Họa hoạn của phiền não
- I2. Hành tướng tích tập tăng trưởng của nghiệp
- J1. Nhận thức sự tích tập tăng trưởng của nghiệp đã tạo
- J2. Sự tăng trưởng tích tập như thế nào
- I3. Hành tướng của sự chết và sự tái sinh tương tục
- J1. Từ duyên
- J2. Từ tâm
- J3. Hơi nóng tụ về chỗ nào
- J4. Lý luận về sự sau khi chết trở thành thân trung ấm
- J5. Hành tướng lúc thân trung ấm thọ sinh

### H2. Tư duy tập đế, thứ tự của vòng luân hồi.

#### I1. Hành tướng của sự phát sinh phiền não.

Phiền não và nghiệp đều là nhân tố cho sự luân hồi, nhưng phiền não là động lực chính. Nếu không phiền não, dù có tích tập bao nhiêu nghiệp chẳng nữa, cũng không thể tạo tác thân ngũ uẩn đời sau; giống như hạt giống, nếu không có nước, phân bón, v.v..., thì cũng không thể nảy mầm. Nếu có phiền não, dù không có nghiệp quá khứ, vẫn có thể liên tục tích tập nghiệp mới, tạo thành thân ngũ uẩn đời sau. Nhân Minh Luận nói:

Nếu đã vượt hữu, ái,  
Nghiệp khác không dẫn sinh,  
Vì cấu sinh [phiền não] đã tận.

Lại nói:

Nếu còn hữu, ái,  
Ắt sẽ thọ sinh.

Nên biết việc đối trị phiền não rất là quan trọng, do vì biết rõ hành tướng phiền não nên được tự tại; bởi thế, hành giả phải nên thiện xảo trong việc đối trị phiền não này.

#### J1. Nói rõ phiền não.

Nói sơ lược, hành tướng của phiền não có mười loại. (1) *Tham*: duyên vào cảnh giới khả ái (đáng ưa) ở trong (tâm) hoặc ở ngoài (trần cảnh), khởi tâm tham ái, giống như dầu dính trên vải, khó giặt rửa sạch. Lại nữa, tâm tham luyến tăng trưởng, đối với trần cảnh không muốn xa lìa. (2) *Sân*: duyên vào đối tượng không đáng ưa, hoặc người hoặc cảnh (chẳng hạn những hình cụ đem đến sự khổ cho mình, như đao, kiếm, thương, giáo, v.v...), khởi tâm sân khúể, hung tợn, muốn làm tổn hại. (3) *Mạn*: nương vào ngã kiến, duyên vào cảnh giới cao thấp tốt xấu, tâm sinh cao ngạo. (4) *Vô minh*: đối với tự tính của tứ đế, nghiệp quả, Tam bảo, v.v..., tâm không sáng suốt, đầy dẫy nhiễm ô vô tri. (5) *Nghi*: đối với tứ đế, nghiệp quả và Tam bảo, khởi tâm nghi là có hay không, đúng hay sai, v.v... (6) *Hoại tụ kiến* (ngã kiến): duyên vào năm thủ uẩn, chấp đó là ngã, ngã sở, tăng trưởng trí tuệ nhiễm ô. Ở đây, hoại, nghĩa là vô thường; tụ, nghĩa là do nhiều nhân tố tập hợp. Bất cứ sự việc nào cũng đều là vô thường và nhiều nhân tố tập hợp, mà không có một bộ đặc giả la (ngã) thường hằng bất biến. Vì muốn nêu rõ ý nghĩa này nên lập tên “hoại tụ.” (7) *Biên chấp kiến* (biên kiến): duyên vào ngã (do ngã kiến chấp trước), hoặc chấp là hằng thường (thường kiến), hoặc chấp là không có sự kết sinh đời sau (đoạn kiến). Dùng trí tuệ nhiễm ô làm tự tính. (8) *Kiến thủ*: duyên vào một trong ba loại kiến (ngã kiến, biên kiến, tà kiến) và những kiến chấp do ba kiến này sinh ra, rồi phát sinh trí tuệ nhiễm ô, cho đó



là thù thắng. (9) *Giới cấm thủ*: nương vào giới ác, giới đáng xả, cùng các hành trạng, quĩ tắc, những điều cấm ngăn tà vạy về thân và ngữ, v.v..., sinh khởi trí tuệ nhiệm ô, cho đó là phương tiện thanh tẩy tội chướng, diệt trừ phiền não, giải thoát thế gian. (10) *Tà kiến*: sinh khởi trí tuệ nhiệm ô, chấp trước không có đời trước đời sau, không có nghiệp quả (tồn giảm chấp); hoặc chấp trước Tự tại thiên, thần ngã, v.v..., là nhân tố sinh ra vạn vật (tăng ích chấp). Mười loại phiền não trên, các tông phái khác nhau đều công nhận. Còn kiến giải của phái Trung Quán của ngài Phật Hộ (Ứng Thành Phái) sẽ được trình bày phía dưới.

### J2. Thứ tự sinh khởi của phiền não.

Nếu cho rằng hoại tụ kiến (ngã kiến) và vô minh là khác biệt, ví như trong bóng tối có sợi dây thừng, vì không rõ thực thể của dây thừng nên ngộ nhận dây thừng là con rắn; tương tự, vì không hiểu rõ thực thể của năm uẩn, lại bị bóng tối vô minh che lấp, nên ngộ nhận năm uẩn là ngã, từ đó phát sinh các sự mê muội khác. Nếu cho rằng hoại tụ kiến và vô minh là đồng nhất, thì hoại tụ kiến ắt là căn bản của phiền não. Khi hoại tụ kiến chấp trước có một cái ngã hiện hữu thì sẽ có sự phân biệt tự tha. Kế đến, khởi tâm phân biệt, thương mình ghét người, sinh khởi tâm ngã mạn. Đối với tự ngã chấp thường chấp đoạn, mà thấy có cái ta, v.v..., đối với các hành động ác do ngã tạo tác chấp cho là đúng. Hơn nữa, đối với lời dạy về vô ngã, cùng những lời dạy của Đức Phật về nghiệp quả, tứ đế, Tam bảo, v.v..., lại cho đó là tà kiến, hoặc sinh khởi nghi ngờ là có hay không, đúng hay sai. Lương Thích Luận nói:

Có tự (mình) biết có tha (kẻ khác),  
Tự tha phân thương ghét,  
Do đây khởi vọng động,  
Sinh ra bao lỗi lầm.

### J3. Họa hoạn của phiền não.

#### Trang Nghiêm Kinh Luận nói:

Phiền não hại chính mình,  
Phá giới, hại hữu tình,  
Suy tổn và bại hoại,  
Thiện tri thức quở trách,  
Sẽ sinh vào nẻo ác,  
Được, mất làm tổn não,  
Trong tâm toàn sâu đau.

#### Nhập Bồ Tát Hành Luận cũng nói:

Tham sân si không có:  
Tay chân, đũng [mãnh], trí tuệ,  
Lại có thể sai khiến,  
Ta như người nô lệ?  
Phiền não trong tâm này,  
Tùy tiện tổn hại ta,  
Nếu không trừ diệt nó,  
Quả thực là đáng trách.  
Dù trời, a tu la,  
Cùng đến uy hiếp ta,  
Nhưng họ cũng không thể,  
Ném ta vào vô gián.  
Giặc phiền não hung tợn,  
Ném ta vào ngục lửa,  
Tu Di gặp lửa này,  
Cháy tan không còn thừa.  
Kẻ thù trên thế gian,  
Tuổi trời chỉ hữu hạn,  
Giặc phiền não trong ta,  
Sống lâu không kỳ hạn.  
Nếu chiều lòng kẻ địch,  
Họ có thể lợi mình,  
Còn tùy thuận phiền não,

Chi gặp thương tôn khổ. (Phẩm Bốn, kệ 28-33)

Hành giả cần phải suy ngẫm về những họa hoạn vừa nêu trên. Ngài Tịch Tĩnh nói: “Muốn đoạn trừ phiền não, phải biết họa hoạn của chúng, thể tính, hành tướng, phương cách đối trị, nguyên nhân sinh khởi, v.v... Sau khi biết rõ, phải xem chúng như thù địch. Nếu không biết họa hoạn, làm sao biết được chúng là kẻ thù. Nên theo lời dạy của Trang Nghiêm Kinh Luận và Nhập Bồ Tát Hành Luận mà suy ngẫm quán sát.” Và lại, muốn biết rõ hành tướng của phiền não, phải nghe A tỳ đạt ma (Đối pháp), và Ngũ Uẩn Sai Biệt Luận. Nếu biết rõ căn bản của phiền não và tùy phiền não, thì khi các phiền não tham, sân, v.v..., sinh khởi, hành giả có thể nhận thức rõ hành tướng của chúng, sinh khởi ra sao, tác động ra sao, mà tìm cách trừ khử. Đây là những điều mà chúng ta cần biết rõ.

## 12. Hành tướng tích tập tăng trưởng của nghiệp.

### J1. Nhận thức sự tích tập tăng trưởng của nghiệp đã tạo.

Nghiệp được phân làm hai loại, tư nghiệp và tư dĩ nghiệp<sup>18</sup>. Tư nghiệp, Tập Luận nói: “Tư là gì? Nghĩa là sự thúc động nội tâm tạo tác ý nghiệp. Đối với các pháp thiện, ác, vô ký, sai sử tâm tạo nghiệp.” Tư dĩ nghiệp, nghĩa là từ tư [nghiệp] phát động thân nghiệp và ngữ nghiệp. Thân nghiệp và ngữ nghiệp được phân làm hai loại, biểu nghiệp và vô biểu nghiệp. Các học giả Tỳ Bà Sa cho rằng biểu nghiệp và vô biểu nghiệp thuộc về sắc pháp; nhưng ngài Thế Thân đã kích quan niệm này, cho rằng thân khẩu nghiệp là do tư (ý chí) khởi động thân khẩu, cho nên hai nghiệp này cũng là tư.

<sup>18</sup> Sự hoạt động tư lự trong nội tâm gọi là tư nghiệp; từ đó phát ra hành động nói thân, nói năng nơi miệng gọi là tư dĩ nghiệp. (Thích Thiện Siêu, Đại Cương Luận Câu Xá, t. 122. NXB Tôn Giáo, 2000)

Tổng quát, nghiệp có ba loại là thiện, bất thiện và vô ký. Trong đây, bất thiện nghiệp không phải là phước nghiệp. Phước nghiệp là những nghiệp thiện trong cõi dục, còn bất động nghiệp là nghiệp thiện hữu lậu trong hai cõi sắc và vô sắc.

### J2. Sự tăng trưởng tích tập như thế nào.

Các hành giả đã chân thực hiện chứng vô ngã, tuy cũng bị phiền não tăng thượng tác động, trôi lăn trong sinh tử, nhưng họ không còn tạo nghiệp thọ sinh đời sau (dẫn sinh nghiệp); các hành giả vẫn còn tạo tác dẫn sinh nghiệp là các phàm phu tu tập Đại thừa, từ gia hành vị, thế đệ nhất vị trở xuống. Hơn nữa, các hành giả đó trụ trong ba môn (nghiệp chướng, phiền não chướng và sở tri chướng) tạo tác nghiệp bất thiện như sát sinh, v.v..., thì gọi là phi phước nghiệp; nếu tu tập bố thí, trì giới, v.v..., của cõi dục, thì gọi là phước nghiệp; còn nếu tu tập chỉ quán của cõi tĩnh lự (sắc) và cõi vô sắc, thì gọi là bất động nghiệp.

### 13. Hành tướng của sự chết và sự tái sinh tương tục.

#### J1. Tử duyên.

Thọ tận tử: chết vì hết tuổi thọ, là vì các thọ mạng do các nghiệp dẫn sinh đã cùng tận, đến thời hạn thì chết. Phước tận tử: hết vật dụng (chẳng hạn thức ăn, v.v...) mà chết. Bất bình đẳng tử: có chín nhân duyên (chín thứ chết oan), chẳng hạn như ăn quá độ (bội thực), v.v..., mà chết.

#### J2. Tử tâm:

Chết trong trạng thái tâm thiện hoặc ác: đang có tâm thiện, chẳng hạn tín tâm, v.v..., hoặc đang có tâm bất thiện, chẳng hạn tâm tham, v.v..., mà chết; lúc ấy hoặc do tự mình biết, hoặc nhờ người khác nhắc nhở. Chết trong trạng thái vô ký: đối với hai tâm thiện và ác, không thể tự mình nhớ, hoặc

không có người nhắc nhở. Trong đây, người làm việc thiện sẽ giống như đi từ bóng tối ra ánh sáng, lúc chết giống như nằm mộng thấy các màu sắc đáng ưa, cảm thấy an lạc mà chết. Cảm giác cơ thể bị phân ly cũng rất nhỏ nhiệm. Người làm việc ác sẽ giống như đi từ ánh sáng vào bóng tối, lúc chết, giống như nằm mộng, thấy những màu sắc đáng sợ, phát sinh sự khổ bức, thọ nhận sự đau đớn kịch liệt của cơ thể bị phân ly. Ngoại trừ loài trời và chúng sinh địa ngục, các chúng sinh khác lúc chết đều chịu sự phân ly của cơ thể. Tâm vô ký, như vừa nói, nghĩa lúc đó hai tâm vui, khổ đều không sinh khởi. Lúc chết, giữa hai tâm thiện và bất thiện, tâm nào được tu tập mạnh hơn thì tâm đó hiện khởi, các tâm khác ở trong trạng thái tiềm ẩn. Nếu hai tâm thiện ác bằng nhau, tâm nào khởi trước, tâm đó sẽ dẫn đi, còn các tâm khác cũng ở trong trạng thái tiềm ẩn. Lúc tâm vận hành vi tế, hai tâm thiện ác tạm ngừng hoạt động, và tâm trở thành vô ký. Khi một người sắp chết, nhưng chưa rơi vào trạng thái hôn mê, do những tập quán lâu dài, ngã ái hiện tiền, và do lực lượng cuối cùng của ngã ái tăng thượng, người đó nghĩ rằng mình sẽ không còn nữa, liền sinh khởi tâm luyến tiếc tự thân, đó là nguyên nhân thọ thân trung ấm. Các bậc Dự lưu (Sơ quả) và Nhất lai (Nhị quả), tuy cũng khởi ngã ái, nhưng do tuệ lực quán sát mà chế phục ngã ái hiện hành, ví như lực sĩ chế phục kẻ yếu, chung quy ngã ái không sinh khởi.

### J3. Hơi nóng tự về chỗ nào.

Người làm ác, khi chết, thoát tiên phía trên đầu lạnh trước, lạnh dần đến tim thì ngừng; còn người làm thiện, phía dưới chân lạnh trước, lạnh dần đến tim thì ngừng. Lúc cơn lạnh đến tim thì chết hẳn, thần thức từ tim xuất ra khỏi thân thể. Lúc thọ thai, khi tinh cha huyết mẹ kết hợp, thần thức trụ nơi nào thì chỗ đó thành tâm tạng (tim); lúc chết, thần thức xuất ra nơi nào thì nơi đó là nơi thần thức nhập vào lúc thọ thai.

### J4. Lý luận về sự sau khi chết trở thành thân trung ấm.

Như trên vừa nói, lúc chết, thức từ nơi nào xuất, thì ngay chỗ đó, thần thức liền trở thành thân trung ấm, giống như cán cân cao thấp. Thân trung ấm này có đầy đủ các căn, nếu sẽ sinh về cõi nào thì sẽ có thân tướng của cõi đó. Đang lúc chưa thọ sinh, mắt giống như thiên nhãn, thân giống như có thần thông, không bị chướng ngại. Những trung ấm cùng loại, hoặc những người tu đắc thiên nhãn có thể thấy được thân trung ấm này. Câu Xá Luận nói: “Nếu thành thân trung ấm của một cõi nào đó, sau đó vẫn có thể sinh vào một cõi khác không bị chướng ngại,” nhưng Tập Bồ Tát Học Luận lại nói “bị chướng ngại”, nghĩa là thân trung ấm của cõi này không thể sinh vào cõi khác (chẳng hạn, đang là trung ấm cõi người, không thể sinh vào thân trời). Thân trung ấm của người ác, màu giống màu dê đen, hoặc như màu đêm tối; thân trung ấm của người thiện, màu như màu áo trắng, hoặc như màu đêm trăng sáng. Các trung ấm đồng loại có thể thấy nhau, và mỗi trung ấm tự thấy được chỗ mình sẽ đến thác sinh. Thân trung ấm địa ngục giống như thân cây cháy, thân trung ấm bàng sinh giống như màu khói, thân trung ấm ngạ quỷ giống như màu nước, thân trung ấm người và trời màu như hoàng kim, thân trung ấm cõi sắc màu trắng. Đây là lời dạy trong Nhập Thai Kinh. Nếu từ cõi vô sắc sinh xuống hai cõi dưới (cõi sắc, cõi dục) thì có thân trung ấm; nếu từ hai cõi dưới sinh lên cõi vô sắc, thì thần thức cõi dưới biến thành uẩn của cõi vô sắc, nhưng không có thân trung ấm. Lại nữa, trung ấm cõi trời đi thẳng lưng, trung ấm cõi người đi ngang, trung ấm của chúng sinh tạo nghiệp ác thì mắt nhìn xuống dưới, chống ngược lên mà đi. Thân trung ấm của ba nẻo ác đều giống nhau. Nói về tuổi thọ của thân trung ấm, nếu chưa gặp duyên để thác sinh, thân trung ấm sẽ sống được bảy ngày, còn gặp duyên thọ sinh thì không nhất định. Nếu không gặp duyên thác sinh, thì sau bảy ngày phải đổi thân. Thân trung ấm sẽ sống trong vòng bảy tuần, sau đó nhất định sẽ thọ sinh, không thể sống quá thời hạn này. Ví như thân trung ấm cõi trời, sau bảy ngày chết đi, hoặc tiếp

tục làm thân trung âm cõi trời, hoặc biến thành trung âm cõi người, v.v..., bởi vì có những nghiệp khác có thể biến đổi thân trung âm. Những sự kiện khác cũng phải nên biết.

### **J5. Hành tướng lúc thân trung âm thọ sinh.**

Du Già Sư Địa Luân nói: “Trong trường hợp thai sinh, [thân trung âm] đối với tinh huyết của cha mẹ sinh khởi ý tưởng điên đảo. Lúc ấy, tuy cha mẹ chưa hành dâm, nhưng thân trung âm lại thấy là đang hành dâm, rồi đối với cha hoặc mẹ khởi tâm ái nhiễm.” Câu Xá Luận nói: “Thân trung âm thấy cha mẹ đang hành dâm.” Nếu thân trung âm sắp thọ sinh thành thân gái, thì mong cho người mẹ tránh chỗ để mình hành dâm với người cha. Nếu sắp thọ sinh làm thân nam, thì mong cho người cha tránh chỗ để mình hành dâm với người mẹ. Sau khi sinh khởi tâm này, thân trung âm đến gần đối tượng, nhưng dần dần lại không còn thấy những thân phận khác của nam nữ, mà chỉ thấy hình tướng của nam căn hoặc nữ căn, bèn nổi sân, liền lúc ấy, thân trung âm diệt, và thọ thai (biến thành thân sinh âm). Lại nữa, lúc cha mẹ hành dâm đến cực điểm, hai bên đều xuất ra tinh huyết, mỗi bên một giọt (một tinh trùng và một trứng) hoà hợp với nhau, trụ trong bụng mẹ, giống như một giọt sữa sền sệt, lúc đó thân trung âm diệt. Đồng thời, do sức mạnh kết nối tương tục của thức, có những căn trần vi tế khác kết hợp với tinh cha huyết mẹ mà tạo ra thân căn. Lúc thần thức nhập thai, đối với những học giả thừa nhận thức a lại da, thì đó là thức a lại da kết sinh; còn đối với những học giả không thừa nhận thức a lại da, thì đó là ý thức kết sinh. Nếu thân trung âm không muốn đến nơi nào để thọ sinh thì nó sẽ không đến đó. Không đến thì không thọ sinh. Cho nên những trung âm đã gây tạo nghiệp địa ngục, chẳng hạn như giết dê, giết gà, giết heo, v.v..., thì ở nơi sắp đầu thai, mơ màng nhìn thấy có dê, gà, heo, v.v..., và do tập quán (giết dê, v.v...) trong quá khứ, liền đến nơi đó, đến nơi bèn khởi sân, thân trung âm liền bị diệt, và thân sinh âm hiện ra (tức là đọa vào địa ngục). Thân trung âm của các cõi địa ngục khác

và cõi nga quý, lúc thọ sinh cũng tương tự như vậy. Lúc sắp thọ sinh vào cõi súc sinh, nga quý, người, hoặc cõi trời dục giới, sắc giới, v.v..., ở nơi sẽ thọ sinh, thấy những chúng sinh đồng loại đang vui vẻ, thân trung âm cũng sinh tâm vui mừng, bèn tìm đến đó, đến nơi khởi tâm sân, thân trung âm bị diệt, thân sinh âm sinh ra. Đây là lời dạy trong Bốn Địa Phần. Những chúng sinh bị đọa địa ngục, nhưng không tạo những ác luật nghi như giết heo, gà, v.v..., lúc thọ sinh vào địa ngục, hành trạng cũng tương đồng như vừa nói ở trên. Câu Xá Luận nói: “Thấp, hoá, thích hương, xú”, nghĩa là các chúng sinh thấp sinh ưa thích mùi hương, còn các chúng sinh hoá sinh ưa thích chỗ ở mà thác sinh. Các chúng sinh đọa địa ngục nóng thì nghĩ đến sự ấm áp, đọa địa ngục lạnh thì ưa thích sự mát mẻ, và thân trung âm sẽ đến đó mà thọ sinh. Loại noãn sinh cũng giống như thai sinh. Đây là những lời dạy trong Câu Xá Luận Chú.

## 16. Hành tướng của bậc trung sĩ

F2. Số lượng phát tâm

F3. Trừ tà phân biệt

F4. Quyết trạch khả năng giải thoát sinh tử

G1. Thân nào diệt trừ sanh tử

G2. Tu tập con đường nào để diệt trừ

### F2. Số lượng phát tâm.

Từ hai môn khổ đế và tập đế biết rõ hành tướng thế gian, nếu như chỉ sinh khởi tâm mong cầu xả ly, và chứng đắc Niết bàn tịch diệt, tuy đó cũng gọi là tâm xả ly, nhưng vẫn chưa đủ. Ví như người đang ở trong nhà lửa, hoặc bị lao tù, đối với nhà lửa ngục tù sinh khởi tâm bất mãn càng lớn bao nhiêu, thì tâm mong cầu vượt thoát càng mãnh liệt bấy nhiêu, tuy thế, sau đó vẫn phải tiếp tục tăng gia lòng mong muốn thoát ly này. Ngài Hạ Nhạ Ngõa nói: “Giống như vẩy một ít bụi trên mặt chung rượu, những hạt bụi này chỉ nổi lên bề trên mặt rượu, tương tự, hành giả nếu phát tâm xả ly thế gian cạn cợt, thì lòng mong cầu giải thoát, trừ diệt khổ tập, cũng chỉ giống như hạt bụi trên mặt chung rượu mà thôi.” Bởi thế, tuy cũng muốn tu tập đạo giải thoát, nhưng vẫn chỉ là những lời nói suông. Hơn nữa, cũng không thể sinh khởi tâm Đại bi, thương xót các chúng sinh đang đắm chìm trong sinh tử, mà cũng chẳng thể khởi phát tâm Vô thượng Bồ đề. Nếu tự xưng mình là hành giả Đại thừa thì cũng chỉ là trên đầu môi chót lưỡi. Bởi thế, hành giả cần phải thường xuyên tu tập quán sát.

### F3. Trừ tà phân biệt.

Có người cho rằng: “Nếu tu tập sự nhàm chán sinh tử, mong cầu xuất ly, thì cũng giống như hàng Thanh văn nhàm chán thế gian, ắt sẽ đọa vào cảnh giới tịch diệt của Nhị thừa. Sự tu tập nhàm chán thế gian, đối với Tiểu thừa tuy là thượng sách, thế nhưng, nếu Bồ tát tu tập pháp này thì thật là điều phi lý. Đây là lời dạy trong Bí Mật Bất Khả Tư Nghị Kinh.” Trả lời: “Kinh dạy Bồ tát không nên sợ hãi thế gian, không có nghĩa là những hành giả đang còn bị nghiệp lực khống chế, bị trôi lăn trong sinh tử, nhận thọ sự khổ sinh lão bệnh tử, không cần mong cầu xuất ly, mà có nghĩa là các Bồ tát bị nguyện đã được tự tại (bi tặng thượng), vì muốn lợi ích hữu tình, thị hiện thọ sinh trong ba cõi, không nên sợ hãi thế gian. Bởi vì những hành giả vẫn còn bị hoặc nghiệp khống chế, luân hồi sinh tử, bị sự khổ bức bách, công hạnh tự lợi còn chưa tu tập được, hưởng gì tu tập những công hạnh lợi tha.” Đây là một sự kiện suy tôn lớn lao, cho nên Bồ tát càng phải nhàm chán thế gian gấp vạn lần so với Thanh văn. Thế nhưng, những bậc bị nguyện tự tại thì phải nên hoan hỷ thọ sinh vào thế gian để lợi ích hữu tình. Kinh trên cũng nói: “Chư Bồ tát vì muốn tất cả hữu tình đều được thành thực, để bề hóa độ, nếu ở thế gian, thấy được công hạnh lợi ích chúng sinh thì không nên an trụ trong cảnh giới Niết bàn.” Giả sử chưa hiểu rõ ý nghĩa này mà vội hàm hồ cho rằng Bồ tát không nên ham thích Niết bàn, nếu hành giả đó đã thọ giới Bồ tát thì sẽ phạm tội đột kiết la, phạm với tâm nhiễm ô. Đây là lời dạy trong Bồ Tát Địa. Nếu sau khi phát tâm cầu xuất ly sinh tử, quán sát hữu tình như thân thuộc, vì muốn làm lợi ích cho họ, thì phải nên phát Bồ đề tâm. Đây là mật ý của Tứ Bách Tung. Ngài Nguyệt Xứng cũng đã dạy như thế.

### F4. Quyết trạch khả năng thoát ly sinh tử.

#### G1. Thân nào diệt trừ sinh tử.

Như phần trên đã nói, tu tập quán sát sự trầm kha của sinh tử, sinh khởi tâm mãnh liệt mong cầu xuất ly, trừ diệt sinh tử. Thân Hữu Thư nói: “Diệt trừ tám điều không nhân hạ đế

được thân nhân hạ, lúc đó mới có thể tu tập sự lợi ích đời sau.” Điều này có nghĩa phải nên lợi dụng cơ hội tốt đẹp này để tu tập diệt trừ sinh tử, nếu gặp nghịch cảnh (tám điều không nhân hạ) ắt không thể tu tập cầu giải thoát. Ngài Đại du già sư (Milarepa?) nói: “Đây là lúc vượt thoát nẻo súc sinh.” Ngài Bác Đỏa Ngõa cũng nói: “Từ xưa đến nay bị luân hồi không thể vượt thoát, hiện nay cũng chưa thể vượt thoát, cho nên phải tu tập xuất ly sinh tử. Có được cơ hội tốt đẹp để tu tập, hiện nay chính là lúc thời cơ thuận tiện nhất.”

Hơn nữa, sự tu tập của những hành giả tại gia không những có nhiều chướng ngại, mà còn dễ tạo nghiệp xấu. Các hành giả xuất gia thì tương đối dễ dàng tu tập, và ít tạo nghiệp xấu. Cho nên dùng thân xuất gia tu tập diệt trừ sinh tử là một sự kiện thù thắng bậc nhất. Những hành giả thiện xảo phải nên hâm mộ đời sống xuất gia, phải nên nguyện xuất gia. Điều này muốn nói rằng hành giả nên nguyện thọ giới tỳ kheo. Trang Nghiêm Kinh Luân cũng nói:

Nên biết thân xuất gia,  
Đủ vô lượng công đức,  
Hơn Bồ tát tại gia,  
Tinh tấn trì giới hạnh.

Như vậy, không chỉ vì sự tu tập giải thoát sinh tử mà tán thán công đức xuất gia, mà ngay trong các pháp tu cầu thành Phật của hai thừa Hiền giáo và Mật giáo cũng cho rằng đời sống xuất gia là thù thắng. Giới xuất gia tức là giới biệt giải thoát (nhiếp luật nghi) trong ba tụ tịnh giới của Bồ tát. Hành giả phải nên khởi tâm cung kính giới pháp Biệt giải thoát này.

## G2. Tu tập con đường nào để diệt trừ.

Thân Hữu Thư nói:

Dù cho lửa dữ cháy trên đầu,  
Toàn thân y phục cháy thành tro,  
Khổ này tuy vậy, vẫn chịu được,  
Cầu chứng vô sinh còn gấp hơn,  
Cần cầu thi la, và định tuệ,  
Tịch tĩnh điều nhu, lia tai ương,  
Niết bàn vô tận, không lão tử,  
Sinh già bệnh khổ đều thông dong.

Điều này có nghĩa là hành giả cần phải tu tập ba học giới định tuệ. Ở đây tuy chỉ hướng dẫn bậc trung sĩ, nhưng cũng phải nói rộng về ba pháp giới định tuệ làm phương tiện tu tập. Thế nhưng, hai pháp tu chỉ quán sẽ được trình bày tường tận trong phần thượng sĩ đạo, trong phần này chỉ nói sơ lược về giới học. Trước tiên, hành giả phải thường tư duy về lợi ích thù thắng của giới luật, nếu tâm quyết định, sự tu tập giới luật sẽ dững mãnh tăng trưởng. Thân Hữu Thư nói:

Chúng sinh trụ trong giới,  
Như đất sinh tất cả.

Điều Tý Kinh cũng nói:

Giống như lúa mạ nương vào đất  
Không bị hư hoại, được phát sinh  
Nếu y vào giới, các pháp lành  
Nước bi thâm nhuận, được tăng trưởng.

Nên theo lời dạy vừa nêu trên mà suy ngẫm.

Hành giả sau khi thọ giới, cần thận hộ trì sẽ được rất nhiều lợi ích thù thắng. Nếu như thọ mà không hộ trì cũng sẽ bị rất nhiều sự tổn hoại. Tỳ Kheo Trần Ái Kinh nói:

Hoặc giới đem an lạc,

Hoặc giới đem đau khổ,  
Giữ giới ắt an lạc,  
Phá giới ắt đau khổ.

Văn Thù Căn Bản Đại Giáo Vương Kinh nói:

Tri chú mà phá giới,  
Không được thượng tât địa,  
Trung phẩm cũng không thành,  
Cũng không thành hạ phẩm,  
Phật nói người phá giới,  
Tri chú không thành tựu,  
Cũng không chứng Niết bàn,  
Cảnh giới và phương sở,  
Đâu cũng gặp ác nhân,  
Chú làm sao thành tựu,  
Những kẻ phá giới này,  
Làm sao sinh cõi lành,  
Cõi trời còn chưa sinh,  
Không được vui thắng diệu,  
Làm sao mà thành tựu,  
Mật chú do Phật nói.

Những lời dạy trên nêu rõ sự tổn hại của việc không nghiêm trì giới luật. Hành giả phải nên thường thường suy ngẫm. Tam Muội Vương Kinh nói:

Đối với người tại gia,  
Ta nói những học xứ,  
Lúc ấy các tỳ kheo,  
Không còn các giới này.

Điều này muốn nói rằng khi các tỳ kheo không thể giữ năm điều giới (nghĩa là lúc đó không còn người xuất gia), thì những người tại gia tinh tiến thủ hộ năm điều giới này sẽ được

vô lượng công đức. Cho nên các hành giả phải nên nỗ lực hộ trì giới luật. Kinh ấy cũng nói:

Cùng tận vị lai hằng sa kiếp,  
Dùng lòng tin Phật đem âm thực,  
Lại đem dù, lọng, phan, đèn, nến,  
Thừa sự vô số vô lượng Phật,  
Nếu ở thời Chánh pháp suy hoại,  
Thánh giáo của Phật sắp điêu tàn,  
Trong một ngày đơm tri một giới,  
Phước này thù thắng hơn phước trên.

Phương pháp tu học thế nào? Đối trị bốn loại nguyên nhân sinh khởi tội chướng. (1) *Đối trị sự vô tri*: cần phải lắng nghe để hiểu rõ tất cả học xứ mà hành giả đang thọ trì. (2) *Đối trị sự phóng dật*: cần phải ghi nhớ cảnh sở duyên của những hành tướng thủ xả, và phải thường quán sát ba môn (nghiệp chướng, phiền não chướng, sở tri chướng), biết rõ sự chuyển biến của các nghiệp thiện ác. Nương vào tự lực hoặc pháp lực, sinh khởi tâm tầm (tự mình nhận thức điều quấy), và tâm quý (sợ người khác quở trách mình làm quấy), sợ hãi quả báo của việc ác mà khởi tâm phòng hộ. (3) *Đối trị sự bất kính*: đối với các bậc đại sư, những điều răn cấm, và các bạn đồng tu, đều phải nên khởi tâm cung kính. (4) *Đối trị phiền não xí thạnh*: quán sát thân tâm đều là phiền não xí thạnh, nỗ lực tu tập đối trị. Nếu như không nỗ lực đối trị, cho rằng sự vi phạm không đáng kể, lỗi lầm nhỏ nhặt, đối với những điều cấm chế, mặc tình phóng túng, rốt cuộc sẽ gặt lấy quả báo khổ sở. A Hàm Kinh nói:

Đối với lời dạy của Đức Phật  
Cho rằng nhỏ nhặt mà vi phạm  
Người đó sẽ thọ quả báo khổ  
Như phá rào, hoại cây Am la.  
Trên đời có người phạm luật vua

Hoặc giả, không bị vua trị tội  
 Thế nhưng, vô có phạm giới cấm  
 Bị đọa loài rồng Y bát la.

Bởi thế, hành giả phải nên nỗ lực không để vi phạm; giả như lỡ phạm, cũng không nên bỏ qua, mà phải cố gắng y theo các nghi quỹ để sám hối thanh tịnh. Các pháp tắc hộ trì giới luật tuy là luật nghi biệt giải thoát, nhưng các hành giả Mật giáo cũng phải nên tuân hành đúng pháp. Điều Tỳ Kinh nói:

Giới biệt giải thoát Phật đã dạy  
 Tịnh giới điều phục mọi phiền não  
 Hành giả tại gia, trừ hình tướng  
 Quỹ tắc, ngoài ra, đều phải học.

Điều này có nghĩa là những hành giả Mật giáo tại gia, ngoại trừ một vài hình tướng y phục, các nghi quỹ yếm ma, và một số luật nghi của người xuất gia, tất cả phần giới luật còn lại đều phải học tập, hướng chi những hành giả Mật giáo xuất gia (mà không chịu tu học). Ngài Khang Long Ba nói: “Đang lúc đói khát, lương thực là quan trọng nhất, như vậy, tất cả sự tu tập đều liên hệ đến giới luật, cho nên cần phải siêng năng tu học.” Thế nhưng, muốn trì giới thanh tịnh, nếu không tư duy về nghiệp quả (của sự phạm giới), thì sự trì giới thanh tịnh sẽ không thành tựu. Cho nên sự tư duy về nghiệp quả là giáo thọ bí mật, là giáo thọ chân thật của chư Phật. Ngài Hạ Nhạ Ngõa cũng nói: “Tóm lại, thiện ác nương vào pháp mà sinh khởi. Trong Phật pháp, nếu y vào giới luật mà tu tập, ắt sẽ không còn do dự, nội tâm thanh tịnh, thường được sự hỷ lạc. Sau này sẽ được quả báo thiện diệu.”

Ngài Geshe Đôn Ba nói: “Có một loại hành giả thích trì giới, hủy báng sự tu tập mật chú, lại có một loại hành giả tu tập mật chú, hủy báng sự trì giới, nhưng họ đâu biết mật chú là bản của giới luật, giới luật là bản của mật chú. Lời dạy của bậc

Thượng sư của tôi (Tôn giả Atisha) bao quát cả hai (trì giới và mật chú).” Tôn giả Atisha cũng nói: “Ở Ấn Độ, lúc gặp sự việc quan trọng, hoặc sự việc đột xuất, thường triệu tập các vị thọ trì Tam tạng, hỏi xem sự việc đó, trong Tam tạng kinh điển có cấm ngăn hay không, có đi ngược với lời dạy trong Tam tạng hay không? Sau khi được quyết định, sự việc cứ y theo đó mà tuân hành. Ở Chùa Liên Hoa Giới có hỏi thêm là trong Bồ tát hạnh có ngăn cấm hay không, có đi ngược với Bồ tát hạnh hay không? Bất cứ sự việc gì đều y cứ vào sự phán quyết của Luật sư.”

Đến đây đã giải thích xong phần tu tâm của bậc trung sĩ.



## 17. Phát Bồ đề tâm là ngưỡng cửa đi vào Đại thừa

E3. Thứ tự tu tâm chung với bậc thượng sĩ

F1. Nói rõ sự phát Bồ đề tâm là ngưỡng cửa đi vào Đại thừa

F2. Làm sao phát khởi Bồ đề tâm

G1. Thứ tự tu tập Bồ đề tâm

H1. Bảy tầng nhân quả

I1. Thứ tự quyết định sanh khởi

J1. Nói rõ tâm Đại bi là căn bản của Đại thừa

K1. Sự quan trọng lúc ban đầu

K2. Sự quan trọng ở đoạn giữa

K3. Sự quan trọng vào lúc cuối

J2. Những nhân quả khác là pháp nhân quả của nó

K1. Từ “nhớ mẹ” đến “từ tâm” là nhân

K2. Ý nhạo tăng thượng và phát tâm thành tựu Phật quả

### E3. Thứ tự tu tâm chung với bậc thượng sĩ.

#### F1. Nói rõ sự phát Bồ đề tâm là ngưỡng cửa đi vào Đại thừa.

Sau một thời gian lâu dài tu tập [hai pháp Hạ sĩ đạo và Trung sĩ đạo], hành giả nhận rõ họa hoạn của sự lưu chuyển sinh tử, biết rằng ba cõi giống như hầm lửa, vì muốn giải thoát khỏi phiền não khổ bức, chúng đắc Niết bàn, cho nên đã cấp bách tu học giới định tuệ, để được giải thoát ra khỏi sinh tử. Điều này tuy khác với pháp tu thiện thế gian, không còn bị thoái thất đọa lạc, thế nhưng, hành giả chỉ mới thu hoạch được một phần nhỏ công hạnh đoạn diệt phiền não chúng đắc quả đức (Niết bàn). Đối với việc tự lợi chưa được viên mãn, còn đối với việc lợi tha thì cũng chỉ làm được vài phần nhỏ nhặt. Rất rạo vẫn phải cần chư Phật khuyến thỉnh để hướng nhập Đại thừa. Cho nên những bậc đầy đủ trí tuệ, lúc bắt đầu phát tâm [tu học

Phật pháp], lập tức quy hướng Đại thừa. Đây là điều vô cùng hữu lý. Nhiếp Đô Luân nói:

Nếu không đủ sức lợi thế gian,  
Phải nên trừ khử tâm Nhị thừa,  
Đức Phật đã chỉ Đại bi thừa,  
Dùng sự lợi tha làm tự tính.

Nếu thế, chúng ta cần phải ưa thích uy đức, hạnh nghiệp của chư vị Bồ tát, gánh vác sự nghiệp lợi lạc hữu tình, đây mới là điều hợp lý. Giả như chỉ quan tâm đến việc tự lợi thì có khác gì những loài động vật khác, vì thế, bản tính của chư vị Bồ tát là chuyên tâm an trụ trong sự nghiệp lợi tha. Đê Tử Thư nói:

Súc sinh chỉ biết ăn một mình,  
Lúc khát gặp nước mừng vui uống,  
Bồ tát tinh tiến việc lợi tha,  
Vì thích công đức lực thù thắng,  
Như mặt trời chiếu soi rực rỡ,  
Mặt đất nâng đỡ không phân biệt,  
Bồ tát chẳng màng sự tự lợi,  
Một lòng chỉ biết lợi thế gian.

Những bậc thấy chúng sinh bị khổ bức bèn tu tập công hạnh quên mình lợi người thì được gọi là Bồ tát, cũng được gọi là bậc thiện xảo. Lại nói:

Chúng sinh bị vô minh che lấp,  
Bất lực chìm ngập trong lửa khổ,  
Thấy thế giống như đầu bị cháy,  
Đây gọi là Bồ tát thiện xảo.

Cho nên, Đại thừa là cội nguồn sinh khởi tất cả sự lợi lạc tự tha, là thuốc thần trị liệu tất cả sự suy tổn, là con đường lớn dẫn dắt tất cả Bồ tát thiện xảo, tất cả sự thấy nghe nhớ nghĩ

đều có thể trường dưỡng tất cả chúng sinh, tạo tác công hạnh lợi tha mà vẫn thành tựu công hạnh tự lợi, không chỗ nào không toàn vẹn, đây là con đường rộng lớn Đại thừa đầy đủ uy lực thiện xảo mà Bồ tát có thể tiến nhập. Hành giả phải nên tư duy đây là điều cực kỳ hiếm có, thật vô cùng vinh hạnh được tu tập, và phải nên cố gắng hết sức, dùng tất cả công lực hiện có để tiến nhập con đường vi diệu Đại thừa.

Như vậy, nếu cần phải tiến nhập Đại thừa thì đâu là ngưỡng cửa bước vào? Đức Phật nói có hai loại, một là Ba la mật thừa (Hiển thừa, hoặc Hiển giáo), và Mật thừa (hoặc Mật giáo). Ngoài hai thừa này ra, không còn con đường Đại thừa nào khác. Hai thừa này do cửa nào tiến nhập? Đó chính là Bồ đề tâm. Bất cứ khi nào sinh khởi tâm này, dù chưa hề tu tập các công đức nào khác, hành giả cũng được gọi là tiến nhập và an trụ Đại thừa. Ngày nào thoái thất Bồ đề tâm, dù lúc đó hành giả đã thông đạt công đức Tính không, v.v..., cũng bị gọi là thoái lui vào hàng ngũ Thanh văn, thoái thất giai vị Đại thừa. Điều này đã được nhiều kinh điển Đại thừa đề cập đến. Cho nên sự tiến thoái giai vị Đại thừa đều căn cứ vào hành giả có thoái thất tâm Bồ đề hay không mà đoán định, giống như Nhập Bồ Tát Hành Luận nói:

Nếu phát Bồ đề tâm,  
Tức khắc tên Phật tử. (Phẩm Một, kệ 9)

Từ Thi Giải Thoát Kinh cũng nói: “Thiện nam tử, vật báu bằng kim cương tuy bị phá nát, cũng vẫn trội hơn các đồ trang sức bằng vàng, v.v..., ánh sáng trùm khắp tất cả, không mất tên kim cương, mà vẫn có thể ngăn chặn (cứu vớt) sự bần cùng thiếu thốn. Thiện nam tử, nếu như phát khởi tâm kim cương báu nhất thiết chủng trí (Bồ đề tâm), dù chưa tu hành, vẫn vượt hơn các công đức trang nghiêm của tất cả Thanh văn Độc giác, cũng không mất tên Bồ đề tâm, và có thể ngăn chặn tất cả sự bần cùng thiếu thốn trên thế gian.” Nghĩa là hành giả

chỉ mới phát Bồ đề tâm, tuy chưa học tập Bồ tát hạnh, cũng có thể gọi là Bồ tát. Nếu chỉ cho rằng “pháp” là Đại thừa thì e chưa đủ, mà điều cốt yếu là hành giả đó phải tiến nhập và an trụ trong pháp Đại thừa. Cho nên, muốn trở thành một hành giả Đại thừa, cần phải có Bồ đề tâm làm nền tảng. Nếu như chỉ hiểu biết Bồ đề tâm qua những kiến giải thông thường, mà vội cho rằng mình là hành giả Đại thừa, thì đây chỉ là hư danh. Nếu có đầy đủ Bồ đề tâm chân thật ắt sẽ là một hành giả Đại thừa thanh tịnh. Cho nên mọi hành giả phải nên nỗ lực phát khởi và thành tựu tâm này. Hoa Nghiêm Kinh nói: “Thiện nam tử, Bồ đề tâm là hạt giống cho tất cả Phật pháp.” Điều này cần phải giải thích bằng một thí dụ. Ví như dùng nước, phân bón, sức nóng (ánh mặt trời), đất, v.v..., hòa hợp với hạt giống lúa mì, sẽ trở thành nhân cho lúa mì; nếu hòa hợp với hạt giống lúa mạch, đậu, v.v..., thì sẽ không trở thành nhân cho lúa mì. Cho nên nước, phân bón, ánh mặt trời, đất, v.v..., là nhân chung (Hán: cộng nhân). Còn các hạt giống rau quả, tuy hòa hợp với các duyên khác, cũng không trở thành nhân cho lúa mì, v.v... Như vậy hạt giống rau quả, v.v..., là nhân riêng (Hán: bất cộng nhân), bởi vì khi chúng hòa hợp với nước, phân, v.v..., thì sẽ trở thành nhân cho rau quả, v.v... Tương tự, tâm Vô thượng Bồ đề là nhân riêng để thành Phật, giống như những hạt giống là nhân riêng cho từng loại hoa trái khác nhau, còn trí tuệ thông đạt Tính không thì giống như nước, phân bón, v.v..., là nhân chung cho ba loại Bồ đề (Thanh văn, Duyên Giác và Phật). Bảo Tính Luận nói: “Lòng tin hiểu Đại thừa (Bồ đề tâm) là cha, trí tuệ sinh Phật pháp là mẹ.” Điều này muốn nói lòng tin hiểu Đại thừa giống như cha, là nhân riêng, còn trí tuệ thông đạt vô ngã, giống như mẹ có thể sinh ra các đứa con khác nhau, là nhân chung. Ví như cha là người Tây Tạng ắt sẽ không sinh những đứa con người Tàu, người Ấn, v.v... Người cha quyết định tộc tính của đứa con. Nhưng nếu mẹ là người Tây Tạng thì có thể sinh ra những đứa con tộc tính khác nhau, ví dụ lấy người Tàu thì sinh con Tàu, lấy người Ấn thì sinh con Ấn, v.v... Tán Tuệ Độ của ngài Long Thọ cũng nói: “Chư Phật, chư Độc giác, cùng các vị

Thanh văn, giải thoát do trí tuệ, không còn nhân nào khác.” Chư Đốc giác, Thanh văn cũng nhờ vào trí tuệ mà được giải thoát, cho nên nói Bát nhã ba la mật đa là mẹ. Trí tuệ là mẹ của cả Đại thừa lẫn Tiểu thừa, cho nên không thể dùng sự thông đạt Tính không để phân biệt Đại thừa, Tiểu thừa, mà phải dùng Bồ đề tâm và công hạnh quảng đại để phán định. Bảo Man Luận nói:

Trong pháp của Thanh văn,  
Không nói Bồ tát nguyện,  
Tu công hạnh, hồi hướng,  
Cùng pháp thành Bồ tát.

Nghĩa là không thể dùng kiến giải để biện biệt, mà phải dùng công hạnh để quyết đoán sự khác biệt giữa hai thừa. Như vậy, trí tuệ thông đạt Tính không còn không thể trở thành con đường Đại thừa riêng biệt, hướng hồ là các đạo phẩm khác (không phải trí tuệ). Cho nên, hành giả phải nên đặt giáo pháp Bồ đề tâm làm trung tâm điểm mà tu tập.

## **F2. Làm sao phát khởi Bồ đề tâm.**

### **G1. Thứ tự tu tập Bồ đề tâm.**

#### **H1. Bảy tầng nhân quả.**

Bảy tầng nhân quả nghĩa là: (1) viên mãn quả Phật từ Bồ đề tâm sinh, (2) Bồ đề tâm từ tầng thượng ý nhạo sinh, (3) ý nhạo từ Đại bi tâm sinh, (4) Đại bi tâm từ Từ tâm sinh, (5) Từ tâm từ tâm báo ân sinh, (6) tâm báo ân từ tâm nhớ ơn sinh, (7) tâm nhớ ơn từ sự “biết mẹ” sinh. Theo thứ tự như thế nói có bảy tầng.

## **I1. Thứ tự quyết định sinh khởi.**

### **J1. Nói rõ tâm Đại bi là căn bản của Đại thừa.**

#### **K1. Sự quan trọng lúc ban đầu.**

Hành giả do lòng Đại bi tác động lên tâm thức, mong tất cả hữu tình được thoát ly sự khổ sinh tử, cho nên phát khởi quyết định thệ nguyện. Nếu lòng Đại bi yếu ớt, ắt không thể làm như thế. Hành giả cần phải gánh vác trách nhiệm to tát là đưa tất cả chúng sinh đến sự giải thoát thì [chính mình] mới được tự tại. Nếu không gánh vác trách nhiệm to lớn này thì không thể tiến nhập Đại thừa. Cho nên tâm Đại bi rất quan trọng vào lúc ban đầu. Vô Tận Tuệ Kinh nói: “Lại nữa, Đại đức Xá Lợi Phất, tâm Đại bi của chư Bồ tát vô tận. Vì sao? Vì nó là tiền đạo. Đại đức Xá Lợi Phất, ví như hơi thở là tiền đạo của mạng sống con người, thì tâm Đại bi của chư Bồ tát là tiền đạo của sự tu tập Đại thừa.” Tương Đầu Sơn Kinh cũng nói: “Bạch ngài Văn Thù Sư Lợi, cái gì là động lực tới lui [trong sinh tử] của Bồ tát, cái gì là nơi tới lui của Bồ tát.” Ngài Văn Thù Sư Lợi nói: “Tâm đại bi là động lực tới lui của Bồ tát, còn hữu tình là nơi tới lui của Bồ tát.”

#### **K2. Sự quan trọng ở đoạn giữa.**

Hành giả tuy an trụ trong sự phát tâm lúc đầu, nhưng khi thấy số lượng hữu tình vô lượng, hoàn cảnh ác liệt, học xứ Bồ tát rất khó thực hành, không có giới hạn, phải trải qua một thời gian tu tập lâu dài, nếu như sinh tâm khiếm nhược, sẽ thoái lui vào Tiểu thừa. Cho nên tâm Đại bi không phải chỉ phát một lần, mà cần phải siêng năng tu tập, khiến cho tăng trưởng. Nếu hành giả không màng đến sự khổ vui của chính mình, không nhàm chán việc lợi tha, ắt sẽ sớm viên mãn tất cả tư lương [thành Phật].

### K3. Sự quan trọng vào lúc cuối.

Chư Phật chứng quả, không giống như những bậc Tiểu thừa an trụ trong cảnh giới tịch diệt, mà các ngài có thể biến hiện khắp hư không giới để lợi lạc hữu tình, đây vẫn là do tâm lực Đại bi. Nếu không có tâm lực Đại bi thì các ngài cũng chỉ giống như những bậc Thanh văn. Ví như lúa gạo, ban đầu gieo giống, khoảng giữa tưới nước bón phân, lúc cuối có thể gặt hái thành quả là điều quan trọng. Cho nên quả Phật, trong ba giai đoạn, ban đầu phát tâm, khoảng giữa tu tập, sau cùng chứng quả, tâm Đại bi đều là quan trọng. Vừa rồi là lời dạy của ngài Nguyệt Xứng Luận Sư. Ngài Dáng Na Cùng Đôn Ba thỉnh giáo tôn giả Atisha. Tôn giả nói: “Xả bỏ tâm thế gian, tu tập tâm Bồ đề, ngoài ra không còn gì khác.” Ngài Geshe Đôn Ba nói: “Đây là lời dạy tâm yếu của tôn giả Atisha.” Nên biết tâm Bồ đề là mệnh mạch của Phật pháp, chỉ có việc phát tâm là khó quyết định nhất, hành giả cần phải thường sám hối, và đọc tụng các kinh luận, như Hoa Nghiêm Kinh, v.v..., để cầu sự quyết định kiên cố. Ngài Mã Minh Bồ Tát nói:

Tâm quý báu của Phật,  
Viên mãn giống Bồ đề,  
Chỉ Phật mới biết rõ,  
Kẻ khác không thể sánh.

### J2. Những nhân quả khác là pháp nhân quả của nó.

#### K1. Từ “nhớ mẹ” đến “tâm từ” là nhân.

Giả như chỉ mong được thoát ly sự khổ, thì cũng có thể thường nghĩ đến sự khổ của hữu tình, thế nhưng, nếu muốn tâm đó dễ sinh khởi, kiên cố mạnh mẽ, thì trước tiên phải khởi tâm hoan hỷ, trân trọng ái kính đối với hữu tình. Nếu người thân chúng ta gặp cảnh khổ thì chúng ta cảm thấy bất nhẫn, nhưng nếu kẻ thù chúng ta gặp cảnh khổ, ắt chúng ta sẽ sinh tâm vui mừng, còn đối với người không thân không thù, thì chúng ta thờ

ơ lãnh đạm. Tâm chúng ta đối với một hữu tình có bao nhiêu trân ái thì khi hữu tình ấy gặp cảnh khổ, chúng ta sẽ khởi bấy nhiêu tâm bất nhẫn. Nếu tâm trân ái thuộc bậc trung hạ, chúng ta sẽ khởi tâm bất nhẫn nhỏ, nếu tâm trân ái thuộc bậc thượng, thì dù họ chỉ thọ chút ít khổ, chúng ta cũng sẽ khởi tâm bất nhẫn lớn. Nếu thấy kẻ thù chịu khổ, chúng ta không những không muốn họ hết khổ, mà còn mong họ chịu khổ nhiều hơn, và đừng bao giờ thoát khổ. Đây là do lòng thù ghét sinh khởi. Chúng ta tùy vào sự thù ghét lớn hay nhỏ mà đối với nỗi khổ của kẻ thù khởi tâm hoan hỷ nhiều hay ít. Đối với những người xa lạ thọ khổ, chúng ta không khởi tâm bất nhẫn, nhưng cũng không khởi tâm hoan hỷ. Đây là do không có tâm trân ái hoặc tâm thù ghét. Như vậy, tu tập quán sát hữu tình như người thân, thì có thể khởi lòng trân ái đối với họ; thế nhưng, người mà chúng ta trân ái nhất chắc chắn là bà mẹ của mình. Bởi thế chúng ta nên tu tập ba điều là (1) quán sát hữu tình là mẹ mình, (2) biết ơn, và (3) báo ơn, thì chúng ta có thể tu tập thành tựu tâm trân ái, thương xót hữu tình. Nếu chúng ta khởi tâm từ ái thương xót hữu tình như con một, thì đây là thành quả của ba sự tu tập ở trên, và do đây chúng ta có thể sinh khởi tâm Đại bi. Nếu chỉ tu tập tâm từ và tâm bi thì không nhất định phát khởi tâm Bồ đề, còn nếu tu pháp tất cả hữu tình là người thân thì đây là nguyên nhân cho sự phát tâm Bồ đề. Đây là lời dạy của các ngài Nguyệt Xứng, Đại Đức Nguyệt, và Liên Hoa Giới.

#### K2. Ý nhạo tăng thượng và phát tâm thành tựu Phật quả.

Theo thứ tự vừa nêu trên, tu tập sinh khởi tâm bi, lại có thể sinh khởi tâm mong cầu thành Phật lợi lạc hữu tình. Đây có lẽ cũng đã đủ, tại sao trong giai đoạn tu tập trung gian lại phải cần thêm ý nhạo tăng thượng? Đại khái, tâm từ bi vô lượng mong muốn tất cả hữu tình thoát khổ được vui, các hàng Thanh văn Duyên giác tuy cũng có đôi phần, thế nhưng, đứng ra gánh vác sự nghiệp dứt khổ đem vui đến tất cả hữu tình thì chỉ có

## 17. Phát Bồ đề tâm là ngưỡng cửa đi vào Đại thừa

hành giả Đại thừa mới đủ sức đảm đương. Cho nên hành giả cần phải khởi ý nhạo tăng thượng khiến cho tâm lực trở nên mạnh mẽ vượt bực. Đây là lời dạy trong Hải Tuê Vấn Kinh. Như vậy, nếu muốn sinh khởi tâm nguyện độ thoát hữu tình, nên nghĩ rằng hôm nay nếu ta cứ như vậy, ắt không thể hoàn thành nghĩa lợi cho tất cả. Hơn nữa, cho dù chứng đắc hai quả vị A la hán và Bích chi phật, cũng chỉ có thể lợi lạc một số ít chúng sinh. Tất cả công hạnh tạo tác cũng chẳng qua đưa đến quả vị giải thoát mà thôi, không thể an lập Nhất thiết chủng trí (Phật trí). Hiện tiền ai là người có khả năng thành tựu tất cả nghĩa lợi cứu cánh? Tư duy như vậy, biết rằng chỉ có chư Phật mới kham nhiệm tất cả công hạnh này, do đây, bèn phát tâm thành Phật hầu có thể làm lợi ích cho tất cả chúng sinh.

## 18. Pháp tu bảy tầng nhân quả

### I2. Thứ tự tu tập

#### J1. Tu tập tâm lợi tha

##### K1. Căn bản phát sanh sự tu tập này

- L1. Đối với hữu tình, tu tập tâm bình đẳng
- L2. Hành tướng tu tập sự hoan hỷ đối với tất cả
  - M1. Nhớ mẹ
  - M2. Nhớ ơn
  - M3. Báo ơn

##### K2. Chánh thức phát khởi tâm này

- L1. Tu tập tâm từ
- L2. Tu tập tâm bi
- L3. Tu tập ý nhạo tăng tượng

#### J2. Tu tập tâm cầu Bồ đề

#### J3. Nhận định tu quả phát tâm

### I2. Thứ tự tu tập.

#### J1. Tu tập tâm lợi tha.

##### K1. Căn bản phát sanh sự tu tập này.

##### L1. Đối với hữu tình, tu tập tâm bình đẳng.

Như trong phần Hạ sĩ và Trung sĩ đạo nói về tiền đạo và thứ tự, v.v..., ở đây chúng ta cũng theo đó mà tu tập. Trong pháp tu này, nếu trước tiên không đoạn trừ tâm phân biệt, khiến cho tâm bình đẳng, ắt sẽ đối với một số hữu tình khởi tâm tham (thương), đối với một số hữu tình khởi tâm sân (ghét). Đối với hai loại hữu tình này, chúng ta sẽ sinh khởi tâm từ bi với sự phân biệt (ghét thương), còn đối với những hữu tình trung dung (không ghét không thương) thì chúng ta lại không thể khởi tâm từ bi. Cho nên trước tiên phải tu tâm xả. Ở đây có hai loại, (1)

quán tưởng hữu tình không còn các hành tướng phiền não tham, sân, v.v..., (2) tự mình đối với hữu tình không còn khởi tâm thương ghét, mà tu tập bình đẳng xả tâm. Ở đây chúng ta chọn pháp thứ hai. Tu tập theo pháp này theo thứ tự sẽ dễ sinh khởi tâm bình đẳng. Trước tiên, dùng những chúng sinh không thân không thù làm đối tượng, tu tập pháp trừ khử tham sân khiến cho tâm bình đẳng. Sau khi được tâm bình đẳng, kể đến duyên đến những bạn bè thân thuộc để tu tập tâm bình đẳng. Nếu tâm chưa được bình đẳng, đó là do tâm thương ghét phân biệt, hoặc là do tâm thương nhiều ít gây ra. Nếu có thể thành tựu tâm bình đẳng, kể đến dùng các chúng sinh oán thù làm đối tượng để tu tập bình đẳng. Nếu tâm chưa được bình đẳng là vì hành giả chỉ nhìn thấy cái xấu của đối tượng mà khởi tâm sân hận. Nếu có thể thành tựu tâm bình đẳng, thì kể đến, dùng tất cả chúng sinh làm đối tượng để tu tập tâm bình đẳng. Lại nữa, đối với hữu tình, có hai việc phải nên quán sát. Thứ nhất, đối với hữu tình, nên quán tưởng như sau: “Tất cả mọi hữu tình cầu vui lánh khổ đều giống như nhau, nếu đối với một loại hữu tình xem là thân cận và làm lợi ích cho họ, hoặc đối với một loại hữu tình khác xem như thù địch và tìm cách tổn hại họ, đây là điều cực kỳ vô lý.” Thứ hai, đối với tự thân, nên quán tưởng như sau: “Từ vô thủy đến nay, tất cả hữu tình, ai cũng đã từng trăm ngàn lần làm kẻ thân thuộc của ta, tại sao ta lại sân hận, tìm cách hại họ?” Đây là điều dạy trong Tu Thứ Trung Biên. Thắng Nguyệt Đồng Nữ Thịnh Vân Kinh, đối với việc khởi tâm tham luyến đối người thân, dạy như sau:

Đời trước, ta đã từng hại người,  
Và cũng từng bị người sát hại,  
Hai bên đã từng giết hại nhau,  
Tại sao lại khởi tâm tham luyến.

Như phần trước nói về họa hoạn của sự vô định, hãy khéo suy ngẫm về sự biến chuyển nhanh chóng của mối quan hệ giữa mình và chúng sinh (nay thân mai thù, nay thù mai thân),

ắt có thể trừ diệt hai tâm tham (thương) và sân (ghét). Ở đây không bắt buộc diệt trừ tâm *phân biệt* thân thù, mà chỉ muốn chúng ta diệt trừ tâm *thiên vị* thân thù [thân thì thương, thù thì ghét].

## L2. Hành tướng tu tập sự hoan hỷ đối với tất cả.

### M1. Nhớ mẹ.

Vì sự luân hồi vô thi, cho nên sự thọ sinh của chúng ta cũng vô thi. Do sự sinh tử tương tục, không có thân nào mà chúng ta chưa từng thọ, và không có nơi nào mà chúng ta chưa đến đó thọ sinh, cho nên bất cứ chúng sinh nào cũng đều có thể đã từng là mẹ chúng ta. Sau khi suy ngẫm như vậy, vì muốn làm lợi ích cho mẹ bèn sinh khởi quyết định thắng giải. Nếu sinh khởi thắng giải thì dễ sinh khởi tâm báo đáp thâm ân của mẹ; nếu không, việc nhớ ơn báo ơn sẽ không có nền tảng để nương tựa.

### M2. Nhớ ơn.

Sau khi tu tập quán sát tất cả hữu tình đều là mẹ mình, nếu y vào hành tướng của bà mẹ hiện đời mà tu, thì sẽ dễ sinh khởi sự nhớ ơn. Nên tu tập theo phương pháp của ngài Bác Đỏa Ngõa, trước tiên quán tưởng một hình tướng rõ ràng của mẹ mình, kể đó tư duy rằng bà không chỉ trong đời này là mẹ mình, mà từ vô thi đến nay, bà cũng đã từng làm mẹ mình biết bao nhiêu lần, vô số vô lượng. Cần phải tư duy nhiều lần như vậy. Lúc bà làm mẹ mình, đã từng biết bao nhiêu lần cứu hộ mình ra khỏi những sự tổn hại, thành toàn cho mình biết bao nhiêu sự lợi lạc. Đặc biệt ngay trong đời này, lúc còn trong thai, mẹ thường bảo dưỡng, lúc vừa sinh ra, mẹ vội ôm ấp vào lòng, vuốt ve triu mến, bú sữa mớm cơm, tắm giặt lau rửa, nhường khô nằm ướt, như vậy tận tụy chăm nom, săn sóc lo lắng, không hề biết mỏi mệt. Lúc ta đói mẹ cung cấp thức ăn uống, khi ta lạnh mẹ cung cấp quần áo ấm, lúc ta thiếu thốn mẹ cung cấp tiền bạc

mà bà chẳng mót không dám tiêu xài. Nhưng những vật dụng tiền tài này không phải để có, mà là những gì mà bà đã phải tạo tội, chịu đựng tiếng xấu, vất vả gian nan mới có được, dành dụm để lo lắng cho ta. Lúc con bị bệnh khổ, mẹ lo lắng nghĩ rằng chẳng thà mình chết còn hơn để con bị chết, chẳng thà mình bệnh còn hơn để con bị bệnh, những sự lo lắng xuất phát tự lòng thành, nguyện được đem thân thay con chịu khổ. Dùng đủ mọi phương tiện để diệt trừ sự khổ cho con. Hành giả đối với những nghĩa lý này phải nên chuyên tâm quán sát tu tập, khiến cho sinh khởi tâm nhớ ơn chân thật, chứ không phải chỉ nói suông. Kế đến, đối với cha và những người thân thuộc, bạn bè, người xa lạ, kẻ oán thù, cũng đều dùng phương pháp “nhớ mẹ” như trên mà tu tập. Sau đó, đối với tất cả chúng sinh cũng dùng phương pháp “nhớ mẹ” làm tiền đạo mà dần dần tu tập rộng ra.

### M3. Báo ơn.

Trong vòng luân hồi sinh tử, chúng ta không biết đến những bà mẹ đã từng có ân đối với mình đang thọ nhận khổ đau, linh đình cô độc, nhẫn tâm bỏ phế họ, không hề đoái tưởng, mà chỉ biết mưu cầu sự giải thoát cho chính mình, không hề biết tự thẹn, còn có sự kiện nào tệ bạc hơn như vậy chăng? Đệ Tử Thư nói:

Người thân rơi vào biển sinh tử,  
Tựa như bị cuốn trong cuồng lưu,  
Cách thai không biết nên bỏ phế,  
Chỉ cầu tự lợi, không biết thẹn?

Việc bỏ phế người ơn, những kẻ hạ đẳng còn không nên làm, huống hồ chúng ta là những người tu đạo, lẽ nào có lý này? Sau khi tư duy như vậy, phải nên phát tâm gánh vác việc báo ơn. Như vậy, làm thế nào để báo ơn? Các bà mẹ cũng có thể tự họ tìm được sự an lạc thế gian. Thế nhưng, những thứ đó đều là hư dối. Trong quá khứ, chúng ta đã từng bị phiền não ma làm

thương tổn, giống như rắc muối lên trên vết thương, tự tính đã khổ, lại còn tăng gia đại khổ. Nếu dùng tâm từ báo ân thì phải nên dẫn dắt các bà mẹ của mình đến sự an lạc giải thoát Niết bàn. Phải nên báo ân như vậy. Nói tóm, tưởng nghĩ mẹ mình chưa an trụ trong chánh niệm, tâm loạn mất lòa, không người dẫn dắt, đôi chân què quặt, đang khập khểnh quờ quạng đến chỗ hiểm nguy. Bà mẹ đó nếu không mong đợi con mình đến giải cứu thì còn mong đợi ai? Nếu đứa con của bà không đến giải cứu, thì ai là người sẽ đến giải cứu? Hành giả nhất định phải dẫn thân tiếp độ những hữu tình đã từng là mẹ mình, hiện đang bị phiền não ma quỷ nhiễu, lạc vào đường tà, tâm thức không được tự tại, như cuồng như loạn, lại không có mắt trí tuệ phân biệt đường ngay nẻo chánh, mà cũng không có các bậc thầy dẫn đạo, trong từng sát na đang bị nghiệp ác làm tổn hại, mê loạn quanh quẩn, đang bị nguy cơ sa vào ác đạo, và chắc chắn đang thiết tha mong đợi mình đến cứu. Sau khi tư duy như vậy, hành giả quyết định tìm cách giải thoát sinh tử để báo ơn cha mẹ. Tập Bồ Tát Học Luận nói:

Phiền não, mù, mê loạn,  
Trong cảnh giới hiểm nguy,  
Bước chân què khập khểnh,  
Những bức não mình người,  
Chúng sinh đều ưu khổ.

Sau khi quán sát như vậy, không còn soi mói lỗi người, mà ngược lại, dù thấy một công đức nhỏ [của họ] cũng cho là hiếm có. Phương pháp này cũng thích hợp với sự quán sát khổ não của chúng sinh.

### **K1. Chánh thức phát khởi tâm này.**

#### **L1. Tu tập tâm từ.**

Cảnh sở duyên (đối tượng) của tâm từ là những chúng sinh thiếu sự an lạc. Hành tướng của tâm từ là lo nghĩ những

chúng sinh đó làm thế nào được an lạc, nguyện cho họ được sự an lạc, và hơn nữa, tìm phương cách đem đến cho họ sự an lạc. Lợi ích thù thắng của tâm từ là, như Tam Muôi Vương Kinh nói: “Giả sử thường cúng dường vô lượng vô biên các bậc thánh trong câu chi na do tha tân bà la côi Phật, công đức cũng không so sánh được với tâm từ, dù là một phần toán số thí dụ.” Điều này có nghĩa là số lượng cúng dường tuy vô lượng vô biên, nhưng nếu thường cúng dường các phước điền tối thắng, phước đức so ra còn lớn hơn rất nhiều. Văn Thù Phật Sát Trang Nghiêm Kinh nói: “Ở phương đông bắc có Đại Tự Tại Vương Phật, thế giới tên là Thiên Trang Nghiêm. Sự an lạc của chúng sinh cõi đó cũng giống như sự an lạc của các tỷ kheo nhập diệt tận định. Thế nhưng, tuy ở cõi đó tu tập phạm hạnh trăm ngàn câu chi năm, công đức vẫn không sánh bằng ở cõi này (Ta bà), trong khoảng khảy ngón tay, dùng tâm từ trải khắp tất cả hữu tình, hưởng chi là trong một ngày đêm tu tập tâm từ.” Bảo Man Luân cũng nói:

Mỗi ngày, ba lần thí,  
Âm thực ba trăm hộ,  
Phước không bằng một phần,  
Khoảnh khắc tu tâm từ,  
Trời người đều thương tưởng,  
Lại thường hay bảo hộ,  
Được hỷ lạc bình an,  
Kẻ ác không thể hại,  
Mọi việc đều thành tựu,  
Sẽ sinh lên Phạm thiên,  
Dù chưa được giải thoát,  
Cũng được tám công đức.

Nếu hành giả thành tựu tâm từ, trời người đều khởi tâm kính ái, quy y ngưỡng mộ, chư Phật cũng dùng tâm từ mà đánh bại ma quân, do đó tâm từ trở thành sự thù hận tối thắng, v.v... Trình tự tu tập tâm từ là trước tiên dùng người thân, kế đến



dùng người xa lạ, kể đến dùng kẻ thù, cuối cùng dùng tất cả chúng sinh làm đối tượng quán sát để tu tập. Phương tiện tu tập tâm từ là nếu thường thường tư duy về nguyên do của những sự khổ của hữu tình thì sẽ khởi tâm bi. Nghĩ tưởng đến hữu tình thiếu thốn các sự an lạc hữu lậu và vô lậu. Cứ thường thường tưởng nghĩ như thế, thì tâm từ (muốn đem sự an lạc cho chúng sinh) sẽ dần dần sinh khởi. Lại phải quán tưởng các loại an lạc khác nhau để ban bố cho tất cả hữu tình.

## L2. Tu tập tâm bi.

Cảnh sở duyên của tâm bi là những hữu tình đang bị ba khổ bức bách. Hành tướng của tâm bi là tưởng nghĩ làm thế nào để xa lìa khổ não và nguyện tự thân có thể khiến cho chúng sinh xa lìa sự khổ não. Trình tự tu tập tâm bi là trước tiên dùng người thân, kể đến dùng người xa lạ, kể đến dùng kẻ thù, sau cùng dùng tất cả chúng sinh làm đối tượng quán sát để tu tập. Pháp tu theo thứ tự, trước tu xả, kế tu từ, tu bi là do ngài Liên Hoa Giới căn cứ vào Đối Pháp Kinh mà thiết lập. Đây là sự kiện rất quan trọng. Nếu như không phân biệt rõ ràng, mà lúc bắt đầu tu tập tổng quát, tâm xả, tâm từ, tâm bi tuy có vẻ như hiện khởi, nhưng nếu cặn kẽ quán sát từng trường hợp thì chưa có tâm nào thực sự sinh khởi. Nếu như tu tập riêng biệt như vừa đề cập ở trên, thì khi các tâm hiện khởi riêng biệt, dần dần tăng trưởng. Sau đó tu tập cả hai pháp tổng và biệt, thì tùy trường hợp tổng hay biệt, đều sinh khởi tâm (xả, từ, bi) thanh tịnh. Phương pháp tu tập, như Tu Thứ Trung Biên nói: “Lúc tu tập tâm bi, đối với tất cả hữu tình, tâm trạng giống như một bà mẹ thấy đứa con mình thương yêu nhất đang bị khổ sở, mong muốn tất cả được xa lìa cảnh khổ, khiến tâm bi hiện khởi một cách tự tại, tùy vào bản tính mà chuyển động. Lúc ấy gọi là thành tựu viên mãn, được gọi là tâm đại bi.” Đây có nghĩa giống như bà mẹ nhìn thấy đứa con yêu quý nhất của mình đang bị thống khổ, khởi lòng thương xót càng lớn bao nhiêu, thì hành giả đối với hữu tình cũng khởi tâm thương xót bấy nhiêu. Đây gọi là đầy đủ

hành tướng đại bi. Sức mạnh của lòng từ cũng tương tự như vậy.

## L3. Tu tập ý nhạo tăng thượng.

Như vậy, sau khi tu tập tâm từ bi, nên tư duy ta thán: “Các hữu tình mà mình thương mến nhất, đang thiếu thốn sự an lạc, bị sự khổ não bức bách, mình phải làm thế nào để cho họ được sự an lạc, thoát ly sự khổ bức?” Trong tâm ôm ấp trách nhiệm gánh vác việc độ thoát chúng sinh, ngay cả trong lúc nói năng đàm luận cũng vẫn thường thường tu tập. Tâm này, trong lúc tu tập tâm báo ân tuy cũng phát khởi, thế nhưng, ở đây có nghĩa là nếu chỉ sinh khởi tâm từ ban vui tâm bi cứu khổ e rằng chưa đủ, mà là cần tâm từ bi làm tiền đạo, sinh khởi quyết định: “Ta sẽ vì hữu tình mà thành tựu tất cả nghĩa lợi.” Hành giả không chỉ tu tập trong lúc thiền quán, mà trong mọi uy nghi (động thái) đều phải tu tập miên mật, không để gián đoạn. Điều này đã được đề cập đến trong Tu Thứ Trung Biên.

## J2. Tu tập tâm cầu Bồ đề.

Sau khi tu tập theo thứ tự đã chỉ dẫn ở trên, thấy rằng muốn làm lợi ích cho tha nhân thì cần phải tu tập Bồ đề, tuy cũng khởi tâm mong cầu chứng đắc, nhưng làm như thế vẫn chưa đủ. Như trong phần quy y phía trên đã nói, từ sự tư duy về công đức của các nghiệp thân khẩu ý của Phật, trước tiên, tăng trưởng lòng tin, sau đó dùng lòng tin làm chỗ nương tựa cho sự mong cầu. Đối với các công đức thân ngữ ý của Phật, thành tâm mong cầu chứng đắc. Ngay việc thành tựu lợi lạc cho chính mình cũng cần phải thành tựu Nhất thiết chủng trí (Phật quả), hướng là muốn thành tựu tất cả công hạnh lợi lạc hữu tình. Từ những quán sát như vậy dẫn sinh quyết định phát tâm Vô thượng Bồ đề.

## J3. Nhận định tu quả phát tâm.

Tổng tướng của Bồ đề tâm là, như Hiên Quán Trang  
Nghiêm Luân nói:

Phát tâm vì lợi tha  
Cầu Chánh đẳng Bồ đề.

Sự sai biệt của Bồ đề tâm, tùy vào ý nghĩa, được giải  
thích trong Hoa Nghiêm Kinh. Nhập Bồ Tát Hành Luân nói:

Tóm lược, tâm Bồ đề,  
Được phân làm hai loại,  
Là tâm Bồ đề nguyện,  
Và tâm Bồ đề hành,  
Nhu người định ra đi,  
Và người đã cất bước,  
Cũng thế, nên hiểu rằng,  
Hai tâm khác như vậy. (Phẩm Một, kệ 15-16)

Nghĩa là có hai loại tâm Bồ đề là nguyện và hành. Ở đây  
tuy hiển hiện nhiều loại bất đồng, thế nhưng, tâm nguyện thành  
Phật độ hữu tình gọi là nguyện tâm, sau khi thọ giới Bồ tát, an  
trụ trong giới mà phát tâm thì gọi là hành tâm. Như trong Tu  
Thứ Trung Biên đã đề cập.

## 19. Pháp tu hoán đổi mình và người

- H2. Tu tập theo phương pháp của Bồ tát Tịch Thiên
- I1. Tư duy công đức của pháp tu Hoán đổi mình và người
  - I2. Nếu tu tập sẽ phát sinh tâm đó
  - I3. Thứ tự tu tập pháp tu hoán đổi mình và người
    - J1. Trừ khử sự chướng ngại
    - J2. Nói rõ pháp tu
    - J3. Số lượng phát tâm

### H2. Tu tập theo phương pháp của Bồ tát Tịch Thiên.

#### I1. Tư duy công đức của pháp tu Hoán đổi mình và người.

Nhập Bồ Tát Hành Luận nói:

Nếu muốn được mau chóng,  
Cứu hộ mình và người,  
Nên tu “tự tha hoán”,  
Bí quyết rất tuyệt vời. (Phẩm Tám, kệ 120)

Lại nói:

Tất cả vui trên đời,  
Đều do lợi người sanh,  
Tất cả khổ trên đời,  
Đều do tự lợi thành.  
Đâu cần phải dài lời,  
Phàm ngu cầu tự lợi,  
Mâu Ni chỉ lợi tha,  
Khác biệt xa vời vợi.  
Nếu không chân thực đem,  
Vui mình thay khổ người,

Không những không thành Phật,  
Sinh tử cũng không vui. (Phẩm Tám, kệ 129-131)

Cho nên cần phải quán sát, bám vào ngã chấp là ngưỡng cửa cho tất cả sự suy tổn, tưởng nghĩ đến kẻ khác là cội nguồn của tất cả niềm vui.

#### I2. Nếu tu tập sẽ phát sinh tâm đó.

Như một người, xưa kia là kẻ thù của chúng ta, chỉ cần nghe đến tên của họ là chúng ta cảm thấy lo sợ. Sau đó họ trở thành bạn của chúng ta, dần dần trở nên thân thiết. Hiện nay, mỗi khi vắng họ chúng ta lại cảm thấy nhung nhớ bâng khuâng. Sự thương ghét tùy tâm mà biến chuyển. Cho nên nếu tu quán sát mình là người khác thì cũng có thể quán sát người khác là mình. Nhập Bồ Tát Hành Luận nói:

Thấy khó không lùi bước,  
Mọi việc đều do quen,  
Như xưa, chỉ nghe tên,  
Lòng đã sinh sợ hãi,  
Do nhân duyên gần gũi,  
Lâu dần thấy quyến luyến,  
Nay nếu phải xa nhau,  
Lòng cảm thấy muộn phiền. (Phẩm Tám, kệ 119)

Lại nói:

Thân mình đổi thân người,  
Như thế cũng không khó. (Phẩm Tám, kệ 112)

Tuy nghĩ như vậy, nhưng trên thực tế, thân người cũng không phải thân mình, và như vậy, tâm xem người như chính mình làm sao sinh khởi? Nên quán sát thân mình hiện nay cũng

chỉ là do tinh cha huyết mẹ kết hợp, đây cũng là thân phần của người khác. Do tập khí nhiều đời nên sinh khởi ngã chấp cho là thân mình. Đối với thân người khác, tu tập quán sát là thân mình, thì sự ái chấp cũng sẽ sinh khởi. Nhập Bồ Tát Hành Luận nói:

Tuy tinh cha, huyết mẹ,  
Vốn không phải thân mình,  
Vì tập khí nên chấp,  
Cho đó là thân mình. (Phẩm Tám, kệ 111)

Như vậy đối với sự lợi ích (xem người là mình) và sự họa hoạn (phân biệt người khác mình), phải nên khéo léo suy ngẫm, do sự chí thành tu tập, sinh khởi sự hăng hái. Vì siêng tu tập nên tâm “xem mình và người như nhau” sẽ sinh khởi. Hành giả nếu nhận rõ điều này thì hãy nên gia công tu tập.

### 13. Thứ tự tu tập pháp tu hoán đổi mình và người.

#### J1. Trừ khử sự chướng ngại.

Pháp tu “tự tha hoán”, hoặc gọi là “xem mình là người khác, xem người khác là mình”, không có nghĩa là tưởng tượng người khác là mình, đối với mắt, mũi, v.v..., của họ, tưởng tượng là của mình, mà là tu tập tâm thức, cải đổi sự “chỉ biết lo cho mình” và sự “không màng đến người khác.” Sinh khởi tâm thương người khác như mình [đã thương mình], và “bỏ mặc” mình như [mình đã bỏ mặc] người khác, cho nên gọi là “hoán đổi sự an lạc của mình và sự khổ của người.” Nên biết, đây cũng chính là xem “ngã ái chấp” như oán thù, diệt trừ sự xem trọng sự an lạc của chính mình, xem “tha ái chấp” như công đức, diệt trừ sự xem thường sự thống khổ của người khác. Dùng đây mà tu tập để diệt trừ sự khổ cho chúng sinh. Nói tóm, phương pháp tu tập này lấy sự “xem thường sự vui của chính mình, diệt trừ sự khổ cho kẻ khác” làm điểm chính yếu. Tu tập pháp này có hai điều chướng ngại:

(1) *Chấp trước thân mình và thân người có sự khác biệt*, giống như hai màu vàng và màu xanh, kẻ đến, đối với sự khổ lạc phát sinh, sinh khởi ý niệm: “Đây là của mình, phải nên tu tập, phải nên trừ diệt, đây là của người, phải nên xả bỏ.” Muốn đổi trị vấn đề này nên quán sát tự tính của mình và người không có sự khác biệt, trong sự đối đãi thường nhật, mình cũng có thể sinh khởi tâm niệm giống người khác, và người khác cũng có thể sinh khởi tâm niệm giống mình. Ví như hai ngọn núi, ngọn núi này và ngọn núi kia. Lúc đang ở ngọn núi này thì thấy ngọn núi kia là [ngọn núi] khác, nhưng nếu đã đi đến ngọn núi kia, thì lúc đó, ngọn núi kia lại là [ngọn núi] này, và ngọn núi này (lúc này) bây giờ là [ngọn núi] khác. Trường hợp này không giống như màu xanh, bởi khi nó đối đãi với màu khác, chỉ có thể quán sát nó là màu xanh, không thể quán sát nó là màu khác. Tập Bồ Tát Học Luận nói:

Tự tha bình đẳng,  
Kiên cố Bồ đề tâm,  
Tự tha chỉ tương đối,  
Hư vọng phân tự tha,  
Bên đây khác bên kia,  
Quán gì mà thành tự,  
Tự còn không thành tự,  
Quán gì mà thành tha.

Điều này có nghĩa là [tự tha] chỉ là từ vị trí tương quan đối đãi mà tạm thời an lập, chứ thật sự chúng hoàn toàn không có tự tính.

(2) *Nghĩ rằng sự khổ của người khác không liên can đến mình*, không cần phải nỗ lực diệt trừ sự khổ của họ. Muốn đổi trị vấn đề này, nên quán sát rằng nếu nghĩ rằng sự khổ của người khác không liên can đến mình nên mình không quan tâm, như vậy, sự khổ của tuổi già đau có tổn hại gì đến hiện tại (tuổi

tráng niên) mà phải lo lắng dự trữ tiền của để phòng ngừa. Hơn nữa, bàn tay cũng đau cần phải chữa trị sự đau của bàn chân, bởi vì tay và chân là khác biệt. Lại có thể thêm ví dụ, chẳng hạn như buổi trưa và buổi chiều, v.v... Nếu cho rằng tuổi tráng niên và tuổi già [của một người] là một sự tương tục, hoặc bàn tay và bàn chân là cùng một tụ tập, không giống như mình và người khác là hai vật thể khác biệt, thì nên nhớ rằng sự tương tục và tụ tập chỉ là đối với nhiều sát na, và nhiều cá thể khác nhau mà giả định, không có bản thể đơn độc cá biệt. Tự ngã và tha ngã cũng phải từ sự tương tục và tụ tập mà thành lập, bởi đó chỉ là tự tha tương quan đối đãi mà thành lập, không hề có bản thể độc lập. Do vì tập khí chấp trước tăng thượng từ vô thi, cho nên lúc sự khổ đến với mình thì mình không thể chịu đựng (bất nhẫn), và như vậy, nếu đối với người khác, tu tập tâm “ái chấp”, thì khi thấy họ bị khổ, chúng ta cũng sẽ sinh tâm “bất nhẫn.”

## J2. Nói rõ pháp tu.

Do sức mạnh của ngã tham, sinh khởi ngã chấp, cho nên từ vô thi đến nay, sinh khởi biết bao nhiêu hành tướng “không đẹp”, chỉ cầu sự viên mãn cho chính mình, lấy “tự lợi” làm chủ chốt, không biết phương tiện tu hành, cho nên dù trải qua vô số kiếp, công hạnh lợi mình lợi người vẫn chưa thành tựu, không những không thành, mà lại còn chịu bao nhiêu sự khổ bức bách. Nếu chuyển tâm tự lợi thành tâm lợi tha thì ắt đã sớm thành Phật, quyết chắc đã viên mãn công hạnh lợi mình lợi người. Do vì chưa được như vậy, cho nên đã phải lao nhọc trải qua bao nhiêu kiếp mà vẫn vô ích. Hiện nay biết rõ kẻ thù đệ nhất chính là sự “yêu thích ngã chấp”, phải nên ghi nhớ, tăng gia nỗ lực, nếu chưa sinh khởi khiến cho không sinh khởi, nếu đã sinh khởi, khiến cho không còn tương tục, quyết định kiên cố, miên mật tu tập. Tương tự, tư duy tất cả công đức của sự “yêu thích người khác”, phải nên ghi nhớ, tăng gia nỗ lực, đối với tâm “bỏ mặc người khác”, chưa sinh khởi khiến cho không sinh khởi, đã sinh khởi khiến cho không còn tương tục. Đối với người khác

chúng ta nên phát khởi ảnh tượng “đáng yêu”, “đáng ưa”, “vừa ý”, giống như trước đó chúng ta đã từng “yêu thích” chính mình. Hiện nay đối với người khác cũng phải nên sinh khởi tâm “yêu thích.” Tôn giả Atisha nói: “Người Tây Tạng biết có những Bồ tát không tu tập tâm từ bi.” Nếu vậy, phải làm thế nào? Trả lời: “Từ đầu phải theo thứ tự mà tu tập.” Ngài Lăng Nhật Dương Ba nói: “Ngài Hà Bà Ba và ta có mười tám phương tiện người và một phương tiện ngựa. Tổng cộng là mười chín. Phương tiện người là phát tâm Bồ đề thù thắng, làm bất cứ điều gì, đều học cách làm lợi ích hữu tình; phương tiện ngựa là chấp vào “ngã ái”, có thể khiến cho Bồ đề tâm chưa sinh khởi sẽ không sinh khởi, đã sinh khởi không thể an trụ, không thể tăng trưởng. Cho nên đối với điều này phải nên tận lực đối trị, khi đối diện chúng sinh, phải nên tận lực lợi ích.” Ngài Khang Long Ba cũng nói: “Do vì chúng ta xả bỏ hữu tình, cho nên hữu tình cũng xả bỏ chúng ta.” Vì thế, thiết lập hay chưa thiết lập nền tảng Đại thừa, tiến nhập hay chưa tiến nhập giai vị Đại thừa, tất cả đều liên hệ đến điểm này (tự lợi hay lợi tha). Cho nên, trong tất cả mọi thời, đều phải nên quán sát khiến cho tâm [lợi tha] sinh khởi. Nếu sinh khởi được thì tốt, nếu chưa sinh khởi, thì phải nên gìn giữ các vị thiện tri thức chỉ dẫn pháp tu này, và các bạn đồng học đang tu tập pháp này. Hơn nữa, cũng nên tìm đọc các kinh luận chỉ dẫn pháp tu, và phải nhân đây siêng năng tích tập tư lương, tịnh trừ nghiệp chướng. Nếu chúng ta có thể tịnh tu như vậy, ắt có thể gieo hạt giống viên mãn, chớ nên bỏ qua cơ hội tu tập, mà phải sinh tâm cực kỳ hoan hỷ. Tôn giả Atisha nói:

Nếu muốn tiến nhập cửa Đại thừa,  
Phá tan hắc ám, trừ phiền não,  
Giống như nhật nguyệt Bồ đề tâm,  
Nỗ lực nhiều kiếp khiến sinh khởi.

## J3. Số lượng phát tâm.

19. Pháp tu hoán đổi mình và người

Như phần trên đã đề cập.

## 20. Quy tắc thọ Bồ đề tâm

### G3. Dùng quy tắc thọ pháp

#### H1. Chưa được làm cho được

##### I1. Từ nơi nào thọ

##### I2. Dùng thân nào thọ

##### I3. Quy tắc thọ pháp như thế nào

#### J1. Nghi quỹ gia hành

##### K1. Quy y thù thắng

##### L1. Nơi tịnh địa trang trí tượng Phật Bồ tát và đồ cúng dường

##### L2. Khái bạch và quy y

##### L3. Quy y xong, nói học xứ

#### K2. Tích tập tư lương

#### K3. Tịnh tu tâm

#### J2. Nghi quỹ chánh hành

#### J3. Nghi quỹ kết thúc

### G3. Dùng quy tắc thọ pháp.

#### H1. Chưa được làm cho được.

#### I1. Từ nơi nào thọ.

Các vị tiên đức nói: “Đầy đủ nguyện tâm an trụ trong học xứ cũng vẫn chưa đủ, mà cần phải có hành tâm tương ưng với Bồ tát luật nghi.” Đây cũng giống như lời dạy của Thắng Oán Luận Sư.

#### I2. Dùng thân nào thọ.

Thân trời, người, rồng, v.v..., và tâm mong cầu là yếu tố cho sự khởi phát nguyện tâm. Bồ Đề Đạo Đẳng Thích Luận nói: “Cần phải nhàm chán sinh tử, niệm sự chết và vô thường, phải đầy đủ trí tuệ và đại bi.” Nghĩa là y theo thứ tự trình bày ở trên

tu tập, tâm thức chuyển biến, tương ưng với Bồ đề tâm, thì đó là điều kiện để lãnh thọ tâm này.

### I3. Quy tắc thọ pháp như thế nào.

#### J1. Nghi quỹ gia hành.

#### K1. Quy y thù thắng.

#### L1. Nơi tịnh địa trang trí tượng Phật Bồ tát và đồ cúng dường.

Trước tiên, ở một nơi tịch tĩnh, quét dọn sạch sẽ, phết mặt đất bằng năm thứ nơi thân [con] bò, kể đến rưới nước hương thượng diệu, như nước hương chiên đàn, v.v... Trang trí đàn tràng bằng những hình tượng, hoặc tô, hoặc vẽ, hoặc nung, hoặc đúc, của Tam bảo và chư Bồ tát. Tất cả đều được tôn trí nơi đài cao trang nghiêm. Dùng tất cả những đồ trang hoàng quý giá tốt đẹp nhất, như tràng phan, bảo cái, hoa hương, v.v... Lại phải chung bày nhạc khí, âm thực. Các tòa ngồi của các vị thiện tri thức cũng phải trang sức lộng lẫy hương hoa. Các bậc tiên đức thường cúng dường trai tăng, thí thực nga quỹ, để tích tập tư lương. Nếu không có đủ phương tiện cúng dường, thì nên theo lời dạy của Hiền Kiếp Kinh: “Chỉ cần cúng một thước vải cũng gọi là cúng dường.” Nếu có tài vật cúng dường, cũng không nên khoe khoang, tìm cầu những đồ cúng dường xa xỉ, khiến cho các bạn đồng tu cảm thấy hổ thẹn, bất mãn. Người Tây Tạng lúc đến tìm tôn giả Atisha cầu thọ giới Bồ tát, ngài đã từng khai thị: “Nếu cúng dường bùn xin, Bồ đề tâm không phát sinh.” Tượng Phật chính trong buổi lễ phải là một tôn tượng Thích Ca đã được khai quang. Đây là điều cần thiết bất hoặc không thể thiếu. Kinh điển cúng dường tối thiểu phải là một bộ Lược Bốn Bát Nhã Ba La Mật Kinh. Kế đến là phần cung thỉnh Thánh chúng. Giới tử thọ Bồ đề tâm nên tắm gội sạch sẽ, mặc y áo mới chỉnh tề, cung kính chấp tay. Giới sư giảng giải khiến cho giới tử đối với các bậc phước điền sinh khởi lòng chí thành

cung kính, quán tưởng tự thân đứng trước mỗi vị Phật Bồ tát, chấp tay cung kính. Kế đó tụng Bảy Hạnh Nguyên Phổ Hiền<sup>19</sup>.

## L2. Khải bạch và quy y.

Kê đến, hành giả phải nên quán sát vị giới sư như Đức Phật, lễ bái cúng dường, quỳ gối bên phải (Hán: hồ quỳ), cung kính chấp tay, vì cầu phát Bồ đề tâm nên thỉnh bạch như sau: “Trong đời quá khứ, các Đức Như Lai Ứng Đẳng Chánh Giác, và chư Đại Bồ tát, lúc ban sơ đối với Vô thượng Chánh đẳng Bồ đề đã phát tâm như thế nào, thì hôm nay con tên là ....., cũng xin được phát tâm như vậy. Cung thỉnh chư vị A xà lê giúp cho con phát Vô thượng Chánh đẳng Bồ đề tâm.” Cung thỉnh ba lần như vậy. Kế đến đối trước Tam bảo, tức là Phật, Pháp (diệt đế, đạo đế) và Tăng (chư vị bất thoái chuyển Bồ tát), phát đại thệ nguyện: “Nguyện từ ngày hôm nay cho đến khi thành Vô thượng Bồ đề, trong khoảng trung gian, vì muốn cứu độ tất cả hữu tình, xin quy y Phật là Bạc Đại Sư, quy y pháp là con đường Chân Chánh, quy y tăng là các bậc Thiện Tri Thức trợ giúp tu hành.” Hành giả suy tưởng như vậy. Lại khởi lòng mong cầu tăng thượng, nguyện không bao giờ thoái chuyển trên con đường tu tập. Dùng tâm tha thiết mãnh liệt, dùng các uy nghi trang trọng mà quy y Tam bảo:

- Cung thỉnh chư vị A xà lê lắng nghe, con tên là ....., từ ngày hôm nay cho đến khi thành Phật, trong khoảng trung gian, quy y Chư Phật Lương Túc Trung Tôn.

- Cung thỉnh chư vị A xà lê lắng nghe, con tên là ....., từ ngày hôm nay cho đến khi thành Phật, trong khoảng trung gian, quy y Ly Dục Tịch Tĩnh Chư Pháp Trung Tôn.

<sup>19</sup> Còn gọi là “Bài nguyện Bảy chi”, thường được đọc tụng trong các thời khóa ở các tự viện Tây Tạng.

- Cung thỉnh chư vị A xà lê lắng nghe, con tên là ....., từ ngày hôm nay cho đến khi thành Phật, trong khoảng trung gian, quy y Bất Thoái Chuyển Bồ Tát Thánh Tăng Chúng Trung Tôn.

Nói như vậy ba lần. Trong đây, quy y mỗi Bảo, phải khải thỉnh riêng biệt. Câu quy y Pháp, văn từ tuy không hoàn toàn tương đồng, nhưng đều trích từ nghi quỹ của Tôn giả Atisha.

## L3. Quy y xong, nói học xứ.

Các phần khai thị sau khi thọ giới trong phần tu tập Hạ sĩ đạo, ở đây các vị A xà lê cũng nên tuyên thuyết.

## K2. Tích tập tư lương.

Đối trước các vị Thượng sư truyền thừa và các bậc phước điền, tụng Bảy Hạnh Nguyên Phổ Hiền, như phần trên đã nói.

## K3. Tịnh tu tâm.

Vận dụng tâm thức, khiến cho những cảnh sở duyên của tâm từ bi hiển hiện rõ ràng, như phần trên đã đề cập đến.

## J2. Nghi quỹ chánh hành.

Trước các vị A xà lê, quỳ gối cung kính chấp tay phát Bồ đề tâm, đối với cảnh sở duyên quán sát sâu xa, phát nguyện thành thật, cho đến khi thành Phật, quyết không xả bỏ hạnh nguyện thiết tha. Đây không phải chỉ vì lợi ích chúng sinh, mà còn vì cầu thành Phật mà phát nguyện. Phải nên theo đúng nghi quỹ mà phát tâm. Nếu như đối với học xứ của nguyện tâm không thể tu học, thì hành giả chỉ là phát nguyện xong rồi vì lợi ích hữu tình mà nguyện thành Phật. Những hành giả đã y vào nghi quỹ phát tâm, đối với các học xứ của nguyện tâm, có



thể tu học hoặc không thể tu học, đều có thể thọ. Nguyên tâm có hai loại khác biệt như vậy. Thế nhưng, nếu hành giả theo đúng nghi quỹ thọ trì hành tâm (Bồ tát giới), thì đối với các học xứ của hành tâm, bắt buộc phải tu học. Có người cho rằng các học xứ của hai hệ phái Long Thọ và Vô Trước truyền thọ, có sự sai biệt về việc có thể hoặc không thể tu học. Đây là điều phi lý. Giáo Thọ Thắng Quang Vương Kinh nói: “Nếu không thể tu học các học xứ như bồ thí, v.v..., chỉ cần phát tâm [Bồ đề] thì cũng được nhiều phước báo.” Tu Thứ Trung Biên y cứ vào lời dạy trên mà cho rằng: “Nếu hành giả, y vào các pháp Ba la mật đa, tuy không thể lúc nào nơi nào cũng có thể tu học tất cả học xứ, nhưng vẫn chiêu cảm quả báo lành lớn, cho nên cần phải dùng nhiều phương tiện mà phát Bồ đề tâm.” Bởi thế, những hành giả không thể tu học các học xứ như bồ thí, v.v..., vẫn có thể phát Bồ đề tâm, nhưng không thể thọ Bồ tát giới. Điều này quả thật rõ ràng.

Nghi quỹ thọ Bồ đề tâm như sau: “*Duy nguyện tất cả chư Phật cùng chư Đại Bồ tát mười phương thương tưởng con. Cung thỉnh chư vị A xà lê lắng nghe, con tên là ....., hoặc trong đời này, hoặc trong đời sau, tất cả thiện căn tự tính bồ thí, trì giới, tu tập, tất cả thiện căn tự tác, giáo tha tác, kiến tác tùy hỷ, dùng những thiện căn này, như chư Phật chư Đại bồ tát trong quá khứ phát tâm như thế nào, con tên là ....., cũng từ ngày hôm nay cho đến lúc thành Phật, trong khoảng trung gian, nguyện phát tâm Vô thượng Chánh đẳng Bồ đề. Những chúng sinh chưa được độ, xin nguyện độ; những chúng sinh chưa được giải thoát, nguyện khiến cho giải thoát; những chúng sinh chưa thoát khổ, nguyện khiến cho thoát khổ; những chúng sinh chưa nhập Niết bàn, xin nguyện khiến cho nhập Niết bàn.*” Niệm như vậy ba lần. Nghi quỹ quy y cùng nghi quỹ phát tâm này, tuy chưa được biên chép rõ ràng, hành giả phải y theo lời dạy của các vị giới sư. Phần trên là nghi quỹ thọ Bồ đề tâm có các giới sư chứng minh. Nếu không có giới sư, tự mình y theo Nghi Quỹ Phát Bồ Đề Tâm của Tôn giả Atisha: “Nhu vậy, tuy không có

các giới sư, tự mình y theo nghi quỹ phát Bồ đề tâm. Nên đối trước Đức Thích Ca cùng mười phương tất cả Như Lai, ước niệm tư duy, sau khi theo đúng các nghi thức lễ bái, cúng dường, không cần phải tụng các lời dạy của giới sư, mà chỉ theo thứ tự quy y, v.v..., giống như trên.”

### J3. Nghi quỹ kết thúc.

Các vị giới sư vì hàng giới tử tuyên thuyết các học xứ Bồ tát.

## 21. Hộ trì Bồ đề tâm

H2. Đã được giữ cho không mất

I1. Nhân duyên làm cho sự tu học phát tâm đời này không mất

J1. Nghĩ đến sự lợi ích của tu học là tăng trưởng mạnh mẽ sự phát tâm

J2. Vì muốn tăng trưởng sự phát tâm cho nên tu học “mỗi ngày phát tâm sáu lần”

K1. Tu học nguyện tâm không xả bỏ tâm đã phát

K2. Tu học tăng trưởng (tâm đã phát)

J3. Tu học sau khi phát tâm, dù gặp bất cứ điều gì cũng không xả bỏ hữu tình

J4. Tu học tích tập phước đức tư lương

I2. Tu học đời sau không xa lìa Bồ đề tâm

J1. Tu học xa lìa bốn pháp ác có thể phá hoại Bồ đề tâm

J2. Tu học bốn pháp lành không phá hoại Bồ đề tâm

H3. Phương pháp sau khi phạm, khôi phục thanh tịnh

**H2. Đã được giữ cho không mất.**

**I1. Nhân duyên làm cho sự tu học phát tâm đời này không mất.**

**J1. Nghĩ đến sự lợi ích của tu học là tăng trưởng mạnh mẽ sự phát tâm.**

Bắt luận đọc kinh điển, hoặc nghe lời giảng của thầy, nên tư duy sự lợi ích thù thắng của Bồ đề tâm. Hoa Nghiêm Kinh có nói rộng, hành giả phải nên tham khảo. Trong kinh, ví Bồ đề tâm như hạt giống của tất cả Phật pháp, và hơn nữa, tổng nhiếp tất cả Bồ tát hành và Bồ tát nguyện. Nếu nói rộng thì hành tướng của Bồ đề tâm nhiều vô lượng vô biên; nếu nói lược thì Bồ đề tâm bao nhiếp tất cả. Bồ Tát Địa nói về sự thắng lợi (thù thắng lợi ích) là nói về sự thắng lợi của nguyện tâm. Trong đó nói rằng các vị tân Bồ tát phát tâm kiên cố được hai sự thắng

lợi: (a) trở thành phước điền thù thắng cho chúng sinh; (b) có phước lớn, các loài chúng sinh khác không thể nào hại. (a) Hành giả vừa phát Bồ đề tâm thì liền trở thành đối tượng để chúng sinh lễ kính, hay nói khác hơn, vừa mới phát tâm đã trở thành ruộng công đức của tất cả chúng sinh. Lại nói: “Vừa phát Bồ đề tâm đã trở thành dòng giống Phật, vượt hẳn các bậc Đại A la hán,” nghĩa là hành giả sẽ thành Phật. Lại nói: “Tuy tạo chút phước, vẫn có thể gặt hái quả báo vô lượng; làm phước điền thù thắng, và là chỗ nương tựa cho tất cả thế gian, giống như đại địa,” nghĩa là làm bậc cha mẹ của tất cả chúng sinh. (b) Tất cả chúng sinh không thể nào hại, nghĩa là thường được các vị thần (nhiều gấp đôi số thần theo hộ trì Chuyển luân thánh vương) theo bảo hộ. Dù trong lúc ngủ nghỉ, hôn mê, phóng dật, các dọa xa, quỷ thần, hoặc loài phi nhân đều không thể nào hại. Các minh chú, mật chú có công năng trừ diệt bệnh tật, ôn dịch, truyền nhiễm, lúc đang trong tay người khác tuy không hiệu nghiệm, nhưng khi vào tay Bồ tát lại có thể phát sinh ứng nghiệm. Điều này muốn nói rõ rằng *ngay những năng lực tiêu tai diệt nghiệp cũng phải nhờ vào sự phát Bồ đề tâm kiên cố mới dễ dàng ứng nghiệm*. Các pháp tu thành tựu tập thể cũng nhân Bồ đề tâm mà được thành tựu nhanh chóng. Ở bất cứ nơi nào, các sự sợ hãi về đói khát, hiểm họa phi nhân, v.v..., nếu chưa sinh khởi sẽ không sinh khởi. Sau khi mạng chung, cũng ít bị sự tổn não, hơn nữa, không bị bệnh hoạn, đầy đủ nhẫn nhục nhu hòa, có thể nhẫn chịu sự tổn hại của kẻ khác. Hơn nữa, ít bị đọa vào nẻo ác, dù có bị thác sinh vào nẻo ác, cũng mau được thoát khỏi. Khi trong nẻo ác cũng chỉ nhận chịu một ít sự khổ. Lại do nhân duyên này, khởi tâm nhằm chán sinh tử mãnh liệt, đối với hữu tình khởi lòng thương xót. Do phước lực của Bồ đề tâm nhiếp trì, giả như phước này có hình tướng, thì mười phương hư không cũng không dung chứa nổi. Phước báo do dùng tài vật cúng dường chư Phật so với phước lực của Bồ đề tâm quả thật nhỏ nhoi không đáng kể. Đức Thích Sở Vấn Kinh nói: “Phước lực của Bồ đề tâm, giả như có hình thể, thì tận hư không giới cũng không thể dung chứa hết. Giả sử tất cả chúng

sinh trong hằng hà sa số cõi Phật, dùng tất cả trần bảo cúng dường chư Phật, lại có một chúng sinh chấp tay lễ kính Bồ đề tâm, thì sự cúng dường (lễ kính) này thù thắng hơn phước báo của tất cả chúng sinh cúng dường trần bảo, không có sự cùng tận.” Tôn giả Atisha lúc đi nhiều Kim cương tòa (Bồ đề đạo tràng) đã từng tư duy như thế nào để mau thành Phật. Lúc ấy, các hình tượng nhỏ gần đó bỗng đứng dậy hỏi các hình tượng lớn: “Muốn mau thành Phật phải học pháp gì?” Đáp: “Phải nên học pháp Bồ đề tâm.” Lại nữa, có một bà lão và một đứa bé đứng trên hư không phía trên đạo tràng, đứa bé hỏi bà lão câu hỏi tương tự, bà lão cũng trả lời giống như các hình tượng lớn. Tôn giả Atisha nghe xong bèn sinh đại tâm quyết định đối với Bồ đề tâm. Nên biết, Bồ đề tâm bao hàm tất cả các giáo thọ quan trọng tất yếu của Đại thừa, là đại tạng cho tất cả sự thành tựu, là pháp đặc biệt siêu xuất hàng Nhị thừa, là chỗ nương tựa vô cùng thù thắng cho các hàng Phật tử đang mạnh mẽ tiến bước. Đối với sự tu tập Bồ đề tâm phải nên tăng gia sự hăng hái, dũng mãnh, giống như người đang khát nghe đến “nước uống.” Chư Phật Bồ tát ắt đã từng trong nhiều kiếp dùng trí tuệ hiêm có, vô cùng vi tế quán sát các pháp tu, biết rằng chỉ có Bồ đề tâm là phương tiện thù thắng nhất để tu hành thành Phật. Nhập Bồ Tát Hành Luận nói:

Phật nhiều kiếp tư duy  
Tâm Bồ đề là nhất. (Phẩm Một, kệ 7)

**J2. Vì muốn tăng trưởng sự phát tâm cho nên tu học “mỗi ngày phát tâm sáu lần.”**

**K1. Tu học nguyện tâm, không xả bỏ tâm đã phát.**

Như vậy, hành giả đã cung thỉnh chư Phật Bồ tát và chư vị thiện tri thức chứng minh; đối trước các vị ấy đã phát thệ nguyện các chúng sinh chưa được độ thoát, khiến cho độ thoát. Nếu quan sát thấy số lượng hữu tình nhiều vô lượng vô biên, lại còn tạo ác, cần phải nỗ lực trong một thời gian vô cùng lâu xa,

huống chi lại còn hai tư lương phước tuệ, lại cần phải tu học vô lượng những công hạnh khó làm, do những nhân duyên này, sinh tâm khiếp nhược, bỏ phế gánh nặng của sự phát tâm, thì hành giả này phạm tội còn nặng hơn tội ba la di trong giới biệt giải thoát. Đây là lời dạy trong Nhiếp Quyết Trach Phân. Nếu như xả bỏ thệ nguyện Bồ tát, hành giả sẽ trôi lăn lâu dài trong các ác đạo. Đây là lời dạy trong Nhập Bồ Tát Hành Luận. Lại nói:

Giống như một kẻ mù  
Trong rác đượ ngọc quý  
Con thật là diễm phúc  
Phát tâm Bồ đề này. (Phẩm Ba, kệ 27)

Nên quán sát rằng chúng ta hiện nay thọ được tâm này, quả thật là điều vô cùng hiêm có, trong tất cả mọi nơi mọi thời, không nên xả bỏ. Nếu thường quán niệm thì dù trong một sát na cũng không buông bỏ các thệ nguyện. Hành giả cần phải thường tu tập.

**K2. Tu học tăng trưởng tâm đã phát.**

Nếu chỉ tu tập “nguyện không xả bỏ tâm đã phát”, e vẫn chưa đủ, mà còn phải mỗi ngày sáu thời (ngày ba thời đêm ba thời), dùng tâm tinh tiến mạnh mẽ khiến cho Bồ đề tâm tăng trưởng. Nghi quỹ tu tập cũng giống như phần trên. Nếu có thể quảng tu thì y theo đó mà hành trì; nếu chưa thể thì nên quán tưởng các phước điền cho rõ ràng, sau khi cúng dường, tu tập tâm từ bi, v.v... Mỗi ngày hành trì sáu lần như vậy. Nghi quỹ ngắn gọn này tức là:

Cho đến thành Phật, con quy y  
Chư Phật, Chánh Pháp, Bồ Tát Tăng  
Xin đem công đức đã tu tập  
Vi lợi hữu tình, nguyện thành Phật.

Mỗi thời đọc ba lần như vậy.

### J3. Tu học tâm không xả bỏ hữu tình.

Phải nên biết rõ hành tướng của “tâm xả bỏ hữu tình”, chẳng hạn như y vào những nhân duyên phi lý rồi khởi lên niệm như sau: “Từ đây về sau, tôi sẽ không làm lợi ích cho chúng sinh<sup>20</sup>.”

### J4. Tu học tích tập phước đức tu lương.

Sau khi tuân theo nghi quỹ thọ nguyện tâm rồi, mỗi ngày phải nỗ lực tăng trưởng nhân duyên của Bồ đề tâm, cúng dường Tam bảo, v.v., tích tập tư lương phước báo.

## I2. Tu học đời sau không xa lìa Bồ đề tâm.

### J1. Tu học xa lìa bốn pháp ác có thể phá hoại Bồ đề tâm.

Bốn pháp ác là:

(1) *Khinh khi lừa dối hòa thượng, a xà lê, các bậc tôn trưởng, cùng các phước điền.* Đối tượng bị khi dối: hòa thượng, a xà lê thì dễ nhận biết; tôn trưởng là những người muốn làm lợi ích cho mình; phước điền là các bậc đầy đủ đức hạnh. Đối với những đối tượng vừa nêu trên đã làm những gì mà trở thành pháp ác? Đáp: Biết rõ đối tượng là những bậc phước điền mà vẫn cố tâm khinh khi đối trá, thì những tác nghiệp đó liền trở thành pháp ác, nhưng sự đối trá đây không phải là những sự đối trá thông thường, mà là dùng sự đối trá để khinh khi đối tượng. Tập Bồ Tát Học Luân nói: “Đoạn trừ các pháp ác tức là pháp thiện.” Sự đối trị này là pháp thiện thứ nhất.

<sup>20</sup> Nghĩa là muốn xả bỏ tâm làm lợi ích chúng sinh.

(2) *Vô cố khiến cho người khác sinh tâm hối hận.* Các hữu tình khác đang tu tập pháp thiện, đối với những công hạnh của họ đang làm, vô cố khiến cho họ sinh tâm hối hận. Trong hai trường hợp này, có thể khi đối hay không thể khi đối, người khác hối hận hay không hối hận, đều phạm như nhau.

(3) *Phỉ báng các hành giả Đại thừa.* Nghĩa là đối với những hành giả đã phát Bồ đề tâm, hiện đang thọ trì Bồ tát luật nghi, tu tập những công hạnh lành, khởi tâm sân hận, dùng những lời lẽ thô ác mà phỉ báng họ, và họ hiểu rõ lời mình đang nói. Sự phỉ báng này rất dễ vi phạm, mà tội chướng lại cực kỳ sâu nặng. Phần trên đã nói sơ lược. Lại nữa, nếu Bồ tát khởi tâm hủy báng, thì sẽ bị đọa vào địa ngục kiếp số lâu dài. Tối Cực Tịch Tĩnh Thần Biến Kinh nói: “Ngoại trừ những tội phỉ báng Bồ tát, các nghiệp khác không thể khiến Bồ tát đọa vào địa ngục.” Nhiếp Quyết Trạch Phân cũng nói: “Nếu một Bồ tát chưa được thọ ký, khởi tâm tranh cạnh hủy báng một vị Bồ tát đã được thọ ký, tùy sự khởi tâm sân hận bao lâu, sẽ bị luân chuyển trong các nẻo bảy lâu.” Cho nên trong tất cả mọi thời, đều phải nỗ lực diệt trừ sân hận. Nếu như lỡ khởi, phải nên liên tục sám hối, nỗ lực phòng hộ.

(4) *Tùy tiện dối trá, không có tâm chất trực.* Đối tượng là tất cả hữu tình khác. Việc làm như thế nào mà gọi là dối trá? Nghĩa là lừa dối trong việc cân, đo, v.v..., hoặc như muốn sai người đi đến Nhạ Mã, nhưng lại chỉ sai họ đi Thôi Long, [biết rằng sau khi đến Thôi Long] họ sẽ tự nguyện đi Nhạ Mã. Tập Bồ Tát Học Luân nói: “Lừa dối (Hán: cuống) nghĩa là giả hiện công đức mà mình không thực có, còn siểm trá (Hán: siểm) nghĩa là che dấu những lỗi lầm của mình.”

### J2. Tu học bốn pháp lành không phá hoại Bồ đề tâm.

(1) *Không nói lời hư vọng:* Đối tượng (cảnh) là tất cả hữu tình khác. Việc làm (sự) là dù trong trường hợp nguy hiểm

đến thân mạng, hoặc ngay trong những lúc giỡn hớt, đùa đoạn trừ sự biết rõ mà cố ý vọng ngữ. Như vậy, đối với các vị thầy của mình và các vị giới sư, không dùng những lời hư vọng mà khi dối họ.

(2) **Tâm ý chất trực:** Đối tượng là tất cả hữu tình khác. Việc làm là an trụ trong ý chí cương quyết (ý nhạo tăng thượng) không hề gian dối, chánh tâm chất trực. Điều này có thể đối trị pháp ác thứ tư.

(3) **Cung kính tán thán chư Bồ tát:** Đối tượng là tất cả Bồ tát (nghĩa là tất cả hữu tình đã phát Bồ đề tâm). Việc làm là đối với họ xem như các bậc thầy (Hán: đại sư), và ở khắp mọi nơi, tuyên dương công đức chân thực của họ. Ngài Hạ Nhạ Ngõa nói: “Chúng ta chỉ làm được chút ít điều thiện, nhưng lại không biết làm cho chúng tăng trưởng, ngược lại, thường hủy diệt những nhân lành đã tạo, nghĩa là do tâm sân hận hủy báng miệt thị các vị Bồ tát và bạn đồng tu, khiến cho phước báo hoàn toàn tiêu tán.” Cho nên phải cố gắng đoạn trừ điều này cùng việc phá hoại các Bồ tát, như trong Tập Bồ Tát Học Luận nói: “Đối với tất cả hữu tình không nên sinh khởi tâm tổn hại, bởi vì chúng ta không thể biết rõ ai là Bồ tát.” Phải nên y theo lời dạy của Ca Diếp Thịnh Vân Kinh: “Đối với tất cả hữu tình, phải nên cung kính như bậc thầy của mình.” Tu tập tịnh tướng, tán dương công đức, có nghĩa là hề gặp ai đến thì tán thán công đức [của các vị Bồ tát], giả như không thể đi khắp nơi để làm việc này, cũng không có lỗi gì. Điều này có thể đối trị pháp ác thứ ba.

(4) **Dùng pháp Đại thừa hóa độ hữu tình:** Đối tượng là những hữu tình mà mình đang xây dựng. Việc làm là muốn cho họ nhằm chán Tiểu thừa, yêu thích con đường tu hành thành Phật. Mục đích của chúng ta là muốn những người đang dưới sự hướng dẫn của mình an trụ trong pháp Đại thừa, nhưng nếu căn duyên của họ chưa đầy đủ, không thể sinh khởi lòng yêu thích tu hành thành Phật, thì đây không phải là lỗi của chúng ta, vì

chúng ta không đủ khả năng thành tựu điều mình mong muốn. Điều này có thể đối trị pháp ác thứ hai. Giả như chúng ta hết lòng giúp họ an trụ trong pháp an lạc cứu cánh, nhưng nếu việc này khiến họ ưu tư hối tiếc (vì đã tu tập Đại thừa), dù rất nhỏ, thì chúng ta cũng không nên làm (nghĩa là cứ để mặc họ theo con đường mà họ thích - Người dịch). Sư Tử Thịnh Vân Kinh nói:

Làm sao trong mọi đời,  
Không mất Bồ đề tâm,  
Trong mộng cũng không xả,  
Lúc thức phải thế nào?  
Đáp: Bất cứ nơi nào,  
Tùy hoàn cảnh an trụ,  
Nếu tâm không xả bỏ,  
Sẽ tiến nhập Bồ đề.

Văn Thù Trang Nghiêm Sát Độ Kinh nói: “Đoạn trừ (1) ngã mạn, (2) ghen ghét, (3) bôn sèn, và (4) thấy người khác giàu có, sinh tâm hoan hỷ. Nếu đầy đủ bốn pháp này, ắt sẽ không xả Bồ đề tâm.” Lại nữa, Bảo Tích Kinh nói: “Nếu trong mọi oai nghi đều tu tập Bồ đề tâm, và trước khi làm bất cứ việc thiện nào đều tu tập Bồ đề tâm, ắt ở đời sau cũng không xa lìa tâm Bồ đề trân quý này. Cho nên trong tất cả mọi thời đều phải nên quán sát.” Đây là những lời dạy hết sức rõ ràng.

## 22. Phương pháp tu tập sau khi phát tâm

F3. Phương pháp tu học sau khi phát tâm

G1. Hành tướng của sự tu học sau khi phát tâm

G2. Giải thích việc nếu chỉ tu học một trong hai phần: (1) phương tiện, (2) trí tuệ, đều không thể thành Phật

G3. Giải thích thứ tự tu học các học xứ

H1. Tổng quát phương pháp tu học Đại thừa

I1. Cầu học Bồ tát học xứ

I2. Học xong, thọ Bồ tát giới

I3. Thọ xong, tu học như thế nào

J1. Y vào học xứ nào

J2. Các môn học nhiếp vào trong học xứ

K1. Quyết định số lượng nghĩa chánh yếu

K2. Quyết định thứ tự

L1. Thứ tự sinh khởi

L2. Thứ tự thăng liệt

L3. Thứ tự thô tế

### F3. Phương pháp tu học sau khi phát tâm.

#### G1. Hành tướng của sự tu học sau khi phát tâm.

Từ Thi Giải Thoát Kinh cho rằng sau khi phát Bồ đề tâm, tuy không thể tu học các học xứ Bồ tát như Bồ thí, v.v..., cũng được đại lợi ích, thế nhưng, nếu không tu học các phần tâm yếu của học xứ Bồ tát thì nhất định khó có thể thành Phật. Bởi thế, hành giả cần phải tu học các công hạnh Bồ tát. Tam Muội Vương Kinh nói: “Nên lấy sự tu học công hạnh Bồ tát làm tâm yếu. Vì sao? Nay đồng tử, nếu lấy sự tu học làm tâm yếu thì sự chứng đắc Vô thượng Chánh đẳng Bồ đề không còn khó khăn.” Tu Thứ Sơ Biện cũng nói: “Các vị Bồ tát đã phát tâm, sau khi biết rằng nếu chưa tự điều phục thì không thể điều phục kẻ khác, bèn nỗ lực tu tập các công hạnh Bồ thí, v.v..., bởi

nếu không tu học các học xứ Bồ tát ắt sẽ không chứng đắc Vô thượng Bồ đề.”

#### G2. Giải thích việc nếu chỉ tu học một trong hai phần: (1) phương tiện, (2) trí tuệ, đều không thể thành Phật.

Sau khi đã biết phương tiện tu tập thành Phật, thì những phương tiện này ắt không được sai lầm, nếu như đi lầm đường thì dù có nỗ lực bao nhiêu, chung cuộc cũng không đạt được thành quả, giống như nặn sừng trâu để lấy sữa; hoặc tuy đi đúng đường, nhưng lại thiếu phương tiện, cũng không đạt được thành quả chân thật. Ví như hạt giống, nếu thiếu một trong các yếu tố: nước, đất, ánh mặt trời, đều không thể nảy mầm. Nếu vậy, nhân duyên đầy đủ chính xác là thế nào? Như Đại Nhật Như Lai Hiện Chứng Bồ Đề Kinh nói: “Này Bí Mật Chủ! Tất cả chư Phật từ tâm căn bản đại bi sinh, từ nhân của Bồ đề tâm sinh, đây là dùng phương tiện đạt đến cứu cánh.” Ở đây, tâm đại bi như đã giải thích ở trên; tâm Bồ đề có hai loại, tâm Bồ đề thế tục và tâm Bồ đề thắng nghĩa; phương tiện, nghĩa là công hạnh Bồ thí, v.v..., tất cả đều viên mãn. Đây là lời dạy của Đại sư Liên Hoa Giới.

Có một loại hành giả, giống như Hòa Thượng<sup>21</sup>, v.v..., đối với con đường đạo, khởi tà phân biệt cho rằng: “Tâm phân biệt, bất luận thiện hay ác, đều là sự trói buộc sinh tử. Bởi vì quả báo của nó không ra khỏi sinh tử, giống như dây thừng hay dây vàng đều thành trói buộc, mây trắng hay mây đen đều che chướng bầu trời, chó trắng hay chó đen cắn đều gây thống khổ. Vì lý do này, chỉ có sự vô phân biệt mới là con đường thành Phật. Còn những sự Bồ thí, v.v..., là giảng cho những hàng ngu si chưa hiểu rõ pháp liễu nghĩa. Sau khi chứng đắc liễu nghĩa, nếu còn tu tập các hạnh như Bồ thí, v.v..., thì chẳng khác gì vị

<sup>21</sup> “Hòa Thượng” ở đây chỉ cho một thiền sư Trung Hoa đến hoàng pháp ở Tây Tạng vào thế kỷ thứ tám. Thiền sư này đã từng tranh biện với ngài Liên Hoa Giới tại Laptat (Tây Tạng) vào năm 729.

quốc vương bị giáng làm dân quèn, hoặc đang ngồi trên lưng voi lại đi tìm vết chân voi.” Bọn họ còn nêu ra tám chục loại kinh điển tán thán sự vô phân biệt làm chứng cứ cho lập luận của mình. Thế nhưng, những ai cho rằng tất cả phương tiện đều không phải là con đường thành Phật là những kẻ tạo tội đại phi báng, che chướng những điều tâm yếu mà chư Phật đã giảng dạy, phá trừ sự quyết trạch của trí tuệ quán sát phân biệt, xa lìa thắng nghĩa của chư Phật. Đối với sự kiện này, tôn giả Liên Hoa Giới đã từng dùng giáo lý vô cầu khéo léo phá trừ, rộng rãi kiến lập con đường chánh mà chư Phật hoan hỷ, thế nhưng, hiện nay vẫn có một số hành giả xem thường việc trì giới, trong khi tu tập, bỏ phế giới luật, mô phỏng pháp tu của Hòa Thượng. Lại có một loại hành giả, tuy không phi báng phương tiện, nhưng có kiến giải cũng giống như vừa nói. Lại có một loại hành giả, xả bỏ trí tuệ quán sát phân biệt, tâm cầu kiến giải chân thật, cho rằng hoàn toàn không khởi ý niệm là mình tâm kiến tánh, tán đồng phương pháp tu tập của Hòa Thượng. Những loại hành giả này đều không hiểu rõ phương pháp tu tập Tính không. Mà giả sử đó là sự tu tập Tính không chẳng nữa, nhưng nếu cho rằng hành giả tu tập Tính không chỉ cần tu tập quán không, không cần phải tu tập các công hạnh thế gian, thì đây rõ ràng không những trái ngược với lời dạy của tất cả chư Phật chư Tổ, mà còn là một sự nghịch lý trầm trọng.

Sự thành tựu của hành giả Đại thừa là không an trụ Niết bàn. Những hành giả không trụ trong sinh tử là những người thông đạt trí tuệ chân thực, y cứ vào thứ đệ của thắng nghĩa, hoặc thậm thâm đạo (tu tập thắng nghĩa), hoặc tư lương trí tuệ, hoặc chi phần của trí tuệ mà thành tựu. Những hành giả không trụ trong Niết bàn tịch diệt là những người dùng trí tuệ liễu ngộ tất cả, y cứ vào thứ đệ của tục đế, hoặc quảng đại đạo (tu tập đại hạnh), hoặc tư lương phước đức, hoặc chi phần của phương tiện mà thành tựu. Bí Mật Bất Khả Tư Nghi Kinh nói: “Tư lương trí tuệ có thể đoạn trừ tất cả phiền não, tư lương phước đức có thể trưởng dưỡng tất cả hữu tình. Bạch Thế Tôn, do nhân duyên này

Bồ tát ma ha tát phải tinh tiến tu tập tư lương phước đức trí tuệ.” Thuyết Vô Cầu Xưng Kinh nói: “Cái gì là sự trói buộc, cái gì là sự giải thoát của các Bồ tát? Đáp: Trí tuệ mà không có phương tiện đi kèm là sự trói buộc, trí tuệ mà có phương tiện đi kèm là sự giải thoát, phương tiện mà không có trí tuệ đi kèm là sự trói buộc, phương tiện mà có trí tuệ đi kèm là sự giải thoát.” Tương Đầu Sơn Kinh nói: “Con đường đạo của Bồ tát có hai, gì là hai, nghĩa là phương tiện và trí tuệ.” Đối với những yếu nghĩa này, Bồ Đề Đạo Đăng Luân cũng nói:

Lìa Bát nhã, phương tiện,  
Không thể đoạn hai chướng,  
Nếu như muốn đoạn tận,  
Phiền não, sở tri chướng,  
Phải tu hành Bát nhã,  
Và tu các phương tiện,  
Nếu tuệ lìa phương tiện,  
Hoặc phương tiện lìa tuệ,  
Phật nói là trói buộc,  
[Thế nên các hành giả]  
Chớ nên lìa cả hai.

Lại nói:

Ngoại trừ Bát nhã độ,  
Tất cả tư lương lành,  
Bồ thí, giới, vân vân,  
Đều là pháp phương tiện,  
Người tu tập Bát nhã,  
Lại tu tập phương tiện,  
Sẽ mau chứng Bồ đề,  
Không chỉ tu vô ngã,  
Đối với uẩn, giới, xứ,  
Nếu hiện chứng vô sinh,  
Rõ tự tính bốn không,

Đây là Bát nhã độ.

Lại nữa, Bảo Kế Kinh nói: “Cần phải đầy đủ tất cả phương tiện, như Bồ thí, v.v..., sau đó mới tu tập tất cả các loại Tính không tối thắng.” Nhiếp Ma Kinh nói: “Chư Bồ tát vì muốn chứng Vô thượng Bồ đề nên tu tập Lục độ, còn các phàm phu ngu si thì cho rằng Bồ tát chỉ cần tu học Bát nhã ba la mật, không cần phải tu các Ba la mật khác. Đây là phá hoại chánh kiến. Lại nữa, bọn người ngu cho rằng chỉ cần một pháp mà chứng Vô thượng Bồ đề, đó là Tính không. Nên biết, những công hạnh tu tập của bọn họ đều không thanh tịnh.” Giả như khởi ý niệm: “Tu tập các công hạnh Bồ thí, v.v..., là những hành giả chưa đạt được thắng giải kiên cố về Tính không. Chỉ cần thông đạt Tính không là đủ”, nếu vậy, các vị Bồ tát từ Sơ địa trở lên, đặc biệt Bát địa Bồ tát đã chứng vô phân biệt trí, đã được tự tại, ắt không cần phải tu hành gì thêm nữa. Nhưng đây là điều cực kỳ phi lý. Thập Địa Kinh nói: “Trong giai vị Thập địa, tuy mỗi địa chuyên tu một pháp chủ yếu, nhưng không phải không tu các công hạnh khác (chẳng hạn, Sơ địa chuyên tu Bồ thí, nhưng vẫn tu trì giới, nhẫn nhục, v.v...). Cho nên, Bồ tát trong mỗi địa đều tu Lục độ, hoặc tu Thập độ. Đặc biệt là khi Bát địa Bồ tát, đã đoạn tận tất cả phiền não, an trụ trong cảnh giới thắng nghĩa ngừng dứt tất cả hý luận, chư Phật bèn hiện tiền khuyến cáo: “Nếu chỉ thông đạt ‘Tính không’ không thể thành Phật, bởi vì chư Thanh văn, Độc giác cũng chứng như vậy. Ông hãy quán sát thân tướng, trí tuệ, cõi nước của chư Phật, tất cả đều vô lượng. Mười lực, mười tám pháp bất cộng, ông cũng đều chưa đạt được, cho nên ông cần phải khởi tinh tiến; lại phải tưởng nghĩ đến tất cả hữu tình chưa đạt đến tịch diệt, đang bị đủ các loại phiền não bức hại, và cũng đừng nên phế bỏ tâm nhẫn nhục.” Chư Phật khuyến cáo như thế, dù thấy các vị Bồ tát bậc cao còn phải tu học các loại phương tiện, huống hồ những hành giả phàm phu khác mà không chịu tu học! Các Mật bộ tối cao vô thượng tuy có nhiều điểm bất đồng với Ba la mật thừa, thế nhưng, một cách tổng quát, các pháp tu tập Sáu ba la mật và Bồ

đề tâm của Kim cang thừa và Ba la mật thừa, đa số tương đồng, như phần trên đã giải thích.

Có người cho rằng: “Chúng tôi không nói là không cần tu Bồ thí, v.v..., mà muốn nói rằng khi thực hành những công hạnh đó, việc gì cũng không tư duy, thì các công hạnh đó sẽ được viên mãn. Bởi vì không dính mắc vào người Bồ thí, người thọ nhận và vật Bồ thí, cho nên Bồ thí vô duyên (không dính mắc) sẽ được viên mãn. Tương tự, các công hạnh khác cũng được viên mãn. Trong kinh cũng đã chẳng nói mỗi độ đều nhiếp các độ khác (nghĩa là khi một độ viên mãn, các độ khác cũng viên mãn) hay sao?” Đáp: Nếu chỉ cần tu một công hạnh mà viên mãn tất cả, thì các ngoại đạo lúc tu pháp chỉ tâm nhất cảnh tính, an trụ bình đẳng, không có sự dính mắc, cũng sẽ viên mãn tất cả Ba la mật hay sao? Lại như Thập Địa Kinh nói: “Nếu vậy, lúc các hành giả Thanh văn Độc giác đạt được pháp tính vô phân biệt trí, an trụ bình đẳng, cũng sẽ viên mãn tất cả công hạnh Bồ tát, trở thành Đại thừa?” Nếu nhân vì kinh nói một độ có thể bao hàm sáu độ mà cho rằng tu một độ là đủ, thì khi cúng dường mạn đà la, phụng hiến đầy đủ phân bố, nước, v.v... (tượng trưng cho Bồ thí ba la mật), cũng cho là đã đủ, chỉ cần tu tập như vậy. Lẽ nào có lý này? Cho nên trí tuệ bao hàm phương tiện, phương tiện bao hàm trí tuệ. Ví như một bà mẹ sầu khổ [vì bị mất một đứa con thân yêu], trong lúc nói năng với người khác, tâm bà đang ở trong các trạng thái khác nhau, tuy thể lực của sự sầu khổ vẫn tồn tại, nhưng không phải tất cả tâm niệm của bà đều là sầu khổ. Như vậy, nếu thể lực của trí tuệ thông đạt Tính không mạnh mẽ, lúc đang tu tập Bồ thí, lễ bái, nhiễu Phật, v.v..., các tâm niệm hiện khởi, tuy không phải chứng đắc Tính không, nhưng lại nương vào thể lực của sự chứng đắc Tính không mà vận hành, không có sự trái nghịch. Lại nữa, lúc bắt đầu tu, nếu dùng Bồ đề tâm kiên cố làm tiền đạo, thì lúc an trụ trong Tính không định, Bồ đề tâm tuy không hiện khởi, nhưng vẫn có sức mạnh nhiếp trì. Điều này không trái nghịch với sự kiện phương tiện và trí tuệ không thể lìa nhau. Lại nữa, kinh



nói: “Không nên hiểu lầm rằng, ở trong sinh tử, quả báo của tư lương phước đức chỉ là sự hưởng thụ của thân thể, hoặc được trường thọ, v.v.... Đây là nói trong trường hợp phước tiện và trí tuệ không nhiếp tri nhau. Nếu như tư lương phước đức được trí tuệ nhiếp tri, thì nó lại là nhân cho sự giải thoát và thành Phật.” Bảo Man Luận nói: “Đại vương! Thân Phật là từ tư lương phước đức phát sinh.” Những lời dạy như vậy rất nhiều. Nếu hành giả cho rằng: “Tuy tất cả ác hành phiền não là nhân đọa vào ác thú, nhưng cũng có thể chuyển đổi thành nhân thành Phật.” Hoặc cho rằng: “Các công hạnh như bố thí, trì giới, v.v..., tuy là nhân cho cõi lành, nhưng cũng vẫn là nhân cho sự sinh tử, không phải là nhân để thành Phật.” Những kẻ lập luận như vậy, xin hãy bình tâm quán sát.

Kinh nói: “Nếu đối với Sáu ba la mật, như bố thí, v.v..., khởi lên sự đam mê, chấp trước, thì đó là ma nghiệp.” Tam Uẩn Kinh nói: “Vì tham mê mà bố thí, hoặc vì ngã mạn (cho rằng giới luật là cao tột) mà trì giới, những hành giả như vậy phải nên sám hối.” Lại nữa, Phạm Văn Kinh nói: “Tất cả sự quán sát quyết trạch đều là phân biệt, hoàn toàn không phân biệt tức là Bồ đề.” Hành giả chớ nên hiểu lầm những lời dạy vừa nêu trên. Do vì chấp hai ngã (nhân ngã, pháp ngã), điên đảo chấp trước, mà phát khởi bố thí, trì giới, v.v..., thì đó là ma nghiệp, chứ tự thân của bố thí, trì giới, v.v..., không phải là ma nghiệp. Nếu không, khi kinh nói “vì tham mê mà bố thí”, thì cũng không cần phải nói “vì tham mê”, mà chỉ cần nói tổng quát “tất cả sự bố thí cần phải sám hối”, nhưng kinh chưa nói như vậy. Tu Thử Mat Biên đối với vấn đề này có nêu lên vấn đề đáp vô cùng thiết yếu.

Nếu giải thích điên đảo (Hán: tà giải), ắt sẽ cho rằng tất cả công hạnh [vì có hình tướng] đều là ngã chấp và pháp chấp. Lại như, nếu các tâm hành [phân biệt] thiện như thí xả một vật (bố thí), hoặc phòng hộ việc ác (trì giới), v.v..., đều là ngã chấp, pháp chấp, thì các hành giả đã đạt được pháp vô ngã, đúng lý

phải nên đoạn trừ những tâm hành này giống như đoạn trừ các pháp sân, mạn, mà không nên gằn gỏi học tập. Nếu như tất cả tâm hành phân biệt đều là pháp ngã chấp thì những sự tư duy về công đức của thiện tri thức, về ý nghĩa trọng đại của thân hạ mãn, việc quán tưởng sự chết, vô thường, về sự khổ của ác đạo, công đức của sự quy y Tam bảo, đạo lý nghiệp quả (từ nghiệp sinh ra quả), sự tu tập từ bi, phát Bồ đề tâm, tu học Bồ tát học xứ, tất cả tâm hành tư duy “cái này là cái này”, “cái này từ cái này sinh”, “từ đây phát sinh công đức”, “từ đây sinh khởi lỗi lầm”, v.v..., từ tư duy sinh khởi định giải, những định giải đó càng lớn bao nhiêu, thì ngã chấp pháp chấp phải càng lớn bấy nhiêu, và ngược lại, những định giải về pháp vô ngã phải càng ngày càng yếu ớt. Nếu vậy, kiến giải (tuệ) và công hạnh (hành) sẽ trái nghịch như nóng với lạnh, và hơn nữa, chúng (kiến giải và công hạnh) cũng không hoàn toàn phát sinh sự liễu tri thường hằng rốt ráo. Nếu như, khi đạt đến quả vị rốt ráo, hai thân, pháp thân và sắc thân (báo thân), không có sự trái nghịch, thì lúc tu đạo, các sở duyên của hai ngã chấp (nhân ngã chấp và pháp ngã chấp): (1) từ sự xa lìa các hý luận nhiều như số vi trần, dẫn sinh định giải, và (2) từ sự quán sát: “cái này từ cái này sinh”, “từ đây phát sinh công đức”, “từ đây phát sinh lỗi lầm”, dẫn sinh định giải, hai loại định giải này quyết không có sự trái nghịch.

Hai sự kiện này, một bên từ chánh kiến căn bản, quyết trạch nghĩa lý của hai đế (thắng nghĩa đế và thế tục đế) mà được tự tại, dùng giáo lý quyết trạch các pháp sinh tử, Niết bàn, liễu tri tất cả các pháp đều không có tự tính; một bên từ pháp nhân quả, từ chánh kiến không điên đảo, an lập danh ngôn lượng của các pháp nhân quả, hai sự kiện này thực sự hỗ trợ cho nhau, làm sao có thể cho rằng chúng làm tổn hại nhau. Nếu có thể hiểu rõ điều này thì mới được gọi là hành giả thông đạt chân nghĩa của hai đế, và hiểu rõ mật ý của chư Phật.

Khi Đức Phật giảng kinh, quán sát các pháp chân thật vô sinh, ngài nói các pháp Bồ thí, v.v..., là pháp phân biệt vô tự tính, nhưng nói thế, chỉ có nghĩa là các pháp này là phân biệt giả lập, chứ không có nghĩa là khuyên chúng ta bỏ phước, không nên tu tập Bồ thí, v.v... Điều này được đề cập đến trong Tu Thứ Mật Biên. Lại nói không nên chỉ an lập một bên. Tập Kinh Luận nói: “Các Bồ tát xa lìa phương tiện thiện xảo, không nên gắng sức tu tập các pháp tính thâm sâu.” Bí Mật Bất Khả Tư Nghi Kinh cũng nói: “Thiện nam tử, ví như lửa lớn, từ các nhân duyên mà bốc cháy, nếu không có nhân duyên, lửa sẽ tắt ngúm, tương tự, từ các nhân duyên mà tâm khởi niệm, nếu không có nhân duyên, tâm sẽ ngừng bật các niệm. Các Bồ tát tu tập phương tiện thiện xảo, dùng Bát nhã ba la mật đa thanh tịnh, tuy biết rõ sở duyên của các pháp tịch diệt, nhưng không ngừng dứt sở duyên của các thiện căn, cũng không hiện khởi sở duyên của các phiền não, an trụ trong các sở duyên của Bát nhã ba la mật đa, quán sát phân biệt các sở duyên của Tính không, dùng tâm đại bi quán sát sở duyên của các hữu tình.” Ở đây, hành giả phải nên khéo phân biệt ý nghĩa của “có sở duyên” và “không sở duyên.” Lại nữa, hành giả nên giải trừ sự trói buộc của phiền não và sự chấp tướng, nên giữ chặt các học xứ Bồ tát, diệt trừ hai tội (tính tội và giá tội), không nên hoại diệt tất cả nghiệp lành đã và đang tạo. Phải nhận rõ sự khác biệt giữa sự giữ gìn học xứ và sự trói buộc của chấp tướng, sự khác biệt giữa “buông xả sự giữ giới (nghĩa là phá giới)” và “buông xả sự chấp tướng”, và quan trọng nhất là phải khéo quán sát sự khác biệt giữa “hoại diệt (buông lung)” và “giải thoát (tự do).” Khi ngài A xà lê Liên Hoa Giới đã phá sự “bất tác ý”, ngài không đã phá những hành giả an trụ trong cảnh giới quyết trạch thắng nghĩa (kiến đạo hoặc kiến tánh, thấu rõ các pháp là vô tự tánh), nên đối với bất cứ việc gì cũng không tác ý<sup>22</sup>, chuyên chú tu tập một công hạnh (tâm vô phân biệt), mà ngài đã phá những người không (hoặc chưa) an trụ trong cảnh giới quyết trạch thắng

<sup>22</sup> Tác ý: khởi lên ý niệm.

nghĩa (kiến đạo hoặc kiến tánh), mà tâm không chịu hành động, đối với bất cứ việc gì tâm cũng không phân biệt, lại tự cho rằng có thể thành tựu pháp tu Không tính. Điều này áp dụng chung cho hai loại hành giả tu tập Mật thừa và Ba la mật thừa. Thế nhưng hai loại hành giả này có cùng dùng “biệt quán sát trí quyết trạch” để tu tập hay không, phần dưới (trong phần Tỳ bát xá na) sẽ giải thích.

### G3. Giải thích thứ tự tu học các học xứ.

#### H1. Tổng quán phương pháp tu học Đại thừa.

##### I1. Cầu học Bồ tát học xứ.

Đối với hai loại giới Tỳ kheo và giới Mật tông, trước khi thọ, hành giả không được nghe những học xứ của hai loại giới đó, nhưng đối với giới Bồ tát, hành giả trước tiên phải nghe và hiểu rõ học xứ Bồ tát, nếu như có thể quyết tâm hằng hái thọ trì, thì mới truyền thọ giới pháp Bồ tát cho họ. Cho nên nếu biết rõ học xứ [Bồ tát], quán sát tường tận, phát khởi tâm chí thành cầu học, dùng tâm dũng mãnh đắc được giới thể Bồ tát, thì sự tu học sẽ vô cùng vững chắc. Đây là một phương tiện vô cùng thiện xảo.

##### I2. Học xong, thọ giới Bồ tát.

Giới Phẩm Thích đã trình bày, giải thích rõ ràng nghi tắc thọ giới, phương cách phòng hộ tội căn bản và tội ác tác, cùng những phương cách sám hối, hồi phục sự thanh tịnh. Trước khi thọ giới Bồ tát, hành giả phải nên học tập tường tận.

##### I3. Thọ xong, tu học như thế nào.

###### J1. Y vào học xứ nào.

Các học xứ mà Bồ tát nương tựa tu học, nếu phân tích rõ ràng thì có vô lượng vô biên. Tuy nhiều như vậy, nhưng nếu phân loại thì có thể nói Sáu ba la mật bao hàm tất cả học xứ Bồ tát. Nói lược, Sáu ba la mật là một tổ hợp bao hàm tất cả quan yếu của Bồ tát đạo.

## J2. Các môn học nhiếp vào trong học xứ.

### K1. Quyết định số lượng nghĩa chánh yếu.

Đức Thế Tôn nói lược về sáu pháp ba la mật, ngài Bồ tát Di Lặc đem những mật ý của Phật giải thích rộng rãi tường tận khiến sinh khởi quyết định trí. Đây là lý do thẩm định số lượng các pháp ba la mật đa. Nếu hành giả hiểu rõ điều này sẽ sinh khởi niềm tin sáu pháp ba la mật là giáo thọ thù thắng. Ở đây có sáu nhân để quyết định số lượng của Sáu ba la mật:

(1) **Quyết định số lượng do quán sát sự sinh vào cõi lành:** Muốn viên mãn công hạnh Bồ đề quảng đại cần phải trải qua nhiều đời liên tiếp, đồng thời phải có sự tiến bộ trên con đường tu hành, nếu như không có một thân thể viên mãn để làm công cụ, tu pháp môn nào cũng khó thành tựu, cho nên cần phải có một thân thể viên mãn. Hành giả cần phải có bốn điều viên mãn là: **đầy đủ tài vật, một thân thể hoàn hảo, đầy đủ quyến thuộc, và một sự nghiệp để thành tựu.** Tuy đã có các điều viên mãn, nhưng thường bị các nhân duyên phiền não bức bách, cho nên cần phải có biện pháp khiến không còn bị phiền não nhiễu loạn. Thế nhưng, được như thế vẫn chưa đủ, mà còn phải có những sự thù xả xác đáng, lại phải khéo léo phân biệt cảnh sở duyên, nếu không như vậy, thì các công hạnh tu tập sẽ như cây chuối chỉ sinh quả một lần rồi khô héo, hoặc như con loa, sau khi sanh con sẽ bị thiệt mạng, tức là bốn điều viên mãn sẽ quay lại hại mình. Nếu đầy đủ trí tuệ sẽ biết rằng những sự viên mãn đó là quả báo của nghiệp lành đời trước, cho nên [trong khi hưởng thọ] vẫn tiếp tục nỗ lực tăng trưởng các nhân lành; nếu không có trí tuệ, sẽ hưởng thọ hết phước báo, mà lại không biết

tăng trưởng nhân lành mới, sau khi hưởng hết phước sẽ bị đọa vào cảnh khổ. Nên biết, chiêu cảm được sáu quả báo lành, đây không phải không có nhân, hoặc do *bất thuận nhân* sinh khởi, mà *tùy thuận nhân* chiêu cảm sáu quả báo lành cũng tùy thứ tự của Sáu ba la mật quyết định. Những sự thọ dụng trong lúc tu đạo tức là thân hiện đời thọ sinh trong cõi lành, đến khi chứng đắc quả vị Phật mới được thân thọ dụng viên mãn rốt ráo. Trang Nghiêm Kinh Luận nói:

Thân, tài và quyến thuộc,  
Cùng sự nghiệp viên mãn,  
Không bị nghiệp lay chuyển,  
Việc làm không điên đảo.

(2) **Quyết định số lượng do quán sát sự thành tựu lợi mình lợi người:** Dùng thân như vậy học Bồ tát hạnh, chỉ có hai việc, nghĩa là tu tập tự lợi, lợi tha. Tu tập tự lợi, trước tiên phải dùng tài vật để làm việc lợi ích (bồ thí), nhưng nếu trong khi bồ thí lại làm tổn hại hữu tình, ắt sẽ không thành tựu bất cứ sự việc gì cả. Điều khéo léo để ngăn chặn việc tổn hại kẻ khác, được đại lợi ích là phải trì giới. Thế nhưng, dù trì giới viên mãn, nhưng nếu người khác đến tổn hại mà không thể nhẫn nhục, hoặc tìm cách báo thù, thì sự trì giới cũng không được thanh tịnh, cho nên đối với việc bị kẻ khác tổn hại, phải nên an tâm nhẫn chịu (nhẫn nhục). Bởi vì nếu mình không trả thù thì đối tượng sẽ không phải tích lũy thêm tội chướng. Nếu đối tượng hoan hỷ, họ sẽ được thiện lợi, đây chính là thành tựu việc lợi tha. Tu tự lợi, nghĩa là dùng tuệ lực đạt được an lạc giải thoát (trí tuệ). Thế nhưng nếu tâm tán loạn ắt sẽ không thành tựu, do đây phải tu tập tĩnh lự (thiền định) để tâm đẳng trụ, thì đối với cảnh sở duyên mới có thể tùy ý an trụ. Hơn nữa, nếu như giải đãi (biếng nhác) ắt không thể hăng hái tu tập, cho nên cần phải ngày đêm tinh tiến dụng công (tinh tiến). Đây là căn bản của tất cả các ba la mật khác, và do đây, công hạnh tự lợi lợi tha và sáu pháp ba la mật sinh khởi quyết định. Kệ nói:

Tinh tiến làm gốc cho:  
 Bồ thí, trì giới, nhẫn,  
 Trụ, thoát, lợi hữu tình,  
 Và các hạnh tự lợi.

Ở đây chưa nói đến các công hạnh lợi tha. Nói trụ và thoát, nghĩa là tâm an trụ trong cảnh sở duyên là bằng chứng của tĩnh lự, còn sự giải thoát sinh tử là bằng chứng của tuệ. Nếu có thể phân biệt rõ ràng, ắt sẽ không lầm “chỉ” là “quán.”

(3) **Quyết định số lượng do quán sát sự thành tựu viên mãn tất cả công hạnh lợi tha:** Dùng tài thí để diệt trừ sự bần cùng thiếu thốn của hữu tình; không gây tổn hại cho họ; không những thế, mà còn nhẫn chịu sự náo hại của họ; làm người bạn giúp đỡ, siêng năng không hề biết mỏi mệt; nương vào thiên định, dùng thần thông khiến họ sinh tâm hoan hỷ, có khả năng tu tập, hộ trì Phật pháp; dùng trí tuệ khéo thuyết pháp, khiến họ dứt trừ lòng nghi, đạt được giải thoát. Do những nhân duyên này quyết định số lượng của Sáu ba la mật. Kệ nói:

Không thiếu, không tổn hại,  
 Nhẫn nhục, và tinh tiến,  
 Khiến vui, giúp giải thoát,  
 Lợi tha là tự lợi.

(4) **Quyết định số lượng do quán sát sự bao hàm tất cả Đại thừa:** Không tham tiếc những sự thọ dụng mà mình đang có, không mong cầu, tham luyến những thọ dụng mà mình chưa có; như vậy, ắt có thể thủ hộ học xứ, thọ trì kính trọng tịnh giới; có thể nhẫn chịu tất cả những khổ não mà hữu tình và phi hữu tình gây ra; siêng năng tu các pháp thiện không biết mỏi mệt; tu tập chỉ quán vô phân biệt Du già. Sáu ba la mật này bao hàm tất cả các công hạnh Đại thừa, và các công hạnh Đại thừa

cũng do thứ tự của sáu pháp này mà thành tựu, không cần nhiều hơn. Kệ nói:

Không tham luyến thọ dụng,  
 Kính giới, nhẫn, tinh tiến,  
 Vô phân biệt Du già,  
 Nhiếp tất cả Đại thừa.

(5) **Quyết định số lượng do quán sát hành tướng của đạo hoặc phương tiện:** Đối với những thọ dụng đã có, không luyến tiếc, gọi là bồ thí, vì đã xa lìa sự tham muốn; vì mong cầu cảnh giới chưa đạt được, vì muốn phòng ngừa sự tán loạn, nên an trụ trong giới luật nghi tỳ kheo, tránh không sinh khởi những sự buông lung trong khi tạo tác sự nghiệp; những phương tiện không xả bỏ hữu tình gọi là nhẫn nhục, không sinh khởi những điều tổn hại; phương tiện tăng trưởng pháp lành gọi là tinh tiến, vì do tinh tiến nên pháp lành tăng trưởng; phương tiện tịnh trừ nghiệp chướng là thiên định và trí tuệ, dùng thiên định tịnh trừ phiền não chướng, dùng trí tuệ tịnh trừ sở tri chướng. Do đây quyết định số lượng của các pháp ba la mật là sáu pháp. Kệ nói:

Đối cảnh không tham luyến,  
 Phòng hộ sự tán loạn,  
 Siêng, không xả hữu tình,  
 Hai độ tịnh, trị chướng.

(6) **Quyết định số lượng do quán sát tam học:** Thế tính của giới học tức là giới ba la mật, đây cần phải có điều kiện bồ thí, không tham luyến sự thọ dụng thì mới có thể thọ giới, cho nên bồ thí là tư lương cho giới; sau khi thọ giới phải nên nhẫn chịu những sự nhục mạ của người khác, không khởi tâm báo thù thì mới có thể trì giới thanh tịnh, cho nên nhẫn nhục là quyến thuộc của giới; thiên định là tâm học, trí tuệ là tuệ học, còn tinh tiến thì được bao gồm trong cả ba học, cho nên quyết định số lượng ba la mật là sáu pháp. Kệ nói:

Tam học làm tăng thượng,  
 Phật nói có sáu độ,  
 Giới học gồm ba độ (thí, giới, nhẫn),  
 Định tuệ gồm hai độ,  
 Và một độ còn lại (tinh tiến),  
 Thì quan hệ cả ba.

Như vậy, nên dùng thân viên mãn nào, làm cách nào để viên mãn hai pháp tự lợi, lợi tha, tu tập thừa nào, đầy đủ bao nhiêu hành tướng phương tiện, tu tập học xứ nào mà có thể viên mãn, nhiếp thọ “thân”, “lợi”, “Đại thừa”, “phương tiện”, và “các học xứ”, nên biết đây chính là Lục độ ( Sáu ba la mật). Đây là sự tổng nhiếp tất cả yếu quyết tu hành của Bồ tát. Trước khi đạt đến định giải thâm sâu rộng lớn, hành giả phải nên dùng đây làm chỉ nam tu học.

## K2. Quyết định thứ tự.

### L1. Thứ tự sinh khởi.

Nếu đối với sự thọ dụng không còn tham luyện thì có thể thọ giới; nếu đầy đủ giới phòng hộ, dứt trừ ác hành thì có thể nhẫn nhục; nếu không nhằm chán việc nhẫn nhục khó làm thì sẽ ít gặp nghịch duyên mà có thể tinh tiến; nếu ngày đêm tu tập tinh tiến, thì tâm đối với thiện cảnh sẽ dễ sinh khởi tam muội; nếu tâm đạt đến đẳng dẫn<sup>23</sup>, thì sẽ phát sinh trí tuệ thông đạt thực tướng.

### L2. Thứ tự thắng liệt.

<sup>23</sup> Đẳng dẫn: Đẳng là sự an hòa bình đẳng của thân tâm. Nhờ vào định lực mà dẫn sinh vào trạng thái này nên gọi là đẳng dẫn. (Tự Điển Phật Học Hán Việt, p. 390. NXBKHXH, 1998)

Ba la mật trước kém hơn ba la mật sau, ba la mật sau thù thắng hơn ba la mật trước.

### L3. Thứ tự thô tế.

Ba la mật trước so với ba la mật sau, tâm dễ sinh khởi, công hạnh cũng dễ làm, cho nên hành tướng thô sơ, dễ thấy; ngược lại, ba la mật sau so với ba la mật trước, kiến giải và công hạnh đều khó, cho nên trước thô sơ sau vi tế. Trang Nghiêm Kinh Luận nói:

Độ trước sinh độ sau,  
 Từ liệt đến thù thắng,  
 Từ thô đến vi tế,  
 Theo thứ tự như vậy.

## 23. Sáu ba la mật

J3. Thứ tự tu học như thế nào

K1. Pháp tổng quát hành giả phải tu học

L1. Học hành sáu độ thành thực chính mình

M1. Học xứ bồ thí

N1. Tự tánh của bồ thí

N2. Sự khác biệt của bồ thí

O1. Sự khác biệt giữa người bồ thí

O2. Sự khác biệt giữa các tự tánh của bồ thí

N3. Pháp sanh khởi của thân tâm

M2. Học xứ trì giới

N1. Tự tánh của giới

N2. Sự khác biệt của giới

N3. Pháp sinh khởi của thân tâm

M3. Học xứ nhẫn nhục

N1. Tự tánh của nhẫn nhục

N2. Sự khác biệt của nhẫn nhục

N3. Pháp sinh khởi của thân tâm

M4. Học xứ tinh tiến

N1. Tự tánh của tinh tiến

N2. Sự khác biệt của tinh tiến

N3. Pháp sinh khởi của thân tâm

M2. Học xứ thiên định

N1. Tự tánh của thiên định

N2. Sự khác biệt của thiên định

N3. Pháp sinh khởi của thân tâm

M2. Học xứ trí tuệ

N1. Tự tánh của trí tuệ

N2. Sự khác biệt của trí tuệ

N3. Pháp sinh khởi của thân tâm

L2. Học hạnh tứ nhiếp thành thực hữu tình

**J3. Thứ tự tu học như thế nào.**

**K1. Pháp tổng quát hành giả phải tu học.**

**L1. Học hành sáu độ thành thực chính mình.**

**M1. Học xứ bồ thí.**

**N1. Tự tánh của bồ thí.**

Tự tánh của bồ thí là thiện tâm sở tư và xả, cùng những nghiệp thân và miệng do hai tâm sở này phát động. Tư tâm sở chính là sự tư duy dẫn khởi thân và miệng phát động hành vi bồ thí. Trong pháp bồ thí ba la mật không đề cập đến vấn đề đem tài vật bồ thí diệt trừ bần khổ cho chúng sinh, mà chỉ đề cập đến sự tu tập diệt trừ tự tâm tham chấp, cùng tu tập tâm thí xả quả báo bồ thí cho chúng sinh. Nếu tu tập tâm này viên mãn thì thành tựu Bồ thí ba la mật đa.

**N2. Sự khác biệt của bồ thí.**

**O1. Sự khác biệt giữa người bồ thí.**

Bồ Tát Biệt Giải Thoát Kinh cho rằng “chỉ có người tại gia tu tập tài thí, còn người xuất gia tu tập pháp thí, không tu tập tài thí.” Tập Bồ Tát Học Luận nói: “Đây là mật ý, có nghĩa là [vì tài thí có thể] chướng ngại cho sự tu tập văn tự tu, cho nên ngăn cấm người xuất gia không cho tu tập tài thí.” Nhưng điều này chỉ ngăn cấm không cho người xuất gia không tài sản, đi tìm cầu tài vật để bồ thí, chứ còn đối với những người xuất gia không cần phải tìm cầu mà vẫn có nhiều tài vật [do thí chủ cúng dường], hoặc do phước lực đời trước chiêu cảm có nhiều tài vật, thì những người xuất gia này cũng phải cần tu tập tài thí. Ngài Hạ Nhạ Ngõa nói: “Đối với những người xuất gia, tôi không nói đến công đức của tài thí, mà chỉ nói đến họa hoạn của sự chấp giữ tài vật.” Lời dạy này có thể va chạm mạnh đến những người

xuất gia đang bận rộn truy cầu tài vật, tích tập tài sản để bố thí, nhưng lại thường vi phạm giới luật.

## O2. Sự khác biệt giữa các tự tánh của bố thí.

Có ba loại bố thí: (1) Pháp thí, nghĩa là tuyên thuyết chánh pháp, cùng các môn công xảo thế gian, dạy dỗ đúng pháp các sự nghiệp chánh đáng, đồng thời khiến cho họ thọ trì giới pháp Bồ tát. (2) Vô úy thí, nghĩa là giúp chúng sinh vượt qua những nỗi sợ hãi về sự hà hiếp của chính quyền, sợ hãi bị cướp giết, sợ hãi cọp, beo, hùm, sói, cùng các thiên tai nước lửa, v.v... (3) Tài thí, nghĩa là dùng tài vật bố thí cho kẻ khác.

## N3. Pháp sanh khởi của thân tâm.

Nếu bỏn sẻn thân mạng, tài sản, không thể thành tựu bố thí ba la mật. Bỏn sẻn là một phần của tâm tham. Ngay cả các vị A la hán và Bích chi phật cũng đã đoạn trừ tận gốc các chủng tử tham, cho nên hành giả Đại thừa không chỉ đoạn trừ sự bỏn sẻn chướng ngại bố thí, mà còn phải tu tập ý nguyện bố thí tất cả tài sản đến tất cả chúng sanh. Lại phải tu tập quán sát: (1) họa hoạn của sự chấp giữ và (2) công đức của sự thí xả. Phần (1), như đã được nói trong Nguyệt Đăng Kinh: “Quán sát thân thể bất tịnh, sinh mệnh chuyển biến như giọt nước chảy trên triền núi, thân mạng đều bị nghiệp lực sai khiến, không được tự chủ, hư vọng như mộng huyễn, cho nên cần phải đoạn trừ tâm tham luyến. Nếu không, do tâm tham bức bách, tạo nhiều tội ác lớn mà phải bị đọa vào ác đạo.” Phần (2), như Tập Bồ Tát Học Luân nói:

Như vậy, thân tâm ta,  
Nhớ nhúa, lại vô thường,  
Từng sát na biến hoại,  
Nếu dùng thân vô thường,  
Chúng Bồ đề thường tịnh,  
Há chẳng phải tuyệt vời.

Phương pháp chánh thức sinh khởi [tâm thí xả], như Nhập Bồ Tát Hành Luân nói:

Vì muốn lợi hữu tình,  
Nguyện cho không sèn tiếc,  
Thân, tiền và vật dụng,  
Những việc lành ba đời. (Phẩm Ba, kệ 10)

Nghĩa là thường thường tu tập tâm mong ước dùng thân, thọ dụng, và thiện căn để bố thí cho tất cả hữu tình. Lại nữa, hành giả phải nên biết rằng hiện tại thắng giải chưa thành thực, quán lực yếu ớt, đối với hữu tình, tuy đã có tâm mong muốn bố thí thân mạng, thế nhưng không nên [thực sự] bố thí xương thịt. Hơn nữa, nếu không nỗ lực tu tập lòng mong ước thí xả thân mạng, không chịu huân tập, thì trong những đời sau cũng không thể thực hiện. Tập Bồ Tát Học Luân nói: “Hiện tại tuy nhẫn, nhưng chưa thể bố thí thân mạng, cho nên bắt đầu từ hiện đời phải tu tập ý chí thí xả.” Lại nói: “Đối với các tài vật, như y phục, thực phẩm, phòng xá, v.v..., mà mình đã thật lòng bố thí cho hữu tình [nhưng chưa bố thí], nếu như [vi nhân duyên nào đó] mình phải thọ dụng [những đồ chưa bố thí], thì phải khởi ý niệm “vì muốn lợi ích hữu tình mà thọ dụng”, nếu như quên mất ý niệm này, vì ưa thích tự lợi (tự mình hưởng dụng), sẽ vi phạm [học xứ] với tâm nhiễm ô. Nếu như không có tâm tham luyến [đồ vật đã bố thí], hoặc quên mất [vật thọ dụng] là đồ vật đã hứa bố thí, hoặc vì muốn lợi ích tất cả hữu tình, thì không vi phạm với tâm nhiễm ô. Nếu đã bố thí, vật đã thành của người khác, mà lấy lại để tự mình thọ dụng, sẽ phạm tội bất dữ thủ (trộm cắp). Nếu giá trị của đồ vật đạt đến một mức nào đó, thì sẽ phạm tội tha thắng (ba la di). Nếu như khởi tưởng “dùng đồ vật của người khác để làm lợi ích cho hữu tình”, thì lúc thọ dụng, không bị phạm tội. Mật ý của câu “phạm tội tha thắng” nghĩa là nếu đối tượng của sự bố thí là người, mình đã thật lòng bố thí cho họ, người thọ nhận cũng đã biết điều đó, đã nghĩ đồ vật là của họ, nếu như mình vì tự lợi mà lấy thọ dụng, thì sẽ tùy theo

giá trị của đồ vật, có thể sẽ phạm tội tha thắng<sup>24</sup>. Du Già Sư Địa Luận nói: “Lại nữa, nếu thật lòng thanh tịnh, phân biệt biến hoá vô lượng vật dụng, bố thí tất cả chúng sinh, hoặc những hành giả đã đạt được thắng giải, đem sở học bố thí cho hữu tình (bố thí pháp), thì tuy dùng ít công lực, cũng được vô lượng phước báo.” Đây là sự bố thí của những Bồ tát đầy đủ trí tuệ. Trong lúc tu tập bố thí, có thể tu tập đầy đủ sáu pháp ba la mật, nếu được như vậy công năng sẽ vô cùng to lớn. Lúc hành bố thí, tác ý phòng hộ giới luật nghi của Thanh văn, dùng pháp chùng trí tu tập nhẫn chịu sự mạ lỵ của chúng sinh; vì muốn pháp thí tăng trưởng cho nên nỗ lực tinh tiến; vì không muốn sự “chuyên tâm nhất cảnh” lẫn lộn với Tiểu thừa, bèn hồi hướng công hạnh lành này về Vô thượng Bồ đề, đây gọi là thiên định; hiểu rõ người cho, người nhận và vật bố thí tất cả đều như huyễn hóa, đây gọi là bát nhã. Đây đủ Sáu ba la mật mà thực hành bố thí.

## M2. Học xứ trì giới.

### N1. Tự tánh của giới.

Trì giới là dứt trừ sự tổn hại kẻ khác, và đồng thời, khiến tâm nhằm chán việc ác. Ở đây, chủ yếu là phòng hộ giới luật nghi. Đây có nghĩa là tu tập tăng trưởng tâm nhằm chán việc ác đến trình độ viên mãn thì gọi là trì giới ba la mật, chứ không có nghĩa phải khiến tất cả chúng sinh ngừng dứt sự tổn hại. Nhập Bồ Tát Hành Luận nói:

Khi đoạn hết ác tâm,  
Gọi là tròn giới độ. (Phẩm Năm, kệ 11)

### N2. Sự khác biệt của giới.

<sup>24</sup> Điều này chỉ áp dụng cho cõi người. Nếu mình bố thí cho quỷ thần, hoặc loài bàng sinh thì tùy trường hợp mà phạm tội, nhưng ít khi bị phạm tội tha thắng. (Người dịch)

Giới có ba loại: (1) **Luật nghi giới**: Có hai loại, (a) từ phương diện *phát khởi* thì giới là đoạn trừ mười pháp bất thiện (thập ác), (b) từ phương diện *tự tính* thì giới là đoạn trừ bảy loại bất thiện của thân và miệng. Bồ Tát Địa nói: “Nói giới luật nghi [giới Thanh văn] của bảy chúng là giới luật nghi [trưng tục] của Bồ tát, nghĩa là hành giả đầy đủ giới biệt giải thoát luật nghi an trụ trong giới Bồ tát luật nghi, hoặc hàng tại gia, hoặc hàng xuất gia, có đầy đủ giới luật nghi chân thực, cùng các giới luật nghi năng đoạn<sup>25</sup>, đây là giới luật nghi. Nếu hành giả không thể thọ giới luật nghi [của Thanh văn] (chẳng hạn như loài rồng hoá hiện thân người), nhưng thọ đầy đủ giới luật nghi của Bồ tát, tương đồng với giới luật nghi, đoạn trừ tánh tội và giá tội, đây là giới luật nghi. Nên biết, giới biệt giải thoát luật nghi cũng là một phần của giới Bồ tát luật nghi, nhưng không phải chân thật là giới Bồ tát, còn các giới Bồ tát khác, lấy giới Bồ tát luật nghi làm căn bản, hòa hợp mà hiện hữu. (2) **Nhiếp thiện pháp giới**: là các pháp thiện duyên với Sáu ba la mật, đối với thân tâm, chưa sinh khởi khiến cho sinh khởi, đã sinh khởi khiến cho không suy thoái, hướng thượng tăng trưởng. (3) **Nhiều ích hữu tình giới**: lấy giới làm nền tảng, thực hiện những công hạnh lợi ích chúng sinh mà không vi phạm giới luật.

### N3. Pháp sinh khởi của thân tâm.

Giới pháp thanh tịnh là do sự tiến chí, tuân thủ giới luật chế định đúng pháp mà được tự tại; điều này cũng tùy thuộc vào tâm thủ hộ giới pháp mạnh mẽ kiên cố, cần phải thường xuyên tu tập quán sát họa hoạn của việc chưa thủ hộ và công đức thù thắng của việc thủ hộ để phát khởi tâm ưa thích hộ trì giới pháp. Điều này đã được trình bày tỉ mỉ trong phần Trung sĩ đạo. Nhiếp Ba La Mật Đa Luận nói:

<sup>25</sup> Giới luật nghi năng đoạn tức là loại giới luật nghi có thể đoạn trừ phiền não, còn gọi là **đạo cộng giới**, do sự chứng quả phát sinh. Những giới luật nghi do Phật chế định (Ba la đề mộc xoa), hoặc do thiên định phát sinh (định cộng giới) chỉ có thể tạm thời chế phục chứ chưa thể đoạn trừ phiền não.



Hủy giới không thành tựu tự lợi,  
 Làm sao đủ sức để lợi tha,  
 Cho nên người siêng tu lợi tha,  
 Nếu không giữ giới, thật phi lý.

Lại nói:

Giới giúp thành tựu đạo thù thắng,  
 Bình đẳng tu với pháp đại bi,  
 Dùng trí thù thắng làm thể tính,  
 Xa lìa tội lỗi, thắng trang nghiêm,  
 Giới hương ngào ngạt xông ba cõi,  
 Hương thoa tăng trưởng hạnh xuất gia,  
 Hình tướng tuy đồng, nếu đủ giới,  
 Kẻ đó thù thắng trong loài người.

Nghĩa là nếu nương vào giới, thì thân tâm sẽ thượng thượng thắng tiến, cùng chung sở học với chư Đại Bồ Tát đầy đủ tâm đại bi, đạt được trí tuệ thanh tịnh diệt trừ mầm móng của tất cả ác hành. Dụng cụ trang sức thể gian, nếu đem trang sức những đứa bé con, hoặc những người già lão thì trông không được đoan nghiêm, ngược lại còn bị chê cười; nhưng nếu dùng giới luật để trang nghiêm, thì bất luận già, trẻ, trung niên, nếu đầy đủ giới đức, thì mọi người trông thấy đều hoan hỷ, cho nên giới là dụng cụ trang sức thù thắng vi diệu đoan nghiêm. Hương thơm thể gian chỉ lan tỏa theo chiều thuận, không lan tỏa theo chiều nghịch, chỉ lan tỏa một phương, còn mùi hương của giới thì lan khắp mười phương. Các loại hương thoa chiền đàn thể gian tuy giảm trừ sự nóng bức, nhưng người xuất gia không thể sử dụng, còn hương thoa giới luật, diệt trừ nóng bức của sinh tử, thì lại thích ứng với người xuất gia. Tuy cùng hiện hình tướng xuất gia, nhưng những người đầy đủ giới đức thì thù thắng hơn những người khác. Luận trên lại nói:

Tuy không khoa trương, không tà ngữ,  
 Không bôn ba tích tụ tài sản,  
 Nhưng vật thọ dụng đều đầy đủ,  
 Không dùng lời ác để thị uy,  
 Nhưng được mọi người đều cung kính,  
 Không tham, không cầu, được tự tại,  
 Đối tượng không phải người thân quyến,  
 Chưa từng làm lợi ích cho họ,  
 Lại cũng chưa hề quen biết nhau,  
 Nhưng giới đức khiến họ kính nể,  
 Đất dưới bước chân thành cát tường,  
 Trời người gặp đầu cung kính lễ,  
 Mang đi thờ cúng như ruộng phước.

Nên như lời dạy mà suy ngẫm. Như vậy, giới tuy có ba loại, nhưng luật nghi giới là chủ yếu. Giữ các điều chế tội của giới luật nghi, cùng các giới “chung cho giới biệt giải thoát và giới Bồ Tát” là điều quan trọng bậc nhất trong ba tụ tịnh giới của Bồ Tát. Nếu hộ trì giới luật nghi thì các giới khác cũng sẽ thành tựu, còn như phá hoại giới luật nghi của Bồ Tát thì cũng sẽ phá hoại tất cả giới luật nghi. Đây là lời dạy trong Nhiếp Quyết Trach Phần. Cho nên, nếu hành giả cho rằng biệt giải thoát luật nghi là giới Thanh Văn, không cần phải tuân giữ, rồi đi tìm học Bồ Tát giới luật nghi ở nơi khác, thì hành giả đó hoàn toàn không hiểu rõ điểm chủ yếu của Bồ Tát giới học. Luật nghi giới là nền tảng của hai loại giới nhiếp thiện pháp và nhiếp hữu tình. Điều này đã được nhắc đến nhiều lần. Điểm chủ yếu của giới luật nghi là đoạn trừ tính tội, mà điều quan trọng để diệt trừ họa hoạn lớn của tính tội là phải đoạn trừ mười nghiệp ác. Đối với mười nghiệp ác này, khi tâm an trụ trong thiền định, cũng có thể áp chế khiến chúng không phát khởi, cho nên hành giả cũng phải nên thường xuyên tu tập thiền định. Nhiếp Ba La Mật Luận nói:

Con đường thiện dẫn đến giải thoát,

Không nên phá hoại mười nghiệp lành.  
 An trụ, tư duy lợi chúng sinh,  
 Sẽ sinh quả ý nhạo thù thắng,  
 Phải nên phòng hộ thân khẩu ý,  
 Đây là giới luật do Phật chế,  
 Bao gồm tất cả giới căn bản,  
 Đối với giới này nên tịnh tu.

Nói tóm, dùng giới luật nghi làm căn bản, đối với giới pháp mà mình đã thọ, phải nên thường xuyên tu học, đây gọi là tu trì giới luật. Hành giả gọi là đầy đủ Sáu ba la mật, nếu tự mình an trụ trong giới luật, lại cũng dùng giới luật để an trụ trong pháp bố thí, thì gọi là thi la bố thí; những ba la mật khác cũng tương tự như vậy.

### M3. Học xứ nhẫn nhục.

#### N1. Tự tánh của nhẫn nhục.

Nhẫn nại sự hãm hại của người khác, an nhiên nhận chịu sự khổ do tự thân sinh khởi, hơn nữa, tâm an trụ trong pháp thắng giải<sup>26</sup>. Trái nghịch với tâm an nhẫn có ba loại là (1) tâm sân khuê, (2) tâm khiếp nhược, (3) không tin hiểu, không có tâm mong cầu sự hiểu biết. Viên mãn nhẫn nhục ba mật có nghĩa là hoàn toàn diệt trừ sự sân hận, v.v..., của chính mình, chứ không phải là sự diệt trừ toàn diện sự bạo ác của tất cả hữu tình.

#### N2. Sự khác biệt của nhẫn nhục.

Nhẫn nhục có ba loại: (1) bị kẻ khác hãm hại, không hề oán hận, (2) tự thân sinh khổ, an nhiên chịu đựng, (3) an nhẫn trong việc quyết trách chính pháp.

<sup>26</sup> Giữ vững lòng tin đối với pháp Đại thừa khó tin, khó hiểu. Nhất quyết tìm cầu sự hiểu biết thâm sâu mà không thoái thất lòng tin.

### N3. Pháp sinh khởi của thân tâm.

Phải nên biết (1) lợi ích của sự tu nhẫn nhục, và (2) họa hoạn của sự không tu nhẫn nhục.

(1) **Lợi ích của sự tu nhẫn nhục:** Nên suy ngẫm trong tương lai sẽ không có nhiều oán địch, người thân bè bạn không lia bỏ mình, được hưởng nhiều sự an lạc, khi lâm chung không có sự hối tiếc, sau khi mạng chung được sinh về cõi trời, v.v...  
Nhiếp Ba La Mật Luận nói:

Giả như muốn bỏ tâm lợi tha,  
 Phật nói nhẫn là pháp đối trị,  
 Việc thiện thế gian được thành tựu,  
 Là do nhẫn nhục vượt tâm sân,  
 Nhẫn nhục trang nghiêm bậc đại sĩ,  
 Là sức mạnh lớn vượt tai chướng,  
 Mưa lớn diệt trừ lửa hãm hại,  
 Đòi đòi ngăn chặn sự hiểm nguy,  
 Là áo giáp cho đại trượng phu,  
 Khiến lời hủy nhục của kẻ ác,  
 Trở thành lời khen ngợi thơm tho,  
 Hoặc thành vòng hoa thơm tán thán.  
 Nhẫn giúp sắc thân thành vi diệu,  
 Là trang sức thắng diệu trang nghiêm.

Hành giả đối với những sự lợi ích này, trong lúc chưa đạt được sự nhẫn nhục kiên cố quyết định, cần phải thường thường quán sát tu tập.

(2) **Họa hoạn của sự không tu nhẫn nhục:** Nhập Bồ Tát Hành Luận nói:

Một niệm sân hủy diệt,  
 Ngàn kiếp từng tích tụ,

Bồ thí, cúng dường Phật,  
Tất cả chư phước thiện. (Phẩm Sáu, kệ 1)

Văn Thù Du Hỷ Kinh nói: “Một niệm sân hận hủy hoại tất cả phước thiện đã được tích tập trong trăm kiếp.”

[1] *Đối tượng của sự sân hận*: (a) có chỗ nói cần phải là một Bồ tát, (b) có chỗ nói là tất cả hữu tình. Lập luận (a) tương tự như Nhập Trung Luận nói:

Nếu như sân hận chư Bồ tát,  
Trăm kiếp tích tập thí, giới, thiện,  
Sẽ bị hủy hoại trong sát na.

[2] *Thân sinh khởi sân hận*: Hành giả Bồ tát khởi tâm sân hận đối với một Bồ tát đồng học còn bị hủy hoại thiện căn, huống chi không phải Bồ tát mà lại sân hận với một vị Bồ tát. Bất luận (1) hành giả có biết đối tượng là Bồ tát hay không, hoặc giả, (2) hiện tướng sân hận là thực không thực, đều tự hủy hoại thiện căn, giống như Nhập Trung Luận Chú đã nói ở trên. Nói tóm, bị hủy hoại thiện căn, không phải chỉ riêng sân hận với Bồ tát. Tập Bồ Tát Học Luận trung dẫn Thuyết Nhất Thiết Hữu Bộ Luật nói: “Giả sử có một vị tỳ kheo ở trước tháp thờ tóc, hoặc móng tay [móng chân] của Phật, dùng lòng tin thanh tịnh, năm vóc sát đất kính lễ, thì ngay chỗ đó, sâu xuống đến tận lòng đất kim cang, có bao nhiêu vi trần, vị tỳ kheo đó sẽ hưởng phước báo ngôi vị chuyển luân thánh vương số lần nhiều gấp trăm ngàn lần số vi trần đó.” Lại nói: “Vị tỳ kheo đó, nếu như đối với một vị tỳ kheo đồng phạm hạnh mà khởi tâm sân hận, thì bao nhiêu thiện căn đã lễ Phật vừa nói trên sẽ bị hủy hoại hoàn toàn. Cho nên, đối với một gốc cây khô còn không nên khởi tâm sân hận, huống chi đối với một người đầy đủ tri thức.” Có một số người cho rằng hủy hoại thiện căn có nghĩa là phá hủy công năng sinh khởi nhanh chóng quả báo của các công đức thiện, khiến cho quả báo thiện bị trì trệ lâu dài, và quả báo của

sự sân hận sẽ được sinh khởi trước, chứ không có nghĩa là trong tương lai các công đức thiện sẽ không sinh khởi quả báo. Theo đạo lý thế gian, dù dùng phương pháp nào cũng không thể đoạn trừ chủng tử, cho nên không thể đoạn trừ chủng tử phiền não. Nhưng điều này cũng không nhất định. Ví như các phàm phu dùng bốn lực đối trị những pháp bất thiện khiến trở nên thanh tịnh, tuy không phải là đoạn trừ chủng tử, thế nhưng, sau này dù gặp duyên, quả dị thực của pháp ác đó nhất định sẽ không sinh khởi. Lại như, các hành giả gia hành đạo, lúc đạt được nhân vị, đỉnh vị, tuy chưa đoạn tà kiến và chủng tử bất thiện (nhân của ác đạo), nhưng dù gặp duyên, cũng nhất định không sinh khởi tà kiến, không bị đọa vào ác đạo. Như nói “nghiệp nặng kéo đi trước”, nghĩa là nếu một nghiệp thiện hoặc nghiệp ác nào chín muồi trước, thì các nghiệp khác tạm ngừng tác dụng, chờ đợi cơ hội khác. Nhưng nếu chỉ dựa vào lý lẽ này thì vẫn chưa thành lập được sự hủy hoại nghiệp thiện và bất thiện. Hơn nữa các kinh điển cũng chưa đề cập đến. Nếu như thiện nghiệp tạm ngừng phát khởi quả báo thì không có thể gọi là hủy hoại thiện căn. Nếu không như vậy, thì tất cả nghiệp ác lớn đều có thể gọi là hủy hoại thiện căn. Đối với vấn đề này, ngài Thanh Biện Luận Sư nói, như phần trên đã đề cập, hai việc (1) dùng bốn lực để đối trị bất thiện, và (2) do tà kiến sân hận hủy hoại thiện căn, đều giống như làm cho hạt giống hư hoại, tuy gặp trợ duyên cũng không thể nảy mầm, sau đó dù gặp nhiều duyên cũng không thể sinh quả. Điều này cũng giống như phần trên đã nói, tuy tu bốn lực sám hối tội chướng khiến cho thanh tịnh, nhưng vẫn bị trì trệ trong việc chứng đắc quả vị. Hai quan điểm này không có mâu thuẫn. Có người cho rằng “nghiệp ác tuy có thể hủy hoại quả báo viên mãn của sự bố thí, trì giới, và sự thọ dụng thân thể tài sản, nhưng vẫn không thể hủy hoại quả đẳng lưu của sự bố thí, trì giới, hoặc sám hối thanh tịnh, và trong tương lai, thiện căn của sự bố thí, trì giới, v.v..., đã tu tập từ trước vẫn có thể phát sinh dễ dàng.” Có người cho rằng “tuy hủy hoại tác dụng đẳng lưu của sự bố thí, trì giới, v.v..., nhưng không thể hủy hoại sự phát sinh viên mãn thân thể, tài sản, thọ

dụng, v.v...” Lại có người cho rằng, giống như trên đã đề cập, “giả như không sân hận một Bồ tát đã được thọ ký thì trong một kiếp có thể tu hành chứng đạo, hiện nay, tuy vẫn không xả bỏ sự tu hành miên mật, nhưng do vì sinh khởi một niệm sân hận, cho nên trong kiếp đó, sự tu tập trở nên trì trệ chậm chạp.” Nói tóm, giống như sự tu tập sám hối thanh tịnh không cần phải thanh tịnh tất cả tác dụng, thì sự hủy hoại thiện căn cũng không hủy hoại tất cả tác dụng. Đây là điều vô cùng trọng yếu.

Hành giả nên y cứ vào lời dạy của Đức Phật, và chánh lý mà quán sát, lại cần phải khéo léo trong việc tìm hiểu kinh điển và tư duy quyết trạch. Như vậy, sự chiêu cảm quả báo đau khổ mãnh liệt, cùng sự giảm thiểu quả báo an lạc đều không phải là họa hoạn hiện đời, mà họa hoạn [của sự sân hận] hiện đời là ý niệm không điều nhu, tâm ý không được tịch tĩnh, sự hỷ lạc có được đều vĩnh viễn tiêu tán, ngủ không ngon giấc, tâm không thể an trụ trong chánh niệm. Nếu sự sân hận gia tăng, tuy đối tượng có công ơn nuôi dưỡng bảo bọc, không những quên ơn, mà còn tìm cách sát hại. Người thân bạn bè đều tìm cách xa lánh mình, tuy ban bố cho họ ân huệ, họ cũng không dám gần gũi. Đây là những lời dạy trong Nhập Bồ Tát Hành Luận. Luận này lại nói:

Ác không gì hơn sân,  
Khó không gì hơn nhẫn,  
Nên phải dùng đạo lý,  
Nỗ lực tu an nhẫn. (Phẩm Sáu, kệ 2)

Cho nên cần phải tư duy công đức của sự an nhẫn và họa hoạn của sự không an nhẫn, và từ các phương diện khác nhau mà tu tập sự an nhẫn. Thế nhưng, những ác hành đưa đến những quả báo khổ, hoặc phá hủy thiện căn, không nhất định phải là sân hận, mà còn những hành động như tà kiến phi báng nhân quả, phi báng chánh pháp, đối trước Bồ tát sư trưởng,

v.v..., khởi tâm ngã mạn, khinh miệt, v.v... Điều này trong Tập Bồ Tát Học Luận có nói rõ.

Đối với việc tu tập an nhẫn sự oán hận, phải nên quán sát kẻ tác động có được sự tự tại trong khi gây hại hay không, do bởi họ không được tự tại cho nên mới gây hại cho kẻ khác. Điều này có nghĩa là họ bị chủng tử phiền não đời quá khứ, cùng những nhân duyên phi lý khiến họ khởi lên ý niệm tôn nã, và nhân đây tạo tác sự tổn hại. Hơn nữa, kẻ gây tổn hại đó bị sự tổn hại sai khiến, giống như kẻ tôi tớ vâng lệnh chủ nhân. Nếu như kẻ gây tổn hại đó hoàn toàn không được tự tại, mà chúng ta lại sân hận với họ thì thật là phi lý. Ví như có một người bị ma nhập, đối với những kẻ đến tìm cách giải cứu cho mình lại khởi tâm sân hận, nhẫn đến đánh đập họ, nhưng những kẻ bị đánh đập biết rằng người sân hận đang bị ma nhập, hoàn toàn không tự chủ cho nên mới hành động như vậy, vì thế không hề tỏ ra phiền hà, mà lại càng gắng sức giải cứu cho người đó thoát khỏi sự sai khiến của ma. Bồ tát đối với chúng sinh cũng hành động tương tự. Tứ Bách Tung nói:

Vì sân do ma khiến,  
Thầy thuốc không phiền hà,  
Năng Nhân thấy phiền não,  
Không phải là chúng sinh.

Nguyệt Xứng Luận Sư cũng nói:

Không phải lỗi hữu tình,  
Mà là lỗi phiền não,  
Người trí khéo quán sát,  
Chớ sân hận hữu tình.

Lại nữa, do tạo tác sự tổn hại dẫn đến quả báo khổ, thọ nhận quả báo của những ác nghiệp tích tập trong quá khứ, sự thọ khổ này sẽ kéo dài cho đến khi thọ hết quả báo của những

ác nghiệp đã tạo. Nếu như có thể nhẫn chịu sự khổ này, thì sẽ không còn tạo tác thêm nghiệp mới [để phải nhận chịu sự khổ về sau], còn như ngược lại, nếu vì khổ mà sinh khởi sân hận, thì nghiệp lực lại tăng trưởng, lại sẽ phải chịu quả báo khổ. Ví như một người bệnh nhận chịu sự khổ [nhỏ] của sự châm cứu, để diệt trừ nỗi khổ lớn [của sự bệnh hoạn], đây là điều hoàn toàn hợp lý.

*Tu tập an nhẫn sự khổ*: Nếu sự khổ có thể cải thiện được, thì trong lòng không nên buồn khổ; còn nếu không thể cải thiện được, thì dù có sâu khổ cũng không ích gì, lại còn gây thêm tai hại. Nếu chúng ta quá sùng ái một đối tượng, thì tuy họ bị chút khổ, chúng ta cũng không thể nhẫn chịu nổi, trái lại, nếu chúng ta không sùng ái họ, thì dù họ có bị khổ lớn, chúng ta cũng có thể không quan tâm. Sự thọ khổ có nhiều ý nghĩa: (1) nếu không bị khổ, ắt sẽ không khởi tâm mong cầu xuất ly sinh tử, cho nên sự khổ có công năng khuyến tấn sự giải thoát; (2) nếu bị khổ nạn, ắt sẽ giảm trừ sự kiêu căng, cho nên sự khổ có công năng trừ diệt sự ngã mạn. Lại nữa, nếu phải lãnh thọ sự khổ mãnh liệt, ắt sẽ tư duy biết rõ sự khổ phát sinh từ hành động ác, và vì không muốn lãnh thọ quả khổ, cho nên tu tập dứt trừ nhân của sự khổ, vì lý do này sự khổ cũng có công năng khiến hành giả biết hổ thẹn đối với nghiệp ác của mình. Bởi vì khi bị khổ bức, ắt sẽ mong muốn sự an lạc, và vì muốn an lạc cho nên tu tập các pháp lành. Do đây sự khổ cũng có công năng khiến hành giả sinh tâm hoan hỷ đối với việc tu pháp lành. Lại nữa, do quán sát tự tâm, nghĩ đến sự khổ của kẻ khác, đối với những chúng sinh đang luân lạc trong sinh tử, phát sinh lòng thương xót. Dùng sự khổ làm đối tượng, an trụ trong đó mà tu tập. Nhập Bồ Tát Hành Luận nói:

Không có sự việc nào,  
Tập lâu mà không quen,  
Tập nhẫn những khổ nhỏ,  
Mới nhẫn được khổ lớn. (Phẩm Sáu, kệ 14)

Nếu có thể giữ chặt tấm áo giáp “không màng sự khổ”, thì từ sự chịu đựng các khổ nhỏ, dần dần tu tập, ắt có thể an nhẫn những khổ lớn.

Đối với “pháp”, tu tập tâm nhẫn “thắng giải kiên cố”: (1) *thanh tịnh cảnh* là Tam bảo, (2) *hiện chứng cảnh* là nhân vô ngã và pháp vô ngã, (3) *nhạo dục cảnh* là uy lực của chư Phật Bồ tát, (4) (5) *thủ xả cảnh* là nhân của thiện hành, ác hành và quả báo của chúng, (6) (7) *tu tập cảnh* là sẽ chứng đắc đại Bồ đề và phương tiện của nó là tu tập Bồ tát học xứ, (8) *văn tư cảnh* là chánh pháp, tức là mười hai phần giáo, v.v... Đối với các cảnh này dùng tâm không thiên chấp mà tu tập tăng trưởng lòng tin.

#### M4. Học xứ tinh tiến.

##### N1. Tự tánh của tinh tiến.

Bồ Tát Địa nói: “Vì muốn tu tập thiện pháp và lợi ích hữu tình, dùng tâm dũng mãnh vượt bực làm tiên đạo, phát khởi ba môn [thân khẩu ý] động nghiệp.”

##### N2. Sự khác biệt của tinh tiến.

Có ba loại tinh tiến: (1) Mặc áo giáp tinh tiến: Các Bồ tát trước khi phát khởi tinh tiến gia hành, tâm ý dũng mãnh, mặc áo giáp “mong cầu”, dù phải trải qua trăm ngàn vạn lần ba đại a tăng kỳ kiếp, vì muốn diệt trừ sự khổ của tất cả hữu tình, nhẫn đến ở mãi trong địa ngục để được thành Phật, cũng vẫn dũng mãnh không hề lui bước. Vì muốn thành tựu Phật quả nên tu hành tinh tiến, một khi đã tinh tiến thì sẽ không bao giờ biếng nhác, huống hồ việc tu tập những công hạnh nhỏ nhặt trong một thời gian ngắn ngủi. Đây gọi là mặc áo giáp tinh tiến. (2) Nhiếp thiện pháp tinh tiến: vì muốn tu tập Sáu ba la mật nên phát tâm tinh tiến. (3) Nhiều ích hữu tình tinh tiến: giống như phần trên.

**N3. Pháp sinh khởi của thân tâm.**

(1) **Lợi ích của sự tinh tiến.** Trang Nghiêm Kinh Luận nói:

Trong các pháp thiện, tinh tiến thắng,  
Do tinh tiến, đạt được tất cả,  
Do tinh tiến, được trụ thẳng lạc,  
Thành tựu thế gian, xuất thế gian,  
Tinh tiến được thế gian thọ dụng,  
Đầy đủ sự thanh tịnh rộng lớn,  
Tinh tiến vượt tát ca da kiến (thân kiến),  
Tinh tiến thành tựu Phật Bồ Đề.

Nhiếp Độ Luận cũng nói:

Nếu như tinh tiến, không khiếm nhược,  
Không thể nào không đắc, không thành.

Lại nói:

Phi nhân ưa lợi ích tinh tiến,  
Có thể chứng đắc tam ma địa,  
Ngày đêm sáu thời không luống uổng,  
Công đức tư lương đều không khuyết,  
Vượt mọi lợi ích của thế gian,  
Tăng trưởng rực rỡ như sen xanh.

(2) **Họa hoạn của sự không tinh tiến:** Hải Tuệ Vấn Kinh nói: “Đối với kẻ biếng nhác (Hán: giải đãi), đạo Bồ đề cực kỳ xa vời. Họ không thể tu tập bố thí, nhẫn đến không thể tu tập trí tuệ. Họ cũng không thể tu tập công hạnh lợi tha.” Niêm Tru Kinh cũng nói:

Nhân chính của phiền não,

Không gì hơn biếng nhác,  
Người nào ưa biếng nhác,  
Chẳng đạt được pháp nào.

Hãy nên như lời dạy mà suy ngẫm. Nghịch duyên của sự tu tập tinh tiến, có hai: (a) đối với thiện pháp, tuy biết có thể tu tập nhưng không chịu tu; (b) có tâm khiếm nhược cho rằng mình làm sao có thể tu tập pháp lành.

(a) Có hai trường hợp: (i) nghĩ rằng trong tương lai sẽ được rảnh rỗi để tu tập, thành thử hờn đãi; (ii) lo bận rộn những công việc tầm thường. Để đối trị trường hợp (i), nên quán sát đã được thân người, sự già bệnh chết sẽ đến nhanh chóng, sau này khó mà có được lại tấm thân quý báu này. Pháp tu tập ba điều này đã được đề cập ở phần trước (trong phần Hạ sĩ đạo). Đối trị trường hợp (ii), nên tư duy chánh pháp là nhân cho sự phát sinh bao nhiêu sự hỷ lạc đời sau, còn những việc tán loạn như sự hý luận vô nghĩa, hoặc điếu cữ, không những làm mất đi những cơ hội quý báu hiện đời, mà còn gây tạo những quả báo khổ trong đời vị lai.

(b) Có ba trường hợp: (i) nghĩ rằng công đức của Phật là vô biên, rồi cho rằng mình không thể nào đạt được; (ii) nghĩ rằng những công hạnh Bồ tát, như bố thí đầu, mắt, tay chân là khó làm, rồi cho rằng mình không thể làm; (iii) nghĩ rằng sinh tử dài lâu, thọ bao nhiêu thân, phải chịu bao nhiêu sự khổ não của luân hồi, rồi sinh tâm khiếm nhược. Để đối trị trường hợp (i): Nên nghĩ rằng chư Phật đời quá khứ cũng không phải mới phát tâm là đạt đến địa vị tối cao, mà cũng chỉ như mình, dần dần tu học rồi mới thành Phật. Đức Bạc Già Phạm cũng đã nói những chúng sinh kém hơn mình bao nhiêu lần mà còn có thể thành Phật, nếu mình tinh tiến không ngừng, lo gì mà không thành Phật. Hành giả nên suy ngẫm như vậy. Để đối trị trường hợp (ii): Nên nghĩ rằng tuy vẫn phải làm những công hạnh như thí xả thân mạng, v.v..., nhưng nếu đang nghĩ là khó làm, cũng

chưa cần phải vội xả bỏ thân mạng, khi tu tập đến trình độ cao, thấy việc thí xả thân mạng cũng dễ dàng như bỏ thí cơm rau, thì lúc đó việc thí xả không còn khó khăn nữa. Để đối trị trường hợp (iii): Nên nghĩ rằng Bồ tát đoạn trừ tội ác thì khổ quả không sinh, nếu như kiên cố thông đạt sinh tử không có tự tính, như huyền như mộng, thì tâm không còn cảm thấy sợ hãi khổ não nữa. Dùng thân tâm làm tăng trưởng sự an lạc, tuy an trụ tại thế gian, cũng không nhầm chán các công hạnh Bồ tát. Nên tư duy như vậy để diệt trừ sự khiếp nhược.

(3) **Thuận duyên của sự tinh tiến**, có bốn: (a) Thắng giải lực: tu tập nghiệp quả, đối với sự thù xả sinh khởi tâm ưa thích. (b) Kiên cố lực: khi chưa quán sát kỹ lưỡng, không bị dẫn dụ bởi bất cứ sự việc gì; khi đã quán sát cẩn kẽ, phát khởi công hạnh ắt sẽ làm đến rốt ráo. (c) Hoan hỷ lực: giống như đứa trẻ đang ham chơi, không nhầm không chán, tinh tiến không ngừng. (d) Chí tức lực: vì siêng năng quá độ, thân tâm mỗi mệt, nhưng chỉ cần tạm nghỉ ngơi, khôi phục sức lực, lại vẫn có thể tiếp tục không ngừng. Như vậy, do diệt trừ nghịch duyên, nương vào thuận duyên, thân tâm khinh an, nhẹ như bông lau, theo gió bay đi, tinh tiến không biết lười mỏi. Trong lúc tu tập tinh tiến, phải nên đầy đủ Sáu ba la mật, tự mình tinh tiến, mà cũng khiến cho kẻ khác tinh tiến. Đây là bổ thí tinh tiến. Các ba la mật khác cũng giống như vậy.

### M5. Học xứ thiền định.

#### N1. Tự tánh của thiền định.

An trụ trong cảnh sở duyên lành, tâm nhất cảnh tính<sup>27</sup>, gọi là thiền định.

<sup>27</sup> Tâm nhất cảnh tính: là một trạng thái trụ tâm chuyên nhất vào một cảnh sở duyên. Đây là tự tánh của định.

#### N2. Sự khác biệt của thiền định.

Từ phương diện tự tánh, có hai loại là thế gian thiền và xuất thế gian thiền. Từ phương diện phẩm loại, có ba loại là xa ma tha (chỉ), tỳ bát xá na (quán) và chỉ quán song vận. Từ phương diện tác dụng, có (a) hiện pháp thân tâm an lạc trụ định, (b) dẫn phát công đức định, và (c) nhiều ích hữu tình định. (a) có nghĩa là an trụ trong bất cứ loại định nào dẫn phát sự khinh an của thân tâm; (b) các loại định dẫn đến sự thành tựu thân thông, giải thoát biên xứ, thắng xứ, v.v..., cùng phát sinh công đức của Thanh văn; (c) các loại định dẫn đến sự thành tựu mười một loại nhiều ích hữu tình.

#### N3. Pháp sinh khởi của thân tâm.

Tư duy về công đức của sự tu tập và họa hoạn của sự không tu tập tinh lự. Phần dưới, trong phần xa ma tha sẽ nói chi tiết. Tu học tinh lự cần phải đầy đủ Sáu ba la mật. Tự an trụ trong tinh lự, và đồng thời an trụ trong các ba la mật khác. Các phần khác cũng giống phần trên.

### M6. Học xứ trí tuệ.

#### N1. Tự tánh của trí tuệ.

Đối với quán cảnh, hoặc sự vật hoặc pháp, có thể quyết trách (Hán: gián trách). Ở đây bao gồm cả trí tuệ thiện xảo của ngũ minh.

#### N2. Sự khác biệt của trí tuệ.

Có ba loại: (a) trí tuệ thông đạt thắng nghĩa, (b) trí tuệ thông đạt thế tục, và (c) trí tuệ thông đạt nhiều ích hữu tình. (a) thông đạt thắng nghĩa tức là thông đạt ý nghĩa chân thật của vô ngã; từ tổng tướng (tỷ độ) hoặc từ hiện lượng (lượng độ) mà thấu rõ ý nghĩa chân thật của vô ngã; (b) là trí tuệ thông đạt sự

thiện xảo của ngũ minh; và (c) có nghĩa là thông đạt phương cách làm việc nghĩa lợi (mà không gây tạo tội chướng) đời này và đời sau cho tất cả hữu tình, và phương cách tu hành đúng lý.

### N3. Pháp sinh khởi của thân tâm.

Nên tư duy công đức của sự sinh khởi trí tuệ và họa họa của sự không sinh khởi trí tuệ.

(1) Công đức của sự sinh khởi trí tuệ: Bát Nhã Bách Luận nói:

Thấy, không thấy công đức,  
Trí tuệ là căn bản,  
Vì tu hai pháp này,  
Nên nhiếp trì trí tuệ.

Bồ tát đối với người đến xin, bố thí thân thể mình giống như hái thuốc, nhưng không khởi lên sự phân biệt, kinh mạn, hoặc khiếp nhục, đây là do trí tuệ hiện chứng thực tướng của các pháp. Lại dùng trí tuệ thấy rõ sự suy tổn của ba cõi (phàm phu) và Niết bàn (nhị thừa), vì muốn lợi ích chúng sinh, cho nên tu học thi la, khiến giới thanh tịnh. Lại dùng trí tuệ thấu rõ sự tổn ích của bất nhân và nhân, khiến tâm được điều phục, không bị các tà hạnh khổ sở lay chuyển. Lại dùng trí tuệ biết rõ sự việc cần phải tinh tiến, cho nên tu tập tinh tiến rất nhanh chóng. Lại có thể an trụ trong sự hỷ lạc thù thắng của tĩn lự chân thực nghĩa, lại do trí tuệ y vào chánh lý dẫn phát, cho nên có thể thành biện năm ba la mật bố thí, trì giới, v.v... Do bát nhã ba la mật mà được tự tại. Lại nữa, ví như hai công hạnh, tuy ngoài mặt có vẻ trái nghịch, nhưng dưới sự điều hòa của trí tuệ, trở nên hòa hiệp. Ví như Đại bồ tát làm chuyển luân vương, thống trị bốn châu thiên hạ, nhưng không bị cảnh dục lạc lay chuyển, đó là nhờ lực lượng của bề tôi là trí tuệ. Tương tự, thấy một hữu tình rất khả ái, tuy khởi từ tâm mạnh mẽ làm lợi ích cho họ,

nhưng hoàn toàn không khởi tâm tham ái. Thấy hữu tình bị khổ não, tuy thường sinh khởi lòng đại bi, bất nhân đối với cảnh hưởng khổ đau, nhưng không bao giờ biếng nhác, sợ hãi, hoặc không ưa thích công hạnh lành. Tuy đầy đủ vô lượng sự hỷ lạc, nhưng tâm đối với cảnh sở duyên, hoàn toàn không tán động. Tuy đầy đủ bình đẳng xả tâm, nhưng đối với sự việc lợi ích chúng sinh, dù trong khoảng sát na, cũng không bỏ phé. Đây đều là do trí tuệ sai khiến. Lại có thể dùng sức mạnh của trí tuệ diệt trừ những chướng ngại vượt bực. Như Tán Sở Ứng Tán nói:

Không xả pháp tính,  
Tùy thuận thế tục.

Nghĩa là các pháp mà thế gian chấp là thực có, tuy nhỏ như vi trần cũng “bất khả đắc”, thế nhưng, những hành giả đã thông đạt thực tướng, hoàn toàn tùy thuận các pháp nhân quả thế gian, không có sự trái nghịch. Cho nên có những sự việc, đối với những người tuệ lực yếu ớt, có vẻ trái ngược đến cực điểm, nhưng đối với những hành giả đầy đủ trí tuệ, sự việc không những không trái ngược, mà còn hòa thuận. Bát Nhã Bách Luận cũng nói:

Cho phép, hoặc cấm đoán,  
Lời Phật, hoặc nhất định,  
Hoặc là không nhất định,  
Hai bên không trái nhau.

Nghĩa là trong các pháp Tiểu thừa, Đại thừa, hoặc Hiền giáo, Mật giáo, sự khai mở và cấm đoán có sự bất đồng, nhiều loại khác biệt. Những hành giả thọ trì hai loại (ví dụ vừa tu Hiền giáo vừa tu Mật giáo), tìm cầu mật ý trong nhiều loại kinh điển khác nhau, đối với hành giả thiếu tuệ lực, tuy có vẻ trái ngược, nhưng đối với hành giả thiện xảo ắt không có sự trái ngược, đây cũng là do trí tuệ lực quyết đoán.



(2) **Họa họa của sự không sinh khởi trí tuệ:** Nếu như xa lìa trí tuệ, năm ba la mật và kiên giải đều không thể thanh tịnh. Nhiếp Ba La Mật Đa Luân nói:

Nếu không trí tuệ, mà cầu quả,  
Tự tánh bồ thí không thanh tịnh,  
Chỉ có lợi tha là thù thắng,  
Ngoài ra chỉ tăng trưởng tiền tài.

Lại nói:

Không dùng trí tuệ trừ hắc ám,  
Không thể đầy đủ giới thanh tịnh,  
Phần nhiều là giới, ..., không trí tuệ,  
Vì tuệ nhiễm ô, thành phiền não.

Lại nói:

Vì do tà tuệ nhiều loạn tâm,  
Không tin an trụ nhẫn công đức,  
Không chịu phân biệt việc thiện ác,  
Giống như ác vương được danh xưng.

Lại nói:

Không siêng tu tuệ, tâm lại chấp,  
Kiến giải trở thành không thanh tịnh.

Trong đây, “ác vương được danh xưng”, nghĩa là một ác vương, vừa được quyền hành, liền mất nhân nghĩa. Vì lý do này, phải nên sinh khởi trí tuệ. Hơn nữa, tùy theo năng lực mà nghiên cứu kinh điển thanh tịnh dẫn phát trí tuệ. Nhiếp Ba La Mật Đa Luân nói:

Người ngu ít học, không biết tu,  
Không nghe pháp, làm sao tư duy,  
Cho nên cần phải nghe chánh pháp,  
Y pháp tu hành, tăng trí tuệ.

Bồ tát Di Lạc cũng nói:

Sự phân biệt tam luân,  
Gọi là sở tri chướng,  
Sự phân biệt san, tham,  
Gọi là phiền não chướng,  
Tuệ là pháp duy nhất,  
Để xa lìa các chướng,  
Nghe là gốc của tuệ,  
Nghe pháp là thù thắng.

Tập Bồ Tát Học Luân cũng nói:

An nhẫn cầu đa văn,  
Sau đó vào núi rừng,  
Siêng tu tập thiền định.

Các bậc cổ đức cũng nói: “Trước tiên cần phải nghe pháp, ghi nhớ trong tâm, thường phải tư duy quán sát. Nếu như quên pháp, chỉ chuyên nhất tâm, thì sẽ không có người bạn trợ giúp tu tập. Cho nên người nghe pháp cao sẽ tu tập bậc cao, người nghe pháp bậc trung sẽ tu tập bậc trung, tuy nhiên, phải từ những pháp đã nghe, dần dần tu tập càng lúc càng tăng tiến. Nếu từ sự tư duy đưa đến quyết định kiên cố, thì khi nghe những bạn ác đàm luận thị phi, dù thiện dù ác, đều nên vứt bỏ ngoài tai, bởi vì những lời thị phi đó trong kinh chưa nói đến, và các vị thiện tri thức cũng chưa đề cập đến. Như vậy, sẽ không bị người khác lay chuyển. Nếu không trí tuệ, thấy người khác khóc, mình cũng khóc theo, thấy người khác cười, mình cũng cười theo, giống như dòng nước, theo khúc quanh mà chảy, khi

nghe họ nói, mình cũng cho là thật, rồi bị họ lung lạc.” Lúc tu học Bát nhã, phải nên đầy đủ Sáu ba la mật, ví như tự mình an trụ trong trí tuệ, lại giúp cho người khác an trụ trong trí tuệ, đó là trí tuệ bố thí. Các ba la mật khác cũng tương tự.

## L2. Học hạnh tứ nhiếp thành thực hữu tình.

(1) Bố thí nhiếp: trong phần học xứ Bố thí ba la mật đã nói qua; (2) ái ngữ nhiếp: nói pháp ba la mật đa cho những người thích hợp căn cơ; (3) lợi hành nhiếp: đối với ý nghĩa đã giảng thuyết, khiến hành giả phát khởi công hạnh, hoặc khiến cho họ chân chánh thọ trì; (4) đồng sự nhiếp: cùng với những người mình giáo hoá, học tập, thực hiện các công hạnh đem lợi lạc cho chúng sinh.

Trang Nghiêm Luân nói:

Dạy người bố thí, mình cũng thế,  
Thực hành các điều đã dạy người,  
Tức là đã hành pháp ái ngữ,  
Cũng là lợi hành và đồng sự.

Vì sao quyết định là bốn nhiếp pháp? Vì muốn môn đồ quyên thuộc tu hành pháp thiện, cho nên trong pháp nhiếp thọ chúng sinh, trước tiên phải nói lời khả ái, điều này cũng do sự bố thí khiến cho họ vui mừng, hoặc dùng thân làm việc lợi ích khiến cho họ hoan hỷ. Sau khi đã hoan hỷ, bèn dẫn họ vào đạo. Đầu tiên phải chỉ dẫn họ phương cách tu hành, cho nên cần phải dùng lời êm ái thuyết pháp, sau khi họ đã dứt trừ sự vô tri và nghi hoặc, bèn khiến cho họ thọ trì giáo nghĩa chân chánh. Sau khi họ đã hiểu rõ chánh pháp, bèn dùng sự lợi hành khiến họ thọ trì pháp thiện. Nếu như dạy họ tu tập, nhưng mình lại không chịu tu, thì họ sẽ cất vấn: “Ông chưa tu, tại sao lại chỉ dạy người khác. Ông hãy còn cần phải được người khác giáo hoá.” Rồi sẽ không tiếp thọ lời dạy của mình. Nếu chính mình cũng tu tập,

thì họ sẽ nghĩ rằng: “Vị đó dạy mình tu thiện, mà chính ông ấy cũng tự tu thiện. Như vậy, nếu tu điều lành này ắt sẽ thành tựu sự lợi ích an lạc.” Nghĩ thế xong bèn tăng tiến tu tập. Các hành giả đã tu tập cũng kiên cố không thoái chuyển. Cho nên trong việc giáo hoá chúng sinh phải cần đến đồng sự nhiếp. Chư Phật nói đây là những phương tiện vi diệu để thành tựu tất cả nghĩa lợi cho chúng sinh. Cho nên các hành giả muốn nhiếp thọ đệ tử, quyên thuộc, cần phải y vào pháp tứ nhiếp này. Kệ nói:

Muốn nhiếp độ người khác,  
Phải khéo y pháp này,  
Thành tựu các nghĩa lợi,  
Đây là diệu phương tiện.

Cách nào tu tập pháp tứ nhiếp trong mọi oai nghi? Tôn giả Atisha nói:

Bồ tát hạnh rộng lớn,  
Tu Sáu ba la mật,  
Sau khi tu thiền định,  
Phải tu tập tư lương.

Hành giả mới thọ giới Bồ tát, an trụ trong tư lương đạo, bất luận công hạnh nào, đều không vượt ngoài Lục độ. Cho nên pháp ba la mật, (1) có khi trong giai đoạn căn bản (thiền định) tu tập, (2) có khi trong giai đoạn hậu đắc tu tập<sup>28</sup>. Đây có nghĩa là một phần thiền định tự tánh chỉ và trí tuệ tự tánh quán gọi là tu tập trong giai đoạn căn bản; còn ba ba la mật đầu (bố thí, trì giới, nhẫn nhục) và một phần thiền định bát nhã gọi là tu tập trong giai đoạn hậu đắc. Tinh tiến thì thông cả hai giai đoạn căn bản và hậu đắc, một phần của nhẫn là chuyên tâm tư duy pháp

<sup>28</sup> Căn bản và hậu đắc là trong thời tu chánh (tu tập chỉ quán) và ngoài thời tu chánh (tu tập bố thí, trì giới, nhẫn nhục và tùy duyên tu thêm định tuệ).

nghĩa thâm sâu cũng được tu tập trong giai đoạn căn bản. Tôn giả Atisha nói:

Lúc sau khi xuất định,  
Tám ví dụ như huyền, ...  
Quán các pháp mà tu,  
Sau định, tu phân biệt,  
Học phương tiện là chánh.  
Trong lúc tu đẳng dẫn,  
Chỉ, quán phải quân bình,  
Thường nên tu miên mật.

Đối với những pháp hiếm có khó thực hành này, các hành giả chưa hề tu tập, nếu trong tâm cảm thấy lo lắng, e sợ, thì phải nên nghĩ rằng chư Bồ tát, lúc ban đầu cũng chưa từng tu tập qua, nhưng do tu tập nguyện cầu mà sau đó dù không cần phải gắng sức cũng vẫn tùy duyên tu tập tiến triển không ngừng. Cho nên đây là điều quan trọng nhất trong việc tu tập. Nếu thấy không thể thực hành bèn bỏ phế tất cả sự tu tập, thì sự tiến triển trên con đường đạo thanh tịnh sẽ vô cùng chậm chạp. Vô Biên Công Đức Tán nói: “Nếu pháp [được nghe] làm cho thế gian sợ hãi, thì Đức Thế Tôn từ lâu xa cũng không tu tập, [thế nhưng] Đức Phật đã dần dần tu tập pháp này đến trình độ tự tại, nếu [hành giả] không chịu tu tập, thì công đức sẽ khó mà tăng trưởng.” Bởi thế, chư hành giả đã thọ Bồ tát giới, không ai mà không tu học các công hạnh phương tiện. Các hành giả chưa lãnh thọ thực hành tâm nghi quỹ, thì nên nỗ lực tu tập tăng gia tâm cầu học, còn các hành giả vì yêu thích tu tập các công hạnh mà thọ trì luật nghi, phải nên giữ gìn thật kiên cố. Đây là lời khuyến khích.

Đến đây đã giảng xong phần Thượng sĩ đạo, tịnh tu nguyện tâm và học tập giai bậc tổng quát của Bồ Tát Hạnh.

## 24. Tu tập chỉ quán

Thượng sư Tsong Kha Pa tạo luận  
Pháp Sư Pháp Tôn dịch Tạng Hán  
Thích Pháp Chánh dịch Hán Việt

K2. Pháp tu học đặc biệt đối với hai độ sau

L1. Tự tánh của chỉ quán

L2. Học tập pháp tu chỉ

M1. Tu tập pháp tu chỉ

N1. Gia hành

N2. Chánh hành

O1. Sở duyên của sự trụ tâm

P1. Nói tổng quát cảnh sở duyên

P2. Sở duyên ở đây

O2. Tu trụ tâm như thế nào

M2. Số lượng tu chỉ

L3. Học tập pháp tu quán

M1. Nói tổng quát tư lương của sự tu quán

M2. Nói riêng về quyết trạch kiến

N1. Nói về nhiệm ô vô minh

N2. Tìm cầu vô ngã kiến

O1. Quyết trạch nhân vô ngã

O2. Quyết trạch pháp vô ngã

P1. Quyết trạch pháp hữu vi không có tự tánh

R1. Quyết trạch sắc pháp

R2. Quyết trạch tâm pháp

R3. Quyết trạch bất tương ưng hành pháp

P2. Quyết trạch pháp vô vi không có tự tánh

L4. Chỉ quán song tu

**K2. Pháp tu học đặc biệt đối với hai độ sau.**

**L1. Tự tánh của chỉ quán.**

Giải Thâm Mật Kinh nói: “Tất cả công đức của ba thừa đều là thành quả của chỉ quán. Chỉ quán hàm nhiếp tất cả tam ma địa của Đại thừa và Tiểu thừa.” Sau khi nội tâm an trụ trong chánh niệm, tác ý tư duy các pháp thiện, khiến cho sự tác ý tương tục trong tâm, hơn nữa, thường xuyên an trụ trong chánh niệm như vậy, dần dần phát khởi thân tâm khinh an, đây gọi là chỉ. Tóm lại, thân tâm khinh an, đối với cảnh sở duyên<sup>29</sup> lành, an trụ trong “tâm nhất cảnh tính”, đây là tự tính của chỉ. Giải Thâm Mật Kinh nói: “Hành giả nương vào sự khinh an của thân tâm, xả ly tâm tướng, an trụ trong tam ma địa, đối với ảnh tượng của các pháp thiện ảnh hiện, quán sát thẳng giải, có thể chánh tư duy quyết trạch, tối cực tư duy, châu biến tâm tư, châu biến quán sát các pháp nghĩa nhận thức được, tất cả mọi hoạt động, hoặc nhãn, hoặc lạc, hoặc giác, hoặc kiến, đều gọi là quán. Nói tóm, an trụ trong pháp chỉ, do lực quán sát cảnh sở duyên, đạt được quán tuệ phát sinh từ tâm khinh an, đây là tự tính của quán. Trang Nghiêm Kinh Luận nói:

Nương vào sự chánh trụ,  
Tâm an trụ trong tâm,  
Và khéo tư trạch pháp,  
Đây tức là chỉ quán.

Chỉ quán cần phải song tu (nghĩa là tu cả hai pháp một lúc). Ví như ban đêm ngắm tranh, cần phải có đèn sáng, hơn nữa, không có gió lay động thì mới có thể nhìn rõ từng đường nét của bức tranh. Nếu như thiếu một trong hai điều kiện thì sẽ không nhìn thấy bức tranh rõ ràng. Tương tự, nếu quán tính không thâm sâu, cũng cần phải có trí tuệ chân thực liễu giải chân chánh, và được tự tại an trụ trong pháp chỉ, thì mới có thể thấy được ý nghĩa chân thực một cách rõ ràng. Nguyệt Đăng Kinh nói:

<sup>29</sup> Cảnh sở duyên của chỉ hoặc quán thường được gọi là đề mục hay đối tượng (sẽ nói rộng trong phần sau).

Do chỉ nên không động,  
Do quán nên kiên cố.

## L2. Học tập pháp tu chỉ.

### M1. Tu tập pháp tu chỉ.

#### N1. Gia hành.

Nhập Bồ Tát Hành Luận nói:

Nếu đầy đủ chỉ quán,  
Mới diệt sạch phiền não,  
Trước hết, nên tu chỉ,  
Chỉ thành, do xả tham. (Phẩm Tám, kệ 4)

Trước tiên phải cầu tu tập pháp chỉ, nhưng trước đó, cần phải tích tập tư lương. Trang Nghiêm Kinh Luận nói:

Hoàn cảnh người tu tập,  
Là dễ được, xứ tốt,  
Đất tốt và bạn tốt,  
Thích hợp tu chỉ quán.

Dễ được, nghĩa là dễ được thuận duyên ẩm thực (có người cung cấp ẩm thực); xứ tốt, nghĩa là không có ác thú quấy rầy, ma quái hãm hại, v.v...; đất tốt, nghĩa là môi trường vệ sinh, không gây bệnh tật; bạn tốt, nghĩa là những người bạn đồng tu đúng pháp; thích hợp tu chỉ quán, nghĩa là cách xa chỗ đô hội, huyên náo, v.v... Đây gọi là tùy thuận xứ sở. Hành giả tu tập pháp chỉ cần phải thiếu dục (ít muốn), không cầu các thức ăn uống cầu kỳ, đắt tiền, v.v... Chỉ cần có những thức ăn đạm bạc cũng cảm thấy thỏa mãn. Hơn nữa, không được kinh doanh, mưu lợi, không được làm những việc tạp như chần bện, bóỉ toán, v.v..., và cũng không nên giao thiệp tới lui với bạn hữu,

tín đồ, v.v... Phải nên nghiêm trì những điều giới đã thọ, tư duy về họa hoạn của sự tham muốn, và những đạo lý về sự vô thường. Sau khi đã đầy đủ những tư lương như vừa nêu trên, ở nơi thiền thất, đoan thân chánh tọa, hai chân kết già phu, hai bàn tay kết định ấn, sau đó bắt đầu điều hòa hơi thở, v.v... Như vậy, đối với sáu pháp gia hành và các pháp tu cho hai bậc hạ sĩ và trung sĩ cũng phải nên tu tập đầy đủ. Điều quan trọng nhất là phải khéo léo tu tập Bồ đề tâm.

#### N2. Chánh hành.

##### O1. Sở duyên của sự trụ tâm.

###### P1. Nói tổng quát cảnh sở duyên.

Tổng quát, có bốn loại sở duyên: [1] châu biến sở duyên, [2] tịnh hành sở duyên, [3] thiện xảo sở duyên và [4] tịnh hoặc sở duyên.

[1] **Châu biến sở duyên** (đề mục có tính cách bao quát), có bốn phần: (a) hữu phân biệt ảnh tượng, (b) vô phân biệt ảnh tượng, (c) sự biên tế tính, và (d) sở tác thành biện, thì có thể duyên tâm an lập hai loại ảnh tượng. (a) *Hữu phân biệt ảnh tượng* là cảnh sở duyên (đề mục) có sự quán sát phân biệt của tỳ bát xá na (quán). (b) *Vô phân biệt ảnh tượng* là cảnh sở duyên (đề mục) không có sự quán sát phân biệt của xa ma tha (chỉ). Ảnh tượng (đề mục của chỉ quán) không phải là tự tướng thực sự của cảnh sở duyên (tướng thật của đề mục), mà chỉ là ảnh tượng hiển hiện trong tâm. (c) *Sự biên tế tính* là y vào cảnh sở duyên có tánh tổng quát mà an lập, chẳng hạn như tư duy ngũ uân tổng nhiếp tất cả các pháp hữu vi, tư duy tứ đế tổng nhiếp tất cả sự thủ xả có thể biết được, và nếu trong đó phát sanh trí suy lường quyết định, đây gọi là “tận sở hữu biên tế tính”; còn nếu tư duy các pháp bốn tính như vậy, không có các tính khác, thì gọi là “như sở hữu biên tế tính.” (d) *Sở tác thành biện* là nương vào quả vị của sự tu tập để an lập, nghĩa là sức

manh của sự thường tu tập pháp chỉ sẽ đưa đến sự khinh an, v.v..., thành biện quả vị tu tập. Bốn phần này gọi là châu biến sở duyên, nghĩa là bốn phần này không xa lìa những cảnh sở duyên phía dưới mà có tự thể riêng biệt, nhưng lại có thể biến khắp những cảnh sở duyên đó.

[2] **Tịnh hành sở duyên** (đề mục làm thanh tịnh tâm), có năm phần: (a) hành giả nhiều tâm tham nên duyên bất tịnh, (b) hành giả nhiều tâm sân nên duyên từ bi, (c) hành giả nhiều tâm si nên duyên thập nhị nhân duyên, (d) hành giả nhiều tâm mạn nên duyên giới sai biệt, (e) hành giả nhiều tâm tư (tâm tán loạn) nên duyên xuất nhập tức (quán hơi thở).

[3] **Thiện xảo sở duyên** (đề mục khiến sinh chánh giải về từng môn), có năm phần: (a) thiện xảo năm uẩn (sắc, thanh, hương, vị và xúc), (b) thiện xảo mười tám giới (nhãn giới, v.v...), (c) thiện xảo mười hai xứ (mười hai nhập, tức là sáu căn và sáu trần), (d) thiện xảo mười hai duyên khởi (vô minh duyên hành, hành duyên thức, v.v...), (e) thiện xảo nghiệp quả (từ thiện nghiệp dẫn sinh khả ái quả là xứ, từ bất thiện nghiệp dẫn sinh bất khả ái quả là phi xứ).

[4] **Tịnh hoặc sở duyên** (đề mục thanh tịnh các mê chấp bất tịnh), có hai phần: (a) từ dục giới lên đến Vô sở hữu xứ, quán sát cõi dưới tướng thô, cõi trên tướng tịnh, tạm thời chế phục chủng tử phiền não; (b) tu quán vô thường, v.v..., tứ đế, mười sáu hành tướng, vĩnh viễn đoạn trừ chủng tử phiền não.

## P2. Cảnh sở duyên ở đây<sup>30</sup>.

Tam Ma Địa Vương Kinh nói:

<sup>30</sup> Đề mục là “tướng Phật” có tánh cách tổng quát và phù hợp, lợi ích cho mọi căn cơ, mọi phiền não, mọi đối trị, v.v..., cho nên đặc biệt nêu lên ở đây.

Thân Phật như kim sắc,  
Tướng hảo rất đoan nghiêm,  
Bồ tát duyên vào đó,  
Tâm chuyên tu chánh định.

Do duyên vào thân Phật để trụ tâm, tức là niệm Phật phát sinh phước báo rộng lớn. Nếu thân Phật tướng hảo rõ ràng kiên cố, có thể nương vào đó tu tập lễ bái, cúng dường, phát nguyện, sám hối, v.v..., để tích tập tư lương, dùng đó làm phước điền để tịnh trừ tội chướng, đến lúc lâm chung vẫn còn giữ được tâm niệm Phật. Đặc biệt, nếu hành giả tu Mật pháp lại càng phải tương thuận với pháp tu Bốn tôn du già. Sự lợi ích sẽ vô cùng to lớn. Cho nên hành giả phải nên dùng thân Phật làm cảnh sở duyên. Cảnh sở duyên này (thân Phật) lại có hai phương pháp để chấp thủ, tức là (1) trong tâm quán tưởng thân Phật, và (2) từ tượng Phật có sẵn, quán tưởng khiến cho ảnh tượng minh hiển trong tâm. Phương pháp trước lợi ích rất lớn, còn phương pháp sau thì chung cho hai thừa Hiền Mật. Hiện nay chúng ta tu theo phương pháp sau (quán tượng). Trước tiên tìm một tượng Phật thật trang nghiêm, hoặc vẽ, hoặc đúc, hoặc nung, thường xuyên quán sát, khéo ghi nhớ tướng hảo, tác ý tư duy khiến cho trong tâm hiển hiện. Nên quán sát hình tượng như Đức Phật thật, chớ xem như những hình tượng thông thường. Khiến tâm an trụ vững chắc vào một cảnh sở duyên, không nên thay đổi những cảnh sở duyên khác loại. Kế đến, quán tưởng khiến cho phần thô của thân tướng hiển hiện những nét đơn giản, sau đó phải nên để tâm chuyên chú. Nếu quán sát màu vàng lại thấy hiện thành màu hồng, hoặc muốn quán tướng Phật ngồi lại thấy hiện ra tướng Phật đứng, hoặc muốn tu tập với một Bốn tôn lại thấy hiện ra nhiều Bốn tôn, lúc ấy không nên bị cảnh giới chuyển, mà phải chuyên tâm nhất ý vào cảnh sở duyên ban đầu, khiến cho tâm bất động. Thánh Dũng Sư nói:

Nên đối một sở duyên,  
Khiến ý chí kiên cố,

Nếu đổi nhiều sở duyên,  
Sẽ bị phiền não loạn.

Vì thế lúc tác ý tu tập quán thân tướng, chỉ cần một phần thô của thân tướng hiện khởi, tức là đã đạt được cảnh sở duyên, hãy duyên vào cảnh tướng đó mà tu tập.

## O2. Tu trụ tâm như thế nào.

Biên Trung Biên Luận nói:

[1] Lười biếng, [2] quên Thánh ngôn,  
[3] Trầm một và điệu cử,  
[4] Bất tác hành, [5] tác hành,  
Đây là năm lỗi lớn.

Điều này muốn nói là do đoạn trừ năm lỗi lớn, tu tám pháp đối trị nên có thể tu chỉ.

[1] *Lười biếng*: **Lúc tu tập tam ma địa, khởi gia hành, nếu lười biếng đây là lỗi lớn.** Có bốn pháp để đối trị lỗi [lười biếng] này. Trung Biên Luận nói: “Tức là sở y, năng y, và sở nhân, năng quả.” Sở y là tâm mong cầu tam ma địa, đây là nhân cho sự tinh tiến tu tập tam ma địa; năng y, tức là sự tinh tiến; sở nhân là lòng tin khi thấy được công đức của tam ma địa, đây là nhân của lòng mong cầu; năng quả, tức là sự khinh an, đây là quả của sự tinh tiến. Do lòng tin dẫn sinh tâm mong cầu, do tâm mong cầu phát sinh sự tinh tiến, do sự tinh tiến dẫn sinh sự khinh an. Cho nên bốn pháp này là pháp đối trị sự lười biếng.

[2] *Quên Thánh ngôn*: **Lúc tinh tiến tu tập tam ma địa, nếu quên lời dạy của chư Phật, Bồ tát (Thánh ngôn), đây là lỗi lớn.** Để đối trị lỗi này nên tu tập chánh niệm. Không những không quên lời dạy, mà trong tâm, sau khi chuyên chú vào cảnh sở duyên, phải đạt đến một sự quyết đoán rõ ràng. Tập Bồ Tát

Học Luận nói: “Thế nào là niệm? Đối với sự việc đã học tập nhiều lần, tâm không được quên lãng (tướng), không được phân tán (nghiệp)”, nghĩa là không được quên cảnh sở duyên, khiến cho tâm và cảnh hòa hợp, đây là tự tính của niệm.

[3] *Trầm một và điệu cử*: **Lúc tâm an trụ trong tam ma địa, điệu cử và trầm một là lỗi lớn.** Để đối trị lỗi này nên tu tập chánh tri<sup>31</sup>. Do lực của chánh tri, quán sát trầm một điệu cử sinh khởi hoặc chưa sinh khởi. Nếu lỗi bậc thượng thì phải lập tức đốn đầu ngăn chặn, nếu lỗi bậc trung thì vừa phát sinh là phải tìm kiếm tiêu diệt, nếu lỗi bậc hạ thì sau khi phát sinh không bao lâu thì phải tìm cách đoạn trừ. Như vậy, hai pháp trầm một và điệu cử là hai chướng ngại chính của sự tu tập thanh tịnh tam ma địa. Như nói: “Trầm một là sự chướng ngại đối với sự minh liễu (thấy rõ), điệu cử là sự chướng ngại đối với sự chuyên tâm an trụ. Cho nên biết rằng trầm một và điệu cử là chướng ngại chính cho sự tu tập tam ma địa thanh tịnh.” Vì lý do này, hành giả nên nhận rõ hành tướng của trầm một, điệu cử và hôn trầm.

*Trầm một và hôn trầm*: Câu Xá Luận và Tập Bồ Tát Học Luận đều cho rằng: “Hôn trầm là trạng thái đối với cảnh sở duyên nhận thức không rõ ràng, thân tâm đều thô trọng (dáng lơ dờ mệt mỏi).” Đây là hàm nhiếp trong tướng “si.” Trầm một có hai phần thô và tế. Thô, nghĩa là khiến cho tâm mờ mịt, hoặc đối với cảnh sở duyên, tuy chưa tán động<sup>32</sup>, nhưng đã mất đi năng lực nhận rõ, chỉ còn lại phần tĩnh lặng (Hán: trừng tịnh). Trầm một vi tế, nghĩa là tuy tâm có cả hai phần nhận rõ (minh liễu) và phần tĩnh lặng, nhưng đối với cảnh sở duyên không có

<sup>31</sup> Chánh tri: tri thức biết sự việc xảy ra y như nó đang là, tức là sự tinh thức trước mọi sự việc đang xảy ra và biết rõ nó là hôn trầm, là điệu cử, hoặc là đang an trụ.

<sup>32</sup> Tán động: *tán tâm* là tâm tuy an trụ đề mục nhưng lan rộng chung quanh, *động tâm* hay phóng tâm là tâm phóng ra khỏi đề mục và hướng sang cảnh sở duyên khác.

năng lực quyết đoán sáng suốt (Hán: định giải lực), mà trở nên trì trệ. Không nên hiểu lầm rằng trầm một và hôn trầm là một. Tâm hôn trầm tuy không rong ruổi theo cảnh sở duyên khác, nhưng không có cả hai phần nhận rõ và tĩnh lặng. Trầm một thì có phần tĩnh lặng nhưng không có phần sáng suốt. Như nói: “Trầm một nghĩa là đối với cảnh sở duyên, tâm lực trì trệ, không thể quyết đoán rõ ràng. Tuy có phần tĩnh lặng nhưng không có năng lực sáng suốt quán sát cảnh sở duyên, do đây trở thành trầm một.” Lại nói: “Có người cho rằng hôn trầm là tâm không rong ruổi theo cảnh sở duyên khác, không có cả hai phần sáng suốt và tĩnh lặng, cũng là tâm trầm một. Đây là điều hoàn toàn phi lý.” Do đây cũng có thể nhận rõ hành tướng của sự hôn trầm. Trầm một từ hôn trầm phát sinh, có hai tính thiện và vô ký, còn hôn trầm thuộc về si, có hai tính bất thiện và hữu phú vô ký. Nếu trầm một chỉ thoáng hiện khởi, hoặc chỉ hiện khởi một vài lần, hành giả chỉ cần phần chắn tâm ý<sup>33</sup>, kiên trì cảnh sở duyên tiếp tục tu tập, còn nếu trầm một hiện khởi trầm trọng, hoặc thường xuyên hiện khởi, hành giả nên tạm ngừng dụng công, và cần phải tu pháp đối trị. Phương pháp đối trị, như Trung Quán Tâm Luận nói:

Thoái khiếp nên rộng lớn,  
Tu sở duyên quảng đại.

Lại nói:

Thoái khiếp nên sách tấn,  
Quán tinh tiến lợi ích.

Nguyên nhân của sự thoái [lui] khiếp [nhược] là do tâm hướng nội thu nhiếp thái quá, hoặc do sự chuyên chú vào cảnh sở duyên trở nên trì trệ, tâm dần dần buông lỏng, hoặc do nhân

<sup>33</sup> Phần chắn tâm: do tâm đã quá quen với đề mục nên không gắng sức nữa (tâm lỏng lẻo), do vậy phải kích động tâm tập trung quán sát mạnh hơn lên.

duyên buồn ngủ, hôn trầm, v.v..., tâm có cảm giác mờ mịt. Cách đối trị thứ nhất là dùng quán tuệ quán sát cảnh sở duyên khiến cho tâm trở nên rộng lớn. Cách đối trị thứ hai là nên tu duy công đức của Tam bảo, sự lợi ích thù thắng của Bồ đề tâm, ý nghĩa trọng đại của nhân sinh, v.v..., khiến tâm phần chắn. Cách đối trị thứ ba là nên khiến tâm trở nên phần chắn và tác ý quán sát tướng quang minh của mặt trời, hoặc dùng nước rửa mặt, hoặc đi kinh hành, v.v...

**Điều cử:** Nếu tâm hiện lên những hình ảnh khả ái của những người thân, bạn bè, v.v..., đây là điều cử vi tế. Nếu như tâm đột nhiên hiện khởi tướng tham, v.v..., thì đây là điều cử thô thiển. Tập Bồ Tát Học Luận nói: “Thế nào là điều cử. Tịnh tướng chuyên đối, hành tướng bất tịnh bị hàm nhiếp bởi tâm tham, có công năng chướng ngại pháp tu chỉ.” Muốn đối trị tâm điều cử vi tế là khi tâm bắt đầu tán động thì phải lập tức buộc nó vào cảnh sở duyên; còn đối với tâm điều cử thô thiển thì khi nó hiện khởi thì phải nhận biết ngay tức khắc, và cố gắng buộc nó vào cảnh sở duyên, nếu như không thể đối trị thì phải tạm thời đình chỉ pháp tu, kể đó suy tư về sự vô thường và sự khổ của các nẻo ác. Đợi sau khi tâm điều cử ngừng dứt, thì lại tiếp tục tu tập. Túc Đạo Luận nói: “Muốn đối trị trầm một phải tu pháp *phong tâm*<sup>34</sup> *hợp nhất với hư không*, muốn đoạn trừ điều cử phải tu pháp đối trị.” Nghĩa là để đối trị trầm một phải quán tưởng trong thân gần lỗ rốn có một điểm trắng lớn như trứng chim én, từ đỉnh đầu vọt lên không trung, hòa hợp với hư không, sau đó khiến cho tâm an trụ nơi đó; để đối trị điều cử thì nên hợp hai hơi thở ra vào làm một, sau năm hơi thở như vậy, đợi cho tâm không còn tán loạn rồi tiếp tục tu tập, kể đến, tu mười hơi thở, mười lăm hơi thở, hai mươi lăm hơi thở, v.v..., dần dần gia tăng, giữ cho tâm không tán loạn; hoặc tưởng tượng phía trên có luồng gió màu trắng, từ mũi đi vào, hướng xuống phía dưới, phía dưới có luồng gió màu vàng hướng lên phía

<sup>34</sup> Phong tâm: tiếng Hán có nghĩa là luồng gió từ quả tim.



trên, đến khoảng giữa thì hợp lại với nhau, quán sát chúng giống như luồng gió bị nhốt trong một bình kín.

Nếu chỉ hiểu xuyên ý nghĩa của trầm một và điệu cử thì e chưa đủ, mà trong lúc đang tu định thường phải nên quán sát tỉ mỉ hành tướng của trầm một và điệu cử hiện khởi hay chưa. Để sinh khởi nhân duyên cho sự chánh tri này, hành giả phải tu tập pháp chánh niệm để không quên cảnh sở duyên, và hơn nữa, trong lúc chánh niệm kiên cố, phải nên thường xuyên quán sát tỉ mỉ là tâm có tán loạn hay không, để giữ cho tâm an trụ. Nhập Bồ Tát Hành Luận nói:

Xin được tóm lược lại,  
Muốn phòng hộ chánh tri,  
Thường cẩn thận quán sát,  
Tình trạng của thân tâm. (Phẩm Năm, kệ 108)

Nguyên nhân chung của sự trầm một và tán loạn là do không phòng hộ sáu căn, ăn uống không điều độ (hoặc quá nhiều, hoặc quá ít), đầu đêm cuối đêm không chịu tu tập thiền quán, không an trụ trong chánh tri. Nguyên nhân riêng cho sự trầm một là ngủ nhiều quá, tâm đối cảnh sở duyên không chịu chấp trì kiên cố, chỉ quán không quân bình mà chuyên trọng tu chỉ, tâm tướng mờ mịt, không thích an trụ trong cảnh sở duyên. Nguyên nhân riêng cho điệu cử là thiếu tâm yếm ly, tâm bám quá chặt vào cảnh sở duyên, chưa quen tu tập tinh tiến, nghĩ ngợi nhiều đến bạn bè quyến thuộc khiến tâm tán loạn.

[4] *Bát tác hành*: Như vậy, khéo tu chánh niệm chánh tri, **lúc trầm một điệu cử hiện khởi, tuy biết nhưng không chịu lập tức đoạn trừ thì đây cũng là lỗi lớn**. Sự đối trị này gọi là tư duy tác hành công dụng. Sự tư duy này là tâm sở pháp, tùy thuận cảnh giới thiện ác vô ký mà sai sử nội tâm, nhưng ở đây là loại tư duy đoạn trừ hai tâm trầm một và điệu cử. Nếu như tâm chấp trì cảnh sở duyên quá chặt chẽ, điều này tuy tăng

gia sự thấy rõ (minh liễu), nhưng đồng thời cũng tăng gia tâm điệu cử, rất khó an trụ. Nếu như không dụng công miên mật, dễ khiến cho tâm trì trệ; tuy có thể an trụ trong cảnh sở duyên, nhưng lại tăng gia trầm một, tâm ý mờ mịt. Cho nên hành giả phải nên khéo léo điều phục nội tâm khiến cho quân bình, không gấp không hoãn. Nếu nhận biết nội tâm bắt đầu dao động, sắp rơi vào trạng thái điệu cử, thì lập tức khiến cho tâm tương đối thư giãn. Nếu nhận biết nội tâm sắp rơi vào trạng thái trầm một, thì lập tức nâng cao tâm thức. Như vậy, sau khi tâm an trụ trong cảnh sở duyên thì phải khiến tâm an trụ trong sự minh liễu, tùy theo năng lực mà an trụ trong một đoạn thời gian. Lại nữa, hành giả mới tu, lúc đầu nên tu tập thời khóa ngắn, sau đó dần dần tăng gia thời gian cho mỗi khóa tu.

[5] *Tác hành*: Sau khi đoạn trừ hai tâm trầm một và điệu cử vi tế, **lúc tâm tam ma địa đang vận chuyển liên tục, nếu lại khởi động sự tác hành, thì đây là lỗi lớn**. Để đối trị lỗi này, không nên hiện khởi tác hành, mà phải an trụ trong tâm xả. Nên biết tâm xả này là xả bỏ công dụng phòng hộ, chứ không phải xả bỏ lực lượng chấp trì cảnh sở tri. Lại nữa, không phải lúc nào không bị trầm một hoặc điệu cử đều có thể tu tâm xả, mà phải là lúc trừ diệt xong tâm trầm một hoặc điệu cử này rồi mới tu. Ý nghĩa của “trừ diệt”, như Tu Thứ Trung Biên nói: “Khi đã không còn trầm một hoặc điệu cử, tâm chánh an trụ nơi cảnh sở duyên, lúc ấy có thể tạm đình công dụng (tác hành) mà tu tập pháp xả, tùy tâm an trụ.” Thanh Văn Địa nói: “Khiến tâm tùy thuận vào những tác dụng tự nhiên.” Tổng quát, xả có ba loại là thọ xả, vô lượng xả và hành xả. Pháp xả mà chúng ta đang đề cập là hành xả. Những hành giả mới bắt đầu tu tập, điều khó phát sinh nhất không gì hơn “điệu tam ma địa”, cho nên phải dùng sáu lực để thành tựu chín trụ tâm, nương vào thứ đệ của bốn tác ý để dẫn sinh “điệu tam ma địa”. Sáu lực tức là:

(a) *Thỉnh văn lực*: trong chín tâm, thành tựu [1] **nội trụ tâm**, nghĩa là lúc đầu nghe lời dạy về pháp tu định, tùy thuận

những điều đã nghe, khiến tâm nội trụ, khi ấy sẽ thấy được những tạp niệm phân biệt giống như giòng sông treo lơ lửng (Hán: huyền hà), tức là giống như giòng sông chảy tự nhiên. Đây là tướng phân biệt đầu tiên của thức.

(b) *Tư duy lực*: thành tựu [2] **đẳng trụ tâm**, nghĩa là lúc đầu an trụ trong cảnh sở duyên, do thường xuyên tư duy tu tập, đạt được tâm một ít phần tương tục an trụ, khi ấy nhận thức những tạp niệm phân biệt giống như khe nước, lúc ẩn (không) lúc hiện (có), thấu rõ hành tướng tâm phân biệt đang dừng lại. Trong hai loại trụ tâm này (a,b), phần lớn tâm rơi vào trầm một hoặc điệu cử, ít khi ở trong chánh định, hành giả phải quyết chí nỗ lực mới mong an trụ trong cảnh sở duyên. Trong bốn tác ý, đây gọi là “đệ nhất lực lệ vận chuyển tác ý vị.”<sup>35</sup>

(c) *Niệm lực*: thành tựu hai loại trụ tâm theo thứ tự là [3] **an trụ tâm** và [4] **cận trụ tâm**, lúc tâm tán loạn, có thể mau chóng nhớ đến cảnh sở duyên khiến tâm an trụ, và lúc đầu dùng niệm lực khiến tâm không tán loạn, từ cảnh sở duyên rộng lớn dần dần thu nhỏ lại, khiến cho cảnh sở duyên càng lúc càng vi tế, càng sâu sắc. Lúc đó nhận rõ tâm phân biệt giống như nước trong ao (tĩnh lặng), nếu không có nghịch duyên thì an trụ tịch tĩnh, còn nếu có nghịch duyên thì không an trụ, đối với tâm phân biệt có cảm giác mệt mỏi.

(d) *Chánh tri lực*: thành tựu hai tâm theo thứ tự là [5] **điều phục tâm** và [6] **tịch tĩnh tâm**. Đầu tiên dùng chánh tri biết rõ họa hoạn của tâm phân biệt và các tướng lưu động của tùy phiền não, khiến tâm điều nhu, không tán động, ưa thích tu tập tam ma địa; kế đến dùng chánh tri biết rõ họa hoạn của sự tán loạn, diệt trừ những bản khoản chán nản sự tu tập tam ma địa, khiến tâm trở nên tịch tĩnh.

<sup>35</sup> Ở giai vị thứ nhất, hành giả miên mật nỗ lực trong việc tác ý vào đề mục.

(e) *Tinh tiến lực*: thành tựu hai tâm theo thứ tự là [7] **tối cực tịch tĩnh tâm** và [8] **chuyên trụ nhất thú tâm**. Dùng tinh tiến lực đoạn trừ các sự phân biệt và tùy phiền não vi tế nhất, khiến cho tâm đạt được sự tịch tĩnh tối cực, và hơn nữa, do sự tinh tiến như vậy, khiến cho ngay lúc ban đầu, trầm một và điệu cử không sinh khởi, tâm có thể tương tục an trụ trong tam ma địa.

Từ trụ tâm [3] cho đến [7], tuy phần lớn thời gian an trụ trong định, nhưng vẫn bị trầm một và điệu cử làm chướng ngại, cho nên gọi là “đệ nhị hữu gián khuyết vận chuyển tác ý vị.”<sup>36</sup> Lúc trụ tâm [8], giống như sóng biển lớn, tâm vừa khởi niệm phân biệt, chỉ cần tu tập sơ lược pháp đối trị thì liền có thể diệt trừ. Khi ấy, tuy cần phải thường xuyên tu tập công lực, nhưng trầm một và điệu cử không còn có thể làm chướng ngại nữa, và hành giả có thể tu định lâu dài. Cho nên gọi là “đệ tam vô gián khuyết vận chuyển tác ý vị.”<sup>37</sup>

(f) *Xuyên tập lực*: thành tựu [9] **đẳng trì trụ tâm**. Vì lúc bấy giờ tuy không còn phải hoàn toàn nương tựa vào chánh niệm chánh tri, mà tam ma địa vẫn có thể tự tại vận chuyển khi cảnh sở duyên thay đổi. Lại nữa, vì lúc đó không còn bị trầm một và điệu cử làm chướng ngại, cho nên không còn phải thường xuyên nương tựa vào gia công dụng hạnh. Cho nên gọi là “đệ tứ vô công dụng vận chuyển tác ý vị.”<sup>38</sup>

## M2. Số lượng tu chỉ.

<sup>36</sup> Ở vào giai vị thứ hai, tâm còn gián đoạn và bị khuyết điểm trong việc tác ý vào đề mục.

<sup>37</sup> Ở vào giai vị thứ ba, tâm không còn gián đoạn và bị khuyết điểm bởi trầm một và điệu cử trong việc tác ý vào đề mục.

<sup>38</sup> Ở vào giai vị thứ tư, tâm an trụ tự nhiên, không cần một nỗ lực nào trong việc tác ý vào đề mục.

Trụ tâm [9] (đăng trì trụ tâm) vẫn còn là tâm nhất cảnh tính của cõi dục<sup>39</sup>, chỉ là tùy thuận tác ý của xa ma tha. Đạt được tâm khinh an thì mới là chân thật xa ma tha<sup>40</sup>. Trang Nghiêm Kinh Luân nói:

Tu tập vô tác hành,  
Nếu đạt được viên mãn,  
Thân tâm diệu khinh an,  
Gọi là có tác ý.

Ở đây, tác ý tức là xa ma tha. Hành tướng của khinh an, như Tập Bồ Tát Học Luân nói: “Thế nào là khinh an? Nghĩa là ngừng dứt sự thô trọng của thân tâm<sup>41</sup>, là tính kham năng của thân tâm, nghiệp của nó là khiến trừ tất cả chướng ngại.” Thô trọng nghĩa là đối với cảnh sở duyên lành, thân tâm không thể tùy ý vận chuyển. Nếu tu pháp đối trị đạt đến trạng thái khinh an thì ngoại trừ những trường hợp bất khả, thân tâm đều có thể tùy ý vận chuyển. Như vậy, lúc được tam ma địa, thân tâm khinh an, ban đầu chỉ được ít phần, sau đó dần dần tăng gia, đạt được xa ma tha, gồm cả hai sự khinh an và tâm nhất cảnh tính. Lúc sắp được các tướng viên mãn, rất dễ thấy các tiền tướng của sự khinh an, nghĩa là trên đỉnh đầu cảm thấy nặng, nhưng không phải là sự tổn hại. Sự việc này tiếp tục không ngừng, tính thô trọng của thân tâm liền được trừ diệt. Nếu có thể đối trị sự thô trọng, trước tiên, tâm khinh an tính sẽ sinh khởi, y vào thể lực của sự sinh khởi này, kế đến, có các luồng gió của phong đại nhập vào trong thân. Do phong đại này biến chuyển toàn thân, các tính thô trọng của thân đều được trừ diệt. Do sự đối trị này, tính của tâm khinh an liền được sinh khởi. Do thể lực sinh khởi này, toàn thân cảm thấy cực kỳ khoái lạc. Lại do thân khoái lạc, tính của tâm khinh an lại càng gia tăng. Sau đó thể lực đầu tiên của tâm khinh an giảm dần, nhưng sự khinh an vẫn

chưa hoàn toàn tiêu tán. Đây là do thể lực ban đầu xúc động nội tâm. Khi thể lực giảm bớt, có một loại diệu khinh an, như bóng theo hình, không có sự tán động, tùy thuận tam ma địa mà sinh khởi. Tâm phẫn khởi cũng dần dần thoái giảm, tâm an trụ kiên cố nơi cảnh sở duyên, xa lìa tâm vui mừng tán động không tịch tĩnh, cho đến khi đạt được chân chánh xa ma tha, cũng là đã đạt được cận phần đệ nhất tinh lự (cận định của Sơ thiên), nhiếp một phần định tác ý. Các loại tiên ngoại đạo ly dục tu tập thiên định thế gian, từ vô sở hữu xứ trở xuống, cùng các hàng phàm phu tu tập năm loại thần thông, v.v..., cũng đều phải y chỉ vào pháp tu xa ma tha. Các đệ tử Phật, dùng tâm xuất ly và tâm Bồ đề làm nền tảng, tu tập vô ngã, chứng đắc giải thoát, nhất thiết chủng trí, cũng cần phải y chỉ vào pháp tu xa ma tha. Đây là pháp tu chung cho hàng đệ tử Phật và hàng ngoại đạo. Đến đây đã giảng sơ lược xong phần xa ma tha.

### L3. Học tập pháp tu quán.

#### M1. Nói tổng quát tư lương của pháp tu quán.

Tu Thứ Trung Biên nói: “Muốn tu quán cần có ba loại tư lương: **gần gũi thiện tri thức, nghe nhiều chánh pháp, tư duy đúng lý.**” Nghĩa là hành giả nương vào những tư lương đó, tăng trưởng chánh kiến, quyết đoán thấu rõ chân nghĩa, dẫn sinh sự thông đạt tỷ bát xá na như sở hữu tính. Muốn tăng trưởng chánh kiến này, hành giả cần phải tìm cầu, nương tựa vào các bộ luận của các vị luận sư có uy tín. Trong các kinh điển Hiền giáo và Mật giáo, phần lớn đều thọ ký Bồ tát Long Thọ là vị luận sư có thể xa lìa nhị biên, giải thích yếu nghĩa tâm tùy sâu xa của kinh điển, cho nên chúng ta sẽ nương vào các bộ luận của ngài để tìm cầu chánh kiến. Ở Ấn Độ, các đại luận sư phái Trung Quán đều tôn sùng Long Thọ và Đề Bà ngang nhau, và đều y vào sự quyết đoán của hai ngài. Về sau này, các vị đại luận sư có thể giải thích chính xác ý thú của hai thầy trò ngài Long Thọ là hai ngài Phật Hộ và Nguyệt Xứng của phái Trung Quán Ứng Thành. Hiện nay chúng ta sẽ tùy thuận kiến giải của hai vị đại

<sup>39</sup> Cận định của Sơ thiên.

<sup>40</sup> Ly dục diệu lạc, tướng của Sơ thiên.

<sup>41</sup> Ngừng dứt sự thô trọng của thân tâm, phát sinh hỷ (tâm) và lạc (thân).

luận sư này để quyết trạch ý thú thanh tịnh của hai ngài Long Thọ và Đề Bà.

## M2. Nói riêng về quyết trạch kiến.

### N1. Nói về nhiễm ô vô minh.

Tứ Bách Luận nói: “Ngã, có nghĩa là các pháp không tùy thuộc vào thể tính khác (tự tồn tại, độc lập, có tự tánh riêng biệt của nó). Nếu không có thể tính tức là vô ngã. Do sự khác biệt giữa nhân (người, hữu tình) và pháp nên gọi là nhân vô ngã (nhân không) và pháp vô ngã (pháp không).” Hiện nay, “chấp các pháp thực có” là sự nhận thức [sai lầm] rằng các pháp không phải do các sự phân biệt tăng thượng từ vô thi thành lập, mà là do tự thể tăng thượng thành tựu. Cảnh sở chấp được gọi là ngã, hoặc gọi là tự tính. Nếu đối với nhân (người) mà không có sự phân biệt chấp trước (ngã hay tự tánh) thì gọi là nhân vô ngã, nếu đối với các pháp như mắt, mũi, v.v..., mà không có sự phân biệt chấp trước thì gọi là pháp vô ngã. Nếu đối với nhân và pháp mà chấp là có tự tính thì gọi là nhân ngã chấp và pháp ngã chấp. Cảnh sở duyên của nhân ngã chấp là những danh tự được nêu lên, như “kẻ lưu chuyển sinh tử” và “kẻ tu hành giải thoát”, v.v..., nương vào các uẩn mà giả lập là ngã. Nếu duyên vào ngã của kẻ khác, chấp là có tự tướng, thì gọi là câu sinh nhân ngã chấp, nhưng đây không phải là câu sinh tát ca da kiến; nếu duyên vào ngã của tự thân, chấp là có tự tướng, thì gọi là câu sinh ngã chấp và câu sinh tát ca da kiến. Cảnh sở duyên của tát ca da kiến, chấp bởi câu sinh ngã, tức là tâm câu sinh cảm giác có một cái thuộc về ngã sở, nhưng không phải mắt, mũi, v.v..., của ngã. Cảnh sở duyên của câu sinh pháp ngã chấp là sắc uẩn (mắt, tai, v.v...), và các pháp không thuộc về tự thân, như núi, sông, phòng ốc, v.v... Hành tướng của ngã chấp tức là duyên vào cảnh sở duyên, rồi chấp rằng chúng có tự tướng. Hai loại nhân và pháp ngã chấp này đều là căn bản của sinh tử. Nhập Bồ Tát Hành Luận nói:

Tuệ thấy hoạ hoạn của phiền não,  
Đều từ tát ca da kiến sinh,  
Do thông đạt ngã là vọng chấp,  
Nên Du giả sư tu phá ngã.

Thất Thập Không Tính Luận nói:

Pháp do nhân duyên sinh,  
Nếu cho là chân thật,  
Phật nói do vô minh,  
Sinh ra mười hai chi.

Hỏi: Nếu hai loại ngã chấp đều là căn bản của phiền não, như vậy phải có hai loại căn bản khác biệt?

Đáp: Cảnh sở duyên của hai loại ngã chấp tuy khác nhau, nhưng hành tướng của chúng không khác biệt, cho nên không có lỗi. Muốn đoạn trừ căn bản của phiền não, cần phải thông đạt vô ngã tuệ. Sự thông đạt vô ngã tuệ này, cần phải có cùng cảnh sở duyên với vô minh<sup>42</sup>, nhưng hành tướng của chúng phải trái nghịch nhau, thì [vô ngã tuệ] mới đoạn trừ được vô minh. Tứ Bách Luận nói:

Nếu thấy cảnh vô ngã,  
Mới diệt gốc ba cõi.

Thích Lương Luận nói:

Từ (bi) và ngu (vô minh) không nghịch,  
Từ không thể diệt ngu.

<sup>42</sup> Cảnh sở duyên với vô minh: tức là thân căn và thế giới của chúng sanh do nghiệp thức phóng chiếu, phải lấy đây làm đề cảnh sở duyên (đề mục) mà quán xét chân thật tánh của nó (nên gọi là đắc được hành tướng trái nghịch với vô minh), tức là vô ngã (hay nhân không và pháp không).

Điều này muốn nói từ bi tuy là công cụ trừ diệt vô minh, nhưng bởi vì đối với cùng một cảnh sở duyên, hành tướng của từ và vô minh không có sự trái nghịch, cho nên từ không thể hoàn toàn diệt trừ vô minh. Ngài Pháp Xứng nói:

Nếu không phá cảnh này,  
Không thể đoạn chấp ngã.

Điều này muốn nói để đoạn trừ ngã chấp cần phải dùng vô ngã tuệ pháp trừ cảnh sở chấp của vô minh ngã chấp<sup>43</sup>. Do đây biết rằng muốn đối trị vô minh ngã chấp một cách hiệu nghiệm ắt cần phải thông đạt vô ngã tuệ.

## N2. Tìm cầu vô ngã kiến.

### O1. Quyết trạch nhân vô ngã.

Thứ tự sinh khởi của hai loại ngã chấp là từ pháp ngã chấp sinh khởi nhân ngã chấp, cho nên thứ tự tu tập vô ngã phải là trước tiên phải tu tập nhân vô ngã, sau đó tu tập pháp vô ngã. Đối với sự thông đạt vô ngã, tuy không có sự khác biệt giữa thô thiện và vi tế, nhưng trong sự phân biệt, nhân vô ngã tương đối dễ hiểu, còn pháp vô ngã thì khó nhận biết hơn. Chẳng hạn hành tướng của pháp ngã chấp đối với mắt, tai, v.v..., tương đối khó hiểu, nhưng hành tướng của pháp ngã chấp đối với ảnh tượng thì dễ hiểu hơn, do đó lúc thành lập nhân của vô ngã, nên dùng ảnh tượng làm đồng dụ nhân. Tam Ma Địa Vương Kinh nói:

Nếu biết rõ ngã tướng,  
Nên quán pháp như vậy.

Cho nên trước tiên phải nên quyết trạch nhân vô ngã để tu tập. Ở đây tuy có nhiều lý luận, nhưng đối với hành giả sơ cơ, điều cần yếu nhất là nên quán sát bốn sự việc.

[1] **Quyết định đối tượng để phá:** Chúng ta, ngay trong lúc ngủ say cũng vẫn có sự chấp ngã, ôm cứng không thể xả bỏ. Tâm chấp ngã đó tức là câu sinh ngã chấp. Nên quán sát sự chấp đó chấp cái gì là ngã. Như vậy, quán sát tường tận sự chấp đó thì thấy rằng sự chấp đó không phải chấp vào sự tập hợp của thân tâm do giả danh an lập, mà là chấp **cái ngã giả lập có tự tính chân thật**. Đối tượng mà chúng ta muốn phá là cái ngã do câu sinh ngã chấp cho là chân thật. Nếu chưa thể nhận biết trực tiếp cái ngã đó, ắt là chưa biết rõ ý nghĩa chân thật của ngã. Ngài Tĩnh Thiên nói:

Chưa chạm vật bị chấp,  
Chưa biết nó là không.

[2] **Quyết định hai điều:** Cái ngã do ngã chấp kiên cố chấp trước, nếu được thành lập ở ngoài ngũ uẩn, thì ngũ uẩn của tự thân cái ngã đó là đồng nhất hay khác biệt với ngũ uẩn bên ngoài. Ngoài hai điều (đồng nhất, khác biệt) này ra, không có điều thứ ba, bởi vì tất cả sự hiện hữu không ra ngoài hai sự đồng nhất và khác biệt. Nhưng vào đây biết rằng đồng nhất khác biệt là do sự đối nghịch mà thành. Trung Quán Trang Nghiêm Luận nói:

Lìa hai sự một, nhiều,  
Hành tướng các pháp khác,  
Quyết định không thể có,  
Hai sự này nghịch nhau.

[3] **Phá một điều:** Nếu cái ngã bị chấp và năm uẩn là một, thì cả hai phải có cùng một thể tính. Điều này có ba lỗi: (a) cái ngã bị chấp trước trở thành vô dụng, (b) ngã trở thành nhiều,

<sup>43</sup> Ngài Tsong Khapa quyết trạch rõ chỉ có vô ngã tuệ mới là công cụ thực sự diệt vô minh (chấp có thân căn thể giới), vì hành tướng của chúng (vô minh và vô ngã tuệ) hoàn toàn trái nghịch nhau.

(c) ngã phải có sự sinh diệt. (a) Lỗi thứ nhất, cái ngã bị chấp trước trở thành vô dụng, nghĩa là cái ngã mà ngoại đạo chấp trước trở thành vô dụng, bởi vì bọn họ cho rằng ngã vốn là chủ thể thành lập năm uẩn, nếu ngã và năm uẩn trở thành một thể, thì ngoài năm uẩn ắt sẽ không có ngã là cái chủ thể, bởi vì tự tính không phân biệt, không thể an lập thành những pháp khác nhau. Trung Luận nói:

Xa lìa uẩn sở thủ,  
Không có ngã năng thủ,  
Chấp uẩn tức là ngã,  
Ngã trở thành vô dụng.

(b) Lỗi thứ hai, nếu uẩn và ngã là một (đồng nhất), thì một người có năm uẩn, ắt sẽ có năm cái ngã khác nhau, hoặc cho rằng ngã là một, thì không thể nói có năm uẩn. Nhập Trung Luận nói:

Nếu uẩn tức là ngã,  
Nhiều uẩn ắt nhiều ngã.

(c) Lỗi thứ ba, Nhập Trung Luận nói:

Nếu uẩn tức là ngã,  
Ngã ắt có sinh diệt.

Cái ngã do nghiệp quả phân biệt giả lập tuy có sự sinh diệt cũng không có lỗi lầm, nhưng nếu chấp cái ngã có thật tự tính mà lại có sự sinh diệt thì điều này trở thành tự tính có sinh diệt. Trong đây lại có ba lỗi: (i) Không nhớ túc mệnh, nghĩa là không thể nhớ nghĩ là cái ngã lúc đó được sinh ra như vậy, bởi vì nhớ đến đời trước cần phải có hai cái ngã trước sau tương tục, nhưng ngoại đạo lại chấp là hai cái ngã quá khứ và hiện tại có tự tính khác biệt, không nương vào nhau. Nhập Trung Luận nói:

Các pháp có tự tướng khác biệt,  
Nếu như tương tục, thật phi lý.

(ii) Sự tạo nghiệp sẽ không thọ quả báo, nghĩa là các nghiệp đã tạo từ trước sẽ không thọ quả báo, bởi vì cái ngã tạo nghiệp đã mất trước khi quả báo được sinh khởi, và không có sự tương tục giữa hai cái ngã trước (tạo nghiệp) và ngã sau (thọ quả báo), và do bởi tự tính biến hoại. (iii) Không tạo nghiệp mà thọ quả báo, nghĩa là cái ngã trước diệt mất, cái ngã sau thọ quả, cái ngã sau không tạo nghiệp mà vẫn phải thọ quả báo, lại cũng có thể nói rằng người này tạo nghiệp, người khác thọ quả báo. Nhập Trung Luận nói:

Vài sát na trước khi nhập diệt,  
Sinh diệt không tác, nên không quả,  
Kẻ này tạo nghiệp, kẻ khác thọ.

Do sự quán sát biết rằng ngã và năm uẩn phải không đồng nhất, nhưng cũng không khác biệt.

[4] **Phá sự khác biệt:** *Nếu cái ngã bị chấp khác với năm uẩn*, tức là ngoài năm uẩn có cái ngã riêng biệt, giống như lừa và ngựa, ngoài ngựa có lừa riêng biệt. Nhưng thật ra, nếu dẹp trừ đi từng uẩn từng uẩn, rốt ráo không có cái ngã nào riêng biệt. Trung Luận nói:

Ngã khác với năm uẩn,  
Việc đó không thể có,  
Nếu khác, ắt thấy được,  
Nhưng thật, không thấy được.

Dùng bốn sự việc này quán sát biết rằng trên thân và tâm hoàn toàn không có cái thực ngã do câu sinh ngã chấp giả định. Đây là bước đầu của sự thông đạt chánh kiến trung quán.

Nếu hành giả trong quá khứ đã từng tu tập chánh kiến này sẽ có cảm tưởng như tìm được trân bảo của tổ tiên để lại, tâm trạng vô cùng hoan hỷ. Nếu như trong quá khứ chưa từng tu tập, trong hiện đời mới đạt được, thì sẽ cảm tưởng như vừa đánh mất một vật trân báu, tâm trạng vô cùng lo sợ. Nếu như chưa có hai cảm tưởng này, ắt là chưa biết rõ đối tượng đang bị phá, hoặc chưa khéo phá trừ.

Phương pháp tu tập có hai loại là: (1) trong thời khóa tu, tu quán chơn không và (2) sau thời khóa tu, tu quán như huyễn. (1) Chơn không là do khiến trừ sự chướng ngại (chấp có) mà thành lập, đây cũng chỉ là ngăn chặn cái ngã có tự tướng, chuyên nhất tu tập, điểm chính yếu là an trụ trong không kiên kiên cố bất động. Nếu đôi lúc cảm giác tâm tướng hơi thoái sụt, thì liền phải nhớ đến bốn sự quán sát vừa nêu trên, dẫn sinh định giải, tiếp tục tu tập. (2) Sau thời khóa tu, tu quán như huyễn, nghĩa là do bốn tướng quán sát, sau khi phá tự tướng hữu, kể đến quán sát những pháp còn lại, biết rằng tất cả động tác đi đứng nằm ngồi đều chỉ là những sự phân biệt giả lập, giống như huyễn hóa, đều không có tự tính. Lại nữa, lúc đạt được vô ngã kiến, tuy không có cái ngã do cấu sinh ngã chấp giả định, thế nhưng không phải hoàn toàn không có cái ngã do nghiệp quả giả lập. Giống như nhà ảo thuật biến ra voi, ngựa, tuy không có thật thể tính, nhưng vẫn có hình tướng voi, ngựa. Như vậy, cái ngã hiện tại tuy vốn không có tự tính, nhưng cái ngã do sự phân biệt giả lập này có thể tạo tác các nghiệp thiện ác, thọ nhận quả báo khổ lạc. Tất cả những tác dụng nhân quả đều là sự thật. Tuy không có tự tính nhưng không phải tất cả rốt ráo đều là không. Cho nên không phải là đoạn kiến. Lại nữa, bản tính các pháp xưa nay vốn không, thông đạt vô ngã tuệ tức là thông đạt bản tính không này, chứ không phải các pháp vốn có tự tính, rồi do vô ngã tuệ an lập để chúng thành không. Cho nên “không” cũng không phải do trí tuệ tạo ra. Lại nữa, tất cả pháp đều là không thật có, chứ không phải một phần có, một phần không có, mà cũng không phải là một thiếu phần không

có. Vì thế, tu tập tất cả pháp đều không có tự tính là phương pháp đối trị sự chấp trước tất cả pháp đều là thực có.

## **O2. Quyết trạch pháp vô ngã.**

### **P1. Quyết trạch pháp hữu vi không có tự tính.**

#### **Q1. Quyết trạch sắc pháp.**

Trước tiên, quán sát tự thân, xem cái mà tâm chấp là thân, rốt ráo vật gì là thân, chấp như thế nào? Đây không phải là chấp chủ thể của cái thân năm uẩn do xương thịt tập hợp là phân biệt giả lập, mà là đối với cái cảnh giả lập (cái thân xương thịt) chấp trước rằng có một cái thân có tự tướng chân thật. Nếu thật sự có cái thân đó, thì thân đó và năm uẩn là đồng nhất hay khác biệt. Nếu là đồng nhất, thì cái thân năm uẩn do xương thịt hòa hợp này là do tinh cha huyết mẹ hợp thành, và như vậy phải có năm cái thức hòa hợp với tinh cha huyết mẹ để hòa hợp thành thân, và nếu có năm chi phần, thì phải có năm thân. Nếu là khác biệt, thì khi lia khỏi từng chi phần của thân, ắt phải có một thân riêng biệt. Nhưng sự thật không phải như thế, cho nên biết rằng không có cái thân mà chúng ta chấp trước như vừa nêu trên.

#### **Q2. Quyết trạch tâm pháp.**

Ví như cái thức ngày hôm nay, nếu cho rằng cái thức ban sáng và cái thức ban chiều không phải do sự phân biệt giả lập, mà cho rằng chúng có tự tướng, thì phải lập tức quán sát xem cái thức ban sáng và cái thức ban chiều là đồng nhất hay khác biệt. Nếu là đồng nhất, thì trong cái thức ban sáng phải có cái thức ban chiều, và trong cái thức ban chiều phải có cái thức ban sáng. Nếu là khác biệt, thì trừ hai cái thức ban sáng và cái thức ban chiều ra ắt phải có một cái thức khác, nhưng thật sự không phải như vậy. Cho nên biết rằng không có cái thức mà chúng ta chấp trước.

### Q3. Quyết trạch bất tương ứng hành pháp.

Ví như một năm có mười hai tháng, nếu có cảm tưởng rằng năm không phải là do sự phân biệt giả lập mà cho rằng nó có tự tướng, thì nên quán sát là năm và mười hai tháng là đồng nhất hay khác biệt. Nếu là đồng nhất, vì có mười hai tháng cho nên cũng phải có mười hai năm, bởi vì năm và mỗi tháng đều là đồng một thể. Nếu năm khác với mười hai tháng, thì loại trừ mười hai tháng ra, ắt phải có năm riêng biệt, nhưng thật sự không phải như vậy.

### P2. Quyết trạch pháp vô vi không có tự tính.

Như hư không giới có bốn phương và khoảng giữa. Nếu không có cảm tưởng rằng hư không chỉ là do các phương phân biệt giả lập, mà lại cho rằng nó có tự tính, thì hãy quán sát hư không và các phương là đồng nhất hay khác biệt. Nếu là đồng nhất, các phương thành một, hư không phương đông và hư không phương tây cũng phải thành một, và như thế phương đông có mưa thì phương tây cũng phải có mưa. Nếu như vậy sẽ có nhiều vấn đề. Nếu là khác biệt, thì sau khi trừ đi các phần đông, tây, v.v..., ắt sẽ có hư không riêng biệt, nhưng thật không phải như vậy. Cho nên biết rằng hư không không có tự tướng.

Lại nữa, các pháp đều chỉ là phân biệt giả lập, đều không có chân thật tự tính. Hãy lấy ví dụ về sự vọng chấp dây thừng là rắn cho dễ hiểu. Ví như trong bóng tối, thấy một cuộn dây thừng giống như một con rắn cuộn tròn, vội có cảm tưởng là có con rắn thật, bèn lập tức sinh khởi sự sợ hãi. Lúc đó, tất cả bộ phận của dây thừng đều không phải là rắn, các bộ phận tích tụ lại cũng không phải là rắn, lia khỏi các bộ phận hoặc sự tích tụ của các bộ phận của dây thừng cũng không phải là rắn. Thế nhưng do thấy dây thừng liền sinh khởi cảm tưởng là rắn, hai sự kiện này không trái nghịch. Do đó con rắn hiện khởi trên cuộn

dây thừng chỉ là do sự thác loạn phân biệt giả lập. Tương tự, ngay con rắn thật cũng là do sự phân biệt giả lập, không có chân thật tự tính. Đây là do thấy các uẩn của rắn mà sinh khởi là có rắn thật. Nếu như quán sát từng bộ phận của sắc uẩn, cùng sự tích tụ của chúng, thì đều không có rắn thật, lia khỏi các bộ phận và sự tích tụ cũng không có rắn thật. Thế nhưng, từ các uẩn của con rắn phân biệt giả lập thành con rắn, thì sự kiện này không có sự trái nghịch.

Hỏi: Trên cuộn dây thừng rốt ráo không có rắn, ắt trên các uẩn của rắn không có con rắn có thực thể, bởi vì cả hai đều là phân biệt giả lập, tìm cầu con rắn có thực thể ắt không thể có.

Đáp: Đúng vậy. Hai trường tuy đều là phân biệt giả lập, dùng lý trí tìm cầu rốt ráo không thể có. Nhưng do phân biệt giả lập, có thể an lập là có hay không, hai trường hợp này không hoàn toàn giống nhau. Bởi vì trên cuộn dây thừng phân biệt giả lập là rắn, điều này không thể an lập là có [rắn], nhưng trên các uẩn của rắn phân biệt giả lập là rắn, ắt có thể an lập là có [rắn]. Điều này nói rằng phân biệt giả lập không nhất định phải là có. Chẳng hạn như người thường chấp âm thanh là thường [hằng], chấp người chấp ta, v.v..., tuy là sự phân biệt giả lập, nhưng không có âm thanh, người, ta, có thật tự tính. Phân biệt giả lập tuy không nhất định là có, nhưng nếu là có, ắt phải là phân biệt giả lập. Bởi vì có, ắt phải có tên gọi (danh tự). Tên gọi đã có, tìm cầu ý nghĩa giả lập của tên gọi, ắt không thể được. Tìm cầu giả nghĩa không được, ắt phải là trước khi không có ý thức quán sát, do sự phân biệt giả lập mà có<sup>44</sup>. Con rắn từ sợi dây thừng, vì trong danh ngôn không có, cho nên rốt ráo là không, còn con rắn từ các uẩn của rắn, vì trong danh ngôn có, cho nên không phải rốt ráo là không. Lại bởi con rắn từ sợi dây thừng, danh

<sup>44</sup> Ở đây, ý nói có thực danh tự, nhưng danh tự (tên gọi) do tâm phân biệt giả lập mà có, cho nên danh tự dù là thật có, nhưng cảnh mà danh từ chỉ thị chỉ là sự giả lập (nếu chúng ta dùng ý thức quán sát tìm tánh chân thật của cảnh mà danh từ đại diện đặt tên).



ngôn lượng thể gian có thể phá hoại, còn con rắn từ các uẩn của rắn, danh ngôn lượng thể gian không thể phá hoại.

Hợp các pháp dụ vừa nêu trên, dây thừng không phải là rắn, ví cho năm uẩn không phải là ngã; thấy dây thừng có cảm tưởng là rắn, ví cho thấy năm uẩn có cảm tưởng là ngã; từ cuộn dây mà hiện tướng rắn, ví cho từ năm uẩn mà hiện tướng ngã; từ dây thừng hiện ra rắn, nhưng rắn không có thật, ví cho từ năm uẩn hiện ra ngã, nhưng ngã không có thật. Đây tức là ý nghĩa của ngã không có tự tính. Như sợi dây thừng rất ráo không phải rắn, nhưng vì thấy dây thừng là rắn nên sinh tâm sợ hãi giống như thấy rắn thật. Tương tự, từ năm uẩn hiện ra tướng ngã, tuy không có thật, nhưng do cái ngã phân biệt giả lập, trong bốn oai nghi đi, đứng, nằm, ngồi, tất cả mọi việc đều không trái nghịch. Đây là ý nghĩa của duyên khởi. Nếu thấy **tất cả mọi pháp đều là phân biệt giả lập, duyên khởi nhân quả là sự kiện chánh xác**, thì có thể từ đây dẫn phát định giải “tất cả mọi pháp đều không có tự tính.” Đây là ý nghĩa duyên khởi hiển hiện tính không. Như nói:

Đây là tự tính không,  
Do đó sinh quả này,  
Cả hai không chướng ngại,  
Đều trợ giúp cho nhau,  
Điều này thật ly kỳ,  
Điều này thật hiếm có.

Lại nữa, do thấy sơ lược duyên khởi như huyền, ắt có thể lập tức phá trừ sự chấp trước vào các pháp là thật có, dẫn sinh quyết định kiến giải về sự vô tự tính. Đây là quán sát chánh kiến đạt đến sự viên mãn. Như nói:

Lúc đó, hai niệm không rời nhau,  
Vì thấy duyên khởi không nhầm lẫn,  
Liên phá tất cả cảnh bị chấp,

Đây là quán chánh kiến viên mãn.

Không rời nhau, nghĩa là trí tuệ thông đạt “không” và trí tuệ thông đạt duyên khởi trợ giúp lẫn nhau. Như nói: “Mâm không tự tính, đều do duyên khởi.” Ở đây giải thích thêm về cảnh bị phá, nghĩa là chỉ nói vô tự tính, chứ không nói không có mầm. Từ câu “mâm không có tự tính”, có thể hiểu được mâm không phải rốt ráo là không, cho nên khái niệm về “không” có thể trừ khử đoạn kiến. Lại do nhân của duyên khởi, biết được duyên khởi là sự đối đãi giữa các pháp, nếu đã đối đãi với pháp khác, ắt sẽ không thể tự chủ, nếu đã không tự chủ, ắt sẽ không có tự tướng, cho nên khái niệm về “duyên khởi” có thể trừ khử thường kiến. Như nói:

Nếu biết duyên khởi phá thường kiến,  
Tính không có thể phá đoạn kiến,  
Tính không hiển hiện lý nhân quả,  
Không bị “thiên kiến” làm dao động.

Như vậy, từ sắc cho đến Nhất thiết chủng trí đều là sự phân biệt giả lập. Các công đức thậm thâm của chư Phật, chư Bồ tát thập địa, tuy lúc đầu, các hàng phàm phu thế gian không thể an lập, thế nhưng, chư Phật tùy thuận đạo lý an lập của thế gian mà thiết lập tên gọi. Các chúng sinh được giáo hóa, y theo các tên gọi Phật pháp, không chịu quán sát cẩn thận, bèn bị tên gọi lay chuyển. Nếu tìm cầu công đức thậm thâm của các quả vị, thì ý nghĩa mà những tên gọi đặt ra hoàn toàn bất khả đắc. Cho nên những tên gọi Phật pháp đó cũng chỉ là phân biệt giả lập.

Hỏi: Chư Phật giả lập các tên gọi trong Phật pháp, chẳng lẽ trong tâm của chư Phật cũng có sự phân biệt?

Đáp: Chư Phật tuy không có sự phân biệt, nhưng vì muốn dẫn dụ chúng sinh, cho nên tùy thuận ý thích của họ mà

an lập những tên gọi đó. Cho nên biết rằng tất cả danh ngôn của phái Ưng Thành hoàn toàn tùy thuận thế gian mà kiến lập. Ví như tâm câu sinh của người thế gian, tùy theo việc thấy nghe, không truy cứu quán sát thêm, mà lập tức thủ (chấp vào) xả (bài bác), tương tự, phái Ưng Thành cũng không truy cứu mà an lập thế tục. Có người giải thích ý nghĩa của câu “tùy thuận thế gian” là “dù những kẻ phạm tục thế gian nói lên bất cứ sự việc điên đảo nào cũng đều tùy thuận”. Điều này là một lỗi lớn bởi vì chưa biết rõ ý nghĩa chân thật của câu “tùy thuận thế gian.” Nên biết, tự tông của phái Ưng Thành, đối với pháp thế tục không phân chánh (đúng) đảo (sai), quán sát tâm thức thế gian phân làm hai loại chánh (đúng) và đảo (sai). Thế gian không phân đúng sai, nghĩa là từ thế tục đế, chân lý không phù hợp với hiện tượng, đây là pháp điên đảo, không có ý nghĩa chân chánh. Quán sát tâm thức thế gian phân là chánh và đảo, chẳng hạn như người thế gian nói chỗ này có cái bình, thế gian danh ngôn lượng không thể phá hoại. Cái bình tuy là pháp hư vọng nhưng vẫn có thể an lập là có, cho nên sự quán sát thế gian cho là đúng. Nếu thấy một mặt trăng thành hai mặt trăng, thấy núi tuyết thành màu xanh, đối với loạn thức tuy là có thật, thế nhưng những người tâm thức không thác loạn biết đó là cái nhìn điên đảo. Cho nên sự quán sát thế gian cho là sai. Do đây biết rằng những người phạm tục thế gian chấp vào danh ngôn, phái Ưng Thành chưa chắc cho chúng là có thật. Nói tóm, nên biết tất cả các pháp sinh tử Niết bàn đều là phân biệt giả lập, đều không có tự tính. Sau khi sinh khởi định giải phải nên khéo léo tu tập. Phương pháp tu tập như phần trên đã nói, trong thời khóa tu, tu tập “không tính như hư không”, sau thời khóa tu, tu tập “như huyền sự”, đến lúc dùng quán sát lực dẫn sinh sự khinh an của thân tâm, thì sẽ thành tựu tỳ bát xá na.

#### L4. Chỉ quán song tu.

Nếu như chưa thành tựu chỉ quán, ắt không thể tu tập pháp “chỉ quán song vận”, cho nên, muốn song tu chỉ quán,

trước tiên phải thành tựu cả hai pháp chỉ và quán. Ở đây, lúc tu thành tựu tỳ bát xá na thì cũng đắc được pháp chỉ quán song vận, nghĩa là trước kia đã tu tập thành tựu pháp xa ma tha để làm điềm tựa cho sự tu tập tỳ bát xá na, cho nên nếu do quán sát lực đạt được tác ý vận chuyển vô công dụng (đệ tứ vô công dụng vận chuyển tác ý vị, tức là đẳng trụ trì tâm – trụ tâm thứ chín) thì cũng sẽ đạt được chỉ quán song vận. Thanh Văn Phần nói: “Hỏi: Thế nào gọi là xa ma tha tỳ bát xá na, hai loại tu tập này hòa hợp bình đẳng vận chuyển, do đây mà được gọi tên chỉ quán song vận? Đáp: Nếu như trong chín tâm đã đạt được trụ tâm thứ chín, nghĩa là đạt được Tam ma thân đa<sup>45</sup>. Dùng tam ma địa đó làm chỗ nương tựa, trong pháp quán tu tập trí tuệ tăng thượng, lúc đó do pháp quán, tùy ý vận chuyển vô công dụng. Như xa ma tha đạo không do gia hành, tỳ bát xá na thanh tịnh, tùy thuận xa ma tha, nhiếp thọ điều nhu. Đến giai đoạn này gọi là xa ma tha tỳ bát xá na hòa hợp bình đẳng cùng nhau vận chuyển. Do đây gọi là xa ma tha tỳ bát xá na song vận.”

Tu Thứ Hạ Biên nói: “Giả như có lúc xa lìa trầm một và điệu cử, tùy tâm bình đẳng vận chuyển, tâm đối với chân nghĩa vô cùng thấu suốt, hành giả nên bớt dụng công để tu tập đẳng xả. Nên biết, lúc đó gọi là chỉ quán song vận chuyển đạo.” Bát Nhã Giáo Thọ Luân nói: “Sau đó duyên hữu phân biệt ảnh tượng, nếu tâm tương tục tác ý không gián đoạn không khiếm khuyết chứng đắc hai phẩm, lúc ấy, gọi là chỉ quán song vận chuyển đạo. An trụ trong xa ma tha tỳ bát xá na gọi là song vận, nghĩa là xa ma tha tỳ bát xá na liên hệ với nhau mà vận chuyển.” Không gián đoạn không khiếm khuyết, nghĩa là sau khi quán sát không cần riêng biệt tu tập quán vô phân biệt, tức là do quán tu có thể dẫn sinh sự an trụ vô phân biệt. Chứng đắc hai phẩm, nghĩa là cùng chứng hai phẩm xa ma tha duyên vô phân biệt ảnh

<sup>45</sup> Tam ma thân đa (samahita), còn gọi là tam ma hí đa, theo Câu Xá Luận Quang Ký, là trạng thái xa lìa hôn trầm trạo cử, có khả năng dẫn khởi thân tâm bình đẳng, và dẫn phát phương tiện bình đẳng, còn gọi là đẳng dẫn, hoặc thắng định (tên một loại định do nhất tâm chuyên chú thành tựu).

tượng và tỳ bác xá na duyên hữu phân biệt ảnh tượng. Tương tục, nghĩa là nương vào quán sát tu tỳ bác xá na và sau khi quán sát, an trụ trong xa ma tha, hai sự việc này không đồng thời phát sinh. Nếu do tỳ bác xá na lực dẫn sinh xa ma tha, tức dùng tỳ bác xá na quán sát pháp tính, duyên như sở hữu tính, và tam ma địa xa ma tha chuyên trụ như sở hữu tính, cả hai tương ưng vận chuyển. Hành giả có thể đạt được trình độ chỉ quán bình đẳng câu chuyên, trước tiên đã thành đạt trí đức, cho nên an trụ trong vô phân biệt, dùng quán tuệ quán sát nghĩa lý vô ngã, giống như những con cá nhỏ bơi trong ao nước trong, chỉ có thiết lập hành tướng chỉ quán tùy thuận, chứ vẫn chưa chân thật đạt được ý nghĩa chân thật của chỉ quán song vận.

Tóm lược, hiện nay giải thích sơ lược ý nghĩa tổng quát của toàn thể quá trình tu tập. Căn bản đầu tiên của sự tu tập là phải nên luyện tập thuần thực ý nghĩa của việc y chỉ thiện tri thức. Kế đến, phải tu tập quán sát để nhận thức rõ ràng không lầm lẫn về ý nghĩa của thân người khó được. Lại nữa, nếu như chưa điều phục tâm cầu phước lạc hiện đời, ắt không thể sinh khởi tâm mạnh mẽ mong cầu quả báo đời sau, cho nên đối với vấn đề sinh mạng vô thường, không thể trụ thế dài lâu, và sau khi chết sẽ phải trôi lăn trong ác đạo, phải nên hiểu rõ đạo lý và nỗ lực tu tập quán sát. Khi ấy, vì sinh lòng chân thật sợ hãi cho nên đối với công đức của Tam bảo phát tâm chí thành quyết định tin tưởng, quy y an trụ trong giới luật nghi, và siêng cần tu học các học xứ chung của hai thừa. Kế đến, đối với nghiệp quả căn bản của tất cả pháp thiện, từ các pháp môn khác nhau, sinh khởi lòng tin thâm sâu tha thiết kiên cố, và nhân đây nỗ lực tu thiện đoạn ác, dùng bốn lực để an trụ trong đạo pháp. Nếu như đem pháp của bậc hạ sĩ quán nhập vào tâm, thường xuyên tư duy về họa hoạn của sinh tử, từ sự tư duy tổng quát, ngăn chặn tâm tham luyến dục lạc hiện đời, kế đến, tìm hiểu sinh tử từ đâu sinh khởi, biết đó là do phiền não và nghiệp, và sinh khởi tâm mong muốn đoạn trừ. Nỗ lực tu tập, một cách tổng quát, tam học giới định tuệ, và riêng cho cá nhân là tu tập giới biệt giải

thoát. Như vậy, đem pháp của bậc trung sĩ quán nhập vào tâm. Sau đó quán sát, ví như tự mình bị rớt vào biển lớn, các bà mẹ hữu tình của mình cũng đang bị rớt vào biển lớn, dùng tâm từ bi làm căn bản mà tu tập tâm Bồ đề, và phải nỗ lực tìm phương pháp để tâm Bồ đề sinh khởi. Nếu như không có tâm Bồ đề làm nền tảng, thì sự tu tập Sáu ba la mật và hai loại thứ đệ, v.v..., giống như xây lâu đài trên cát. Nếu như tâm Bồ đề sinh khởi, dù chỉ hiển hiện một hai hành tướng thô thiển, thì cần phải theo đúng nghi quỹ thọ giới Bồ tát, và phải nỗ lực tu tập những học xứ Bồ tát để kiên cố nguyện tâm. Nên nghe hiểu những hạnh nguyện quảng đại, hiểu rõ khả năng giới hạn, khởi tâm mong cầu thực thi những hạnh nguyện rộng lớn đó. Nếu tâm mong cầu phát sinh, nên dùng nghi quỹ để thọ trì những hành giới, tu tập pháp Lục độ để thành thực chính mình và tu tập pháp tứ nhiếp để thành thực chúng sinh, v.v... Đặc biệt, dù phải xả bỏ thân mạng, phải nên thủ hộ các giới trọng căn bản; đối với các giới trung và giới nhẹ, cũng phải nỗ lực đừng để vi phạm. Giả như vi phạm thì phải cố gắng sám hối hồi phục sự thanh tịnh. Kế đến, đối với hai độ cuối (định tuệ) phải nên đặc biệt tu tập, sau khi khéo tu tập thành tựu tính lự, ắt phải tu tam ma địa, nên biết cách an trụ trong hai vô ngã kiên thanh tịnh, tu tập để thân tâm sinh khởi hầu thành tựu hai thanh tịnh kiến đó. Đối với tính lự và tuệ đặt tên là chỉ và quán, trừ hai pháp này ra, không có pháp thứ ba, để các hành giả sau khi thọ Bồ tát luật nghi, từ những học xứ đó mà tăng tiến.

Lúc tu bậc dưới, đối với bậc trên, cũng nên khởi tâm cầu chứng đắc; nếu nghe pháp bậc trên, đối với bậc dưới lại càng nên khởi tâm mong muốn tu tập. Hơn nữa, lúc tu tập các giai bậc đó, cũng cần phải đoạn trừ sự phân biệt, khiến tâm bình đẳng. Nếu đối xử với các bậc thiện tri thức một cách bạc bẽo, ắt sẽ tự mình hủy hoại căn bản của tư lương thượng diệu, cho nên đối với sự tu tập y chỉ, phải nên tinh tấn nỗ lực. Nếu biếng nhác trong sự tu hành, phải tu quán sát thân người khó được. Giả như lòng tham luyến đối với hiện đời quá mạnh, nên lấy sự tu tập vô

thường, và quán sát sự họa hoạn trong ba ác đạo làm pháp tu chánh yếu. Nếu như không tinh chuyên trong việc giữ giới, nên lấy sự tu tập nghiệp quả làm chính. Nếu như không cảm thấy sợ hãi sinh tử, ắt sự mong cầu giải thoát chỉ là hư dối, phải nên suy tư về họa hoạn của sinh tử. Nếu bất cứ trong công hạnh nào, tâm mong cầu lợi ích chúng sinh không được mạnh mẽ, thì cần phải tu tập nguyện tâm. Nếu đã thọ giới Bồ tát luật nghi, đối với việc tu học, nếu sự chấp tướng quá mạnh, phải nên dùng lý trí phá hoại cảnh sở duyên của sự chấp, và nên tu tập các pháp đều như không, như huyền hóa. Tâm nếu không an trụ trong cảnh sở duyên mà lại tán loạn, thì phải lấy pháp tu tập tâm nhất cảnh tính làm chủ yếu. Đây là những điều mà các bậc cổ đức đã dạy bảo. Dùng đây làm thông lệ, nếu các điều nào chưa đề cập đến, hành giả phải tự tìm hiểu học hỏi. Nói tóm, không chỉ tu một bậc, mà phải nên an trụ trong tất cả pháp tu.

## 25. Phương pháp tu học Kim cương thừa

H2. Phương pháp tu học Kim cương thừa.

### H2. Phương pháp tu học Kim cương thừa.

Sau khi tịnh tu pháp môn chung của hai thừa Hiển và Mật, hành giả không nên do dự trong việc tiến nhập Mật thừa. Con đường Mật thừa so ra tôn quý hơn các pháp môn khác, có thể khiến cho hành giả nhanh chóng viên mãn hai loại tư lương. Tiến nhập con đường này, như Bồ Đề Đạo Đăng Luân đã nói, trước tiên làm cho bốn sự hoan hỷ. Điều này cần phải tăng gia nhiều hơn so với phần kính sư ở trên đã nói qua, và hơn nữa, ngay cả những bậc thầy chỉ có những tiêu chuẩn thấp nhất cũng phải đối xử giống như vậy. Kế đến phải thọ pháp quán đảnh của các Mật bộ để thành tựu tự thân tâm, sau đó, phải nghe và suy ngẫm kỹ về những điều giới tam ma da<sup>46</sup> mà mình đã lãnh thọ hộ trì. Nếu phạm tội căn bản, tuy có thể thọ lại, nhưng sẽ trở thành chướng ngại lớn đối với việc tu tập công đức, cho nên phải nỗ lực tối đa không để vi phạm. Cũng phải cố gắng không phạm các giới khinh, và giả như có phạm cũng phải tìm phương pháp sám hối hồi phục sự thanh tịnh. Đây là những điều cơ bản của sự tu đạo. Nếu không có những cơ bản này, thì cũng giống như nền móng bị tổn hoại, lâu các cũng sẽ bị sụp đổ. Văn Thù Căn Bản Đại Giáo Vương Kinh nói:

Phật nói kẻ phạm giới,

<sup>46</sup> Tam ma da giới, hay tam muội da giới, còn gọi là nguyện giới hay mật giới, là tự giới tổng và biệt của Mật tông cần phải nghiêm chỉnh hộ trì khi hành trì mật pháp, song hành với những giới của Hiển giáo đã thọ lúc trước.

Không thành tựu mật chú.

Như vậy, sẽ không đạt được ba sự thành tựu (hạ, trung thượng). Các kinh của Vô thượng Du già cũng nói nếu không hộ trì tam ma da, quán đảnh hạ liệt và không thấu hiểu chân tính, thì dù có nỗ lực tu hành, cũng sẽ không được thành tựu. Nếu không thủ hộ tam ma da và giới luật nghi mà tự xưng mình là người tu đạo, thì đó là kẻ phiêu lưu bên ngoài Mật pháp. Nếu có thể thủ hộ tam muội da và giới luật nghi để tu tập, đối với ba bộ dưới, nên theo thứ tự mà tu tập hai loại Du già hữu tướng và vô tướng, còn đối với bộ trên, thì nên theo thứ tự tu tập hai loại Du già thứ đệ.

Phần trên chỉ là nêu lên sơ lược một phần nhỏ của sự chuyển nhập vào Mật pháp, nếu muốn biết rộng hơn, phải nên tìm đọc trong Mật Tông Đạo Thứ Đệ<sup>47</sup>. Nếu học như thế tức là hàm nhiếp tất cả đạo thể viên mãn tâm yếu của hai thừa Hiển, Mật, có thể ở ngay trong đời này đạt được đầy đủ tất cả nghĩa lợi, khiến cho thánh giáo của Đức Phật tăng trưởng nơi thân tâm của chính mình và tất cả chúng sinh.

Đức Phật nói hai thừa Hiển Mật,  
Trong đó, giáo pháp của Hiển thừa,  
Các luận điển xiển dương lời Phật,  
Sinh khởi vô lượng đại biện tài,  
Để hiển hiện lời dạy chân thật,  
Mật tông giảng về đạo Đại thừa,  
Giảng giải thâm sâu nên thù thắng,  
Đặc biệt đối với Đại Tiểu thừa,  
Đại thừa cộng cùng với bất cộng,  
Mật bộ thượng hạ hai thứ lớp,  
Cộng định dẫn giải rất sáng tỏ,

<sup>47</sup> Mật Tông Đạo Thứ Đệ Quảng Luân (Sngags rim chen mo) là một tác phẩm của ngài Tsong Khapa triển khai rộng về các bộ mật pháp thấp và cao về đại kiến và cách thọ trì tu tập.

Giống như cổ đức khéo giảng giải,  
Có thể khéo chứng đạo vị cao,  
Bậc đại du già tùy ý chuyên,  
Nhiếp hết trong Đạo Luận Bồ Đề,  
Lại còn những người cầu giải thoát,  
Thậm thâm kiến và quảng đại hành,  
Đều từ Văn Thù và Di Lặc,  
Truyền Long Thọ, Vô Trước, Tịch Thiên,  
Lời dạy của ngài Atisha,  
Dung hợp cả ba dòng tư tưởng,  
Do tu siêng cần được phước thiện,  
Làm căn bản lợi lạc chúng sinh,  
Nguyện lia cầu trực thường tăng tiến.

Bộ luận này tổng nhiếp tất cả những điểm then chốt của Phật pháp, mục thước của hai phái Long Thọ (thậm thâm kiến) và Vô Trước (quảng đại hạnh), là pháp quý tu tập của các hàng Bồ tát, là thứ đệ tu trì của ba loại hành giả; hoàn toàn nêu rõ tất cả đạo lộ tuần tự tiến đến giác ngộ (Bồ Đề Đạo Thứ Đệ). Sự truyền thừa này là từ ngài Atisha truyền đến các ngài Nội Ô Nhữ Ba và Cẩn Nã Ngõa, lại từ ngài Bác Đỏa Ngõa truyền đến các ngài Hạ Nhạ Ngõa và Đa Ba. Tác giả của quyển Bồ Đề Đạo Thứ Đệ Lược Luận (Bậc Thang Giác Ngộ) này là Đa văn tỳ kheo Tông Khách Ba Thiện Tuệ Danh Xung, viết tại Nhật Nga Căn Đăng Thiên Thất./.

## Mục lục chi tiết

<b>Mục lục</b> .....	<b>3</b>
<b>Lời người dịch</b> .....	<b>5</b>
<b>Giới thiệu</b> .....	<b>7</b>
<b>Dẫn nhập</b> .....	<b>13</b>
<b>Quy kính tụng</b> .....	<b>31</b>
<b>1. Tôn giả Atisha</b> .....	<b>33</b>
A1. Vì muốn thuyết minh nguồn gốc thanh tịnh của pháp nên nhấn mạnh sự trọng yếu của tác giả.....	33
B1. Dòng họ viên mãn.....	33
B2. Công đức bốn sinh.....	34
C1. Công đức của sự học rộng hiểu rõ giáo lý.....	34
C2. Công đức của sự như lý tu hành chứng đắc.....	36
B3. Sự nghiệp đối với Phật giáo.....	37
C1. Sự nghiệp ở Ấn Độ.....	37
C2. Sự nghiệp ở Tây Tạng.....	37
<b>2. Sự thù thắng của giáo thọ</b> .....	<b>41</b>
A2. Vì muốn chúng sinh khởi tâm tin tưởng kính trọng những điều được giảng dạy nên nhấn mạnh đến sự trọng yếu của Pháp.....	41
B1. Sự thù thắng của việc hội thông những kinh điển mà Đức Phật giảng thuyết.....	41
B2. Sự thù thắng của việc nêu rõ tất cả kinh điển đều là giáo thọ .....	42
B3. Sự thù thắng của việc lãnh hội dễ dàng mật ý của Phật.....	43
B4. Sự thù thắng của việc tự mình có thể trừ diệt được những hành vi cực ác.....	44

<b>3. Phải nghe và giảng pháp như thế nào</b> .....	<b>45</b>
A3. Đối với pháp đầy đủ hai loại trọng yếu, phải nên lắng nghe và giảng giải như thế nào.....	45
B1. Quy luật của người nghe pháp.....	45
C1. Tư duy lợi ích của sự nghe pháp.....	45
C2. Sinh khởi lòng mong muốn thừa sự Phật pháp và người giảng pháp.....	46
C3. Nói rõ quy luật nghe pháp.....	47
D1. Diệt trừ ba lỗi lầm.....	47
D2. Y vào sáu loại quán tưởng.....	48
E1. Quán tưởng mình như người bệnh.....	48
E2. Quán tưởng người giảng pháp như thầy thuốc.....	48
E3. Quán tưởng pháp như thuốc.....	48
E4. Quán tưởng sự tu hành như trị bệnh.....	49
E5. Quán tưởng người giảng pháp như Phật.....	51
E6. Quán tưởng mong cầu Chánh Pháp Nhân trụ thế lâu dài.....	51
B2. Quy luật của người giảng pháp.....	52
C1. Suy ngẫm lợi ích của sự thuyết pháp.....	52
C2. Sinh khởi ý tưởng thừa sự Phật pháp.....	52
C3. Dùng sự ưa thích và phương cách nào để thuyết pháp.....	52
C4. Quán sát căn cơ người nghe mà giảng hay không giảng pháp.....	53
B3. Quy luật chung lúc thuyết pháp hoàn tất.....	53
<b>4. Tùy thuận bậc đạo sư</b> .....	<b>55</b>
A4. Làm thế nào dùng chánh giáo dẫn đạo đệ tử theo thứ tự.....	55
B1. Y chỉ thiện tri thức, pháp là căn bản của đạo.....	55
C1. Muốn người học sinh khởi tâm quyết định nên khai thị sơ lược.....	55
D1. Hành tướng của vị thiện tri thức y chỉ.....	55
D2. Hành tướng của đệ tử y chỉ.....	58
D3. Pháp y chỉ như thế nào.....	59
E1. Pháp ý nhạo y chỉ.....	60
F1. Lòng tin thanh tịnh làm căn bản.....	60
F2. Nhớ ơn sanh kính.....	61

E2. Pháp gia hành y chỉ.....	62
D4. Lợi ích của y chỉ. ....	63
D5. Thua thiệt của sự không y chỉ.....	63
D6. Nói tổng quát ý nghĩa của sự y chỉ. ....	64
<b>5. Phương pháp tu tập .....</b>	<b>67</b>
C2. Khai thị sơ lược phương pháp tu tập.....	67
D1. Nói rõ phương pháp tu tập. ....	67
E1. Lúc tu tập phải như thế nào. ....	67
F1. Gia hành phải như thế nào. ....	67
F2. Chánh hành phải như thế nào. ....	74
G1. Pháp tu tổng quát. ....	74
G2. Pháp tu ở đây.....	74
F3. Kết thúc phải như thế nào. ....	75
E2. Lúc sửa soạn tu tập phải như thế nào.....	75
D2. Nói rõ hai loại tu tập phá vọng phân biệt.....	78
<b>6. Ba loại hành giả.....</b>	<b>81</b>
B2. Sau khi y chỉ, thứ tự tu tập như thế nào.....	81
C1. Đối với thân hạ mẫn hiện đời, khuyên nắm lấy tâm yếu.....	81
D1. Nói rõ ý nghĩa hạ mẫn.....	81
E1. Nói rõ ý nghĩa “nhàn hạ”.....	81
E2. Nói rõ về ý nghĩa “viên mẫn”. ....	82
D2. Tư duy ý nghĩa quan trọng.....	83
C2. Phương pháp nắm lấy tâm yếu như thế nào.....	86
D1. Sanh khởi quyết định đối với sự kiến lập tổng quát của Đạo. ..	86
E1. Ba con đường Đạo bao quát tất cả thánh giáo. ....	86
E2. Chỉ rõ hành tướng dẫn đạo thứ tự của ba con đường đạo. .	88
F1. Ý nghĩa của sự phải do ba đường đạo hướng dẫn.....	88
F2. Nêu rõ hành tướng của sự dẫn đạo thứ tự. ....	88
G1. Nêu rõ hành tướng. ....	88
G2. Nói rõ yếu nghĩa. ....	92
<b>7. Quán tưởng sự chết.....</b>	<b>95</b>

D2. Nói rõ phương tiện thọ trì tâm yếu.....	95
E1. Thứ tự tu tâm chung với bậc hạ sĩ.....	95
F1. Ý muốn tu tập hạ sĩ đạo. ....	95
G1. Phát sinh lòng mong muốn quả báo đời sau. ....	95
H1. Tư duy đời này không thể sống lâu, khởi tâm quán tưởng .....	95
I1. Họa hoạn của sự không tu quán tưởng sự chết. ....	95
I2. Lợi ích của sự tu tập quán tưởng sự chết. ....	96
I3. Phát tâm quán tưởng sự chết như thế nào. ....	98
I4. Tu tập pháp quán tưởng sự chết. ....	98
J1. Tư duy về sự nhất định sẽ chết. ....	98
K1. Tư duy sự chết nhất định sẽ đến, không cách nào ngăn cản.....	98
K2. Tư duy tuổi thọ không tăng, nhưng có thể giảm bất cứ lúc nào. ....	98
K3. Tư duy tuy hiện còn sống, không có thời gian tu tập, mà sự chết nhất định sẽ đến. ....	100
J2. Tư duy không biết chết lúc nào.....	100
K1. Tư duy người Nam thiệp bộ châu, tuổi thọ không nhất định.....	101
K2. Tư duy nhân duyên bị chết nhiều, nhân duyên được sống ít. ....	101
K3. Tư duy thân mạng rất dễ bị nguy hiểm, không biết chết lúc nào.....	102
J3. Tư duy lúc chết, ngoài Phật pháp ra, tất cả đều vô ích. .....	102
<b>8. Quán tưởng sự thọ sinh đời sau .....</b>	<b>105</b>
H2. Tư duy đời sau sinh vào hai nẻo khổ vui ra sao. ....	105
I1. Tư duy sự khổ địa ngục. ....	106
J1. Đại hữu tình địa ngục. ....	106
J2. Cận biên địa ngục. ....	108
J3. Hàn băng địa ngục. ....	109
J4. Cô độc địa ngục. ....	110



I2. Tư duy sự khổ của loài bàng sinh. ....	111
I3. Tư duy sự khổ của loài naga quý. ....	112
<b>9. Quy y Tam bảo .....</b>	<b>115</b>
G2. Nêu rõ phương tiện an vui cho đời sau. ....	115
H1. Quy y là ngưỡng cửa thù thắng vào Phật giáo. ....	115
I1. Nương vào đâu để làm nhân cho sự quy y. ....	115
I2. Nương vào nhân để nêu rõ đối tượng quy y. ....	116
I3. Pháp quy y như thế nào. ....	117
J1. Biết rõ công đức. ....	117
K1. Công đức của Phật. ....	117
L1. Công đức của thân. ....	117
L2. Công đức của ngữ. ....	118
L3. Công đức của ý. ....	119
L4. Công đức của sự nghiệp. ....	120
K2. Công đức của Pháp. ....	121
K3. Công đức của Tăng. ....	121
J2. Biết rõ sự khác biệt. ....	121
J3. Tự thệ nguyện thọ quy y. ....	121
J4. Không nói hữu dư quy y xứ. ....	122
<b>10. Học xứ .....</b>	<b>123</b>
I4. Sau khi quy y, thứ tự phải tu học. ....	123
J1. Học xứ khác biệt. ....	123
K1. Học xứ ngăn cấm. ....	123
K2. Học xứ phụng hành. ....	124
J2. Học xứ cộng đồng. ....	126
<b>11. Đặc tính của nghiệp .....</b>	<b>131</b>
H2. Sinh khởi lòng tin kiên định là căn bản cho tất cả pháp thiện. ....	131
I1. Tư duy về tướng chung của nghiệp quả. ....	131
J1. Nói rõ phương pháp tư duy về tướng chung. ....	131
K1. Nguyên lý về sự quyết định của nghiệp. ....	131
K2. Nghiệp tăng trưởng rộng lớn. ....	132

K3. Nghiệp không tạo không thọ. ....	132
K4. Nghiệp đã tạo không mất. ....	133
<b>12. Sự khác biệt của nghiệp .....</b>	<b>135</b>
J2. Tư duy về sự khác biệt. ....	135
K1. Nói rõ mười nghiệp đạo. ....	135
K2. Quyết trách về nghiệp quả. ....	137
L1. Quả của nghiệp ác. ....	137
M1. Nói rõ về ác nghiệp đạo. ....	137
M2. Nhặng nhẹ khác biệt. ....	146
N1. Sự nặng nhẹ của mười nghiệp đạo. ....	146
N2. Lực thích về nghiệp đầy đủ lực. ....	146
O1. Lực lớn của điền môn. ....	146
O2. Lực lớn của y môn. ....	147
O3. Lực lớn của vật môn. ....	148
O4. Lực lớn của ý nhạo môn. ....	148
N3. Giải thích về quả. ....	149
O1. Dị thực quả. ....	149
O2. Đẳng lưu quả. ....	150
O3. Tăng thượng quả. ....	150
L2. Quả của nghiệp lành. ....	150
L3. Giải thích về sự khác biệt của nghiệp. ....	151
I2. Tư duy về tướng khác biệt. ....	152
J1. Công đức và nghiệp dụng của quả dị thực. ....	152
J2. Nhân của dị thực. ....	153
I3. Sau khi tư duy, phương pháp hành và chỉ. ....	154
J1. Chỉ thị tổng quát. ....	154
J2. Phương pháp dùng bốn lực để tịnh tu. ....	156
<b>13. Hành tướng của bậc hạ sĩ .....</b>	<b>161</b>
F2. Số lượng phát tâm. ....	161
F3. Trừ tà phân biệt. ....	161

<b>14. Quán sát khổ đế .....</b>	<b>163</b>
E2. Thứ đệ tu tâm chung với bậc trung sĩ .....	163
F1. Chính thức tu tập tâm này .....	163
G1. Nhận định tâm cầu giải thoát .....	163
G2. Phương tiện sanh khởi tâm này .....	164
H1. Tư duy về khổ đế, họa hoạn của luân hồi .....	165
I1. Mật ý của Phật khi giảng Tứ đế, nói khổ đế trước nhất ..	165
I2. Nói rõ tu tập khổ đế .....	167
J1. Tư duy sự khổ tổng quát của luân hồi .....	167
K1. Tư duy về tám khổ .....	167
K2. Tư duy về sáu khổ .....	171
J2. Tư duy sự khổ riêng biệt của từng cõi .....	172
K1. Tư duy sự khổ của ba ác đạo .....	172
K2. Tư duy sự khổ ở cõi người .....	172
K3. Tư duy sự khổ của loài a tu la .....	173
K4. Tư duy sự khổ của loài trời .....	173
L1. Sự khổ của trời cõi dục .....	173
M1. Khổ vì sau khi chết bị đọa lạc .....	173
M2. Khổ vì bị lăng nhục, sợ hãi .....	173
M3. Khổ vì bị cắt xẻo, phân thân, tàn hại, xua đuổi ..	173
L2. Sự khổ của trời cõi sắc và vô sắc .....	174
<b>15. Quán sát tập đế .....</b>	<b>175</b>
H2. Tư duy tập đế, thứ tự của vòng luân hồi .....	175
I1. Hành tướng của sự phát sinh phiền não .....	175
J1. Nói rõ phiền não .....	176
J2. Thứ tự sinh khởi của phiền não .....	177
J3. Họa hoạn của phiền não .....	177
I2. Hành tướng tích tập tăng trưởng của nghiệp .....	179
J1. Nhận thức sự tích tập tăng trưởng của nghiệp đã tạo .....	179
J2. Sự tăng trưởng tích tập như thế nào .....	180
I3. Hành tướng của sự chết và sự tái sinh tương tục .....	180
J1. Tử duyên .....	180
J2. Tử tâm .....	180

J3. Hơi nóng tụ về chỗ nào .....	181
J4. Lý luận về sự sau khi chết trở thành thân trung ấm .....	182
J5. Hành tướng lúc thân trung ấm thọ sinh .....	183
<b>16. Hành tướng của bậc trung sĩ .....</b>	<b>185</b>
F2. Số lượng phát tâm .....	185
F3. Trừ tà phân biệt .....	185
F4. Quyết trạch khả năng thoát ly sinh tử .....	186
G1. Thân nào diệt trừ sinh tử .....	186
G2. Tu tập con đường nào để diệt trừ .....	187
<b>17. Phát Bồ đề tâm là ngưỡng cửa đi vào Đại thừa .....</b>	<b>193</b>
E3. Thứ tự tu tâm chung với bậc thượng sĩ .....	193
F1. Nói rõ sự phát Bồ đề tâm là ngưỡng cửa đi vào Đại thừa .....	193
F2. Làm sao phát khởi Bồ đề tâm .....	197
G1. Thứ tự tu tập Bồ đề tâm .....	197
H1. Bảy tầng nhân quả .....	197
I1. Thứ tự quyết định sinh khởi .....	198
J1. Nói rõ tâm Đại bi là căn bản của Đại thừa .....	198
K1. Sự quan trọng lúc ban đầu .....	198
K2. Sự quan trọng ở đoạn giữa .....	198
K3. Sự quan trọng vào lúc cuối .....	199
J2. Những nhân quả khác là pháp nhân quả của nó .....	199
K1. Từ “nhớ mẹ” đến “tâm từ” là nhân .....	199
K2. Ý nhạo tăng thượng và phát tâm thành tựu Phật quả ..	200
<b>18. Pháp tu bảy tầng nhân quả .....</b>	<b>203</b>
I2. Thứ tự tu tập .....	203
J1. Tu tập tâm lợi tha .....	203
K1. Căn bản phát sanh sự tu tập này .....	203
L1. Đối với hữu tình, tu tập tâm bình đẳng .....	203
L2. Hành tướng tu tập sự hoan hỷ đối với tất cả .....	205

M1. Nhớ mẹ.....	205
M2. Nhớ ơn.....	205
M3. Báo ơn.....	206
K1. Chánh thức phát khởi tâm này.....	207
L1. Tu tập tâm từ.....	207
L2. Tu tập tâm bi.....	209
L3. Tu tập ý nhạo tặng thương.....	210
J2. Tu tập tâm cầu Bồ đề.....	210
J3. Nhận định tu quả phát tâm.....	210
<b>19. Pháp tu hoán đổi mình và người.....</b>	<b>213</b>
H2. Tu tập theo phương pháp của Bồ tát Tịch Thiên.....	213
I1. Tư duy công đức của pháp tu Hoán đổi mình và người.....	213
I2. Nếu tu tập sẽ phát sinh tâm đó.....	214
I3. Thứ tự tu tập pháp tu hoán đổi mình và người.....	215
J1. Trừ khử sự chướng ngại.....	215
J2. Nói rõ pháp tu.....	217
J3. Số lượng phát tâm.....	218
<b>20. Quỹ tắc thọ Bồ đề tâm.....</b>	<b>221</b>
G3. Dùng quỹ tắc thọ pháp.....	221
H1. Chưa được làm cho được.....	221
I1. Từ nơi nào thọ.....	221
I2. Dùng thân nào thọ.....	221
I3. Quỹ tắc thọ pháp như thế nào.....	222
J1. Nghi quỹ gia hành.....	222
K1. Quy y thù thắng.....	222
L1. Nơi tịnh địa trang trí tượng Phật Bồ tát và đồ cúng dường.....	222
L2. Khải bạch và quy y.....	223
L3. Quy y xong, nói học xứ.....	224
K2. Tích tập tư lương.....	224
K3. Tịnh tu tâm.....	224
J2. Nghi quỹ chánh hành.....	224

J3. Nghi quỹ kết thúc.....	226
<b>21. Hộ trì Bồ đề tâm.....</b>	<b>227</b>
H2. Đã được giữ cho không mất.....	227
I1. Nhân duyên làm cho sự tu học phát tâm đời này không mất.....	227
J1. Nghĩ đến sự lợi ích của tu học là tăng trưởng mạnh mẽ sự phát tâm.....	227
J2. Vì muốn tăng trưởng sự phát tâm cho nên tu học “mỗi ngày phát tâm sáu lần.”.....	229
K1. Tu học nguyện tâm, không xả bỏ tâm đã phát.....	229
K2. Tu học tăng trưởng tâm đã phát.....	230
J3. Tu học tâm không xả bỏ hữu tình.....	231
J4. Tu học tích tập phước đức tư lương.....	231
I2. Tu học đời sau không xa lìa Bồ đề tâm.....	231
J1. Tu học xa lìa bốn pháp ác có thể phá hoại Bồ đề tâm.....	231
J2. Tu học bốn pháp lành không phá hoại Bồ đề tâm.....	232
<b>22. Phương pháp tu tập sau khi phát tâm.....</b>	<b>235</b>
F3. Phương pháp tu học sau khi phát tâm.....	235
G1. Hành tướng của sự tu học sau khi phát tâm.....	235
G2. Giải thích việc nếu chỉ tu học một trong hai phần: (1) phương tiện, (2) trí tuệ, đều không thể thành Phật.....	236
G3. Giải thích thứ tự tu học các học xứ.....	244
H1. Tổng quán phương pháp tu học Đại thừa.....	244
I1. Cầu học Bồ tát học xứ.....	244
I2. Học xong, thọ giới Bồ tát.....	244
I3. Thọ xong, tu học như thế nào.....	244
J1. Y vào học xứ nào.....	244
J2. Các môn học nhiếp vào trong học xứ.....	245
K1. Quyết định số lượng nghĩa chánh yếu.....	245
K2. Quyết định thứ tự.....	249
L1. Thứ tự sinh khởi.....	249
L2. Thứ tự thắng liệt.....	249
L3. Thứ tự thô tế.....	250

<b>23. Sáu ba la mật .....</b>	<b>251</b>
J3. Thứ tự tu học như thế nào.....	252
K1. Pháp tổng quát hành giả phải tu học.....	252
L1. Học hành sáu độ thành thực chính mình.....	252
M1. Học xứ bố thí.....	252
N1. Tự tánh của bố thí.....	252
O1. Sự khác biệt giữa người bố thí.....	252
O2. Sự khác biệt giữa các tự tánh của bố thí.....	253
N3. Pháp sanh khởi của thân tâm.....	253
M2. Học xứ trì giới.....	255
N1. Tự tánh của giới.....	255
N2. Sự khác biệt của giới.....	255
N3. Pháp sanh khởi của thân tâm.....	256
M3. Học xứ nhẫn nhục.....	259
N1. Tự tánh của nhẫn nhục.....	259
N2. Sự khác biệt của nhẫn nhục.....	259
N3. Pháp sanh khởi của thân tâm.....	260
M4. Học xứ tinh tiến.....	266
N1. Tự tánh của tinh tiến.....	266
N2. Sự khác biệt của tinh tiến.....	266
N3. Pháp sanh khởi của thân tâm.....	267
M5. Học xứ thiền định.....	269
N1. Tự tánh của thiền định.....	269
N2. Sự khác biệt của thiền định.....	270
N3. Pháp sanh khởi của thân tâm.....	270
M6. Học xứ trí tuệ.....	270
N1. Tự tánh của trí tuệ.....	270
N2. Sự khác biệt của trí tuệ.....	270
N3. Pháp sanh khởi của thân tâm.....	271
L2. Học hạnh tứ nhiếp thành thực hữu tình.....	275
<b>24. Tu tập chỉ quán.....</b>	<b>279</b>
K2. Pháp tu học đặc biệt đối với hai độ sau.....	279
L1. Tự tánh của chỉ quán.....	279

L2. Học tập pháp tu chỉ.....	281
M1. Tu tập pháp tu chỉ.....	281
N1. Gia hành.....	281
N2. Chánh hành.....	282
O1. Sở duyên của sự trụ tâm.....	282
P1. Nói tổng quát cảnh sở duyên.....	282
P2. Cảnh sở duyên ở đây.....	283
O2. Tu trụ tâm như thế nào.....	285
M2. Số lượng tu chỉ.....	292
L3. Học tập pháp tu quán.....	294
M1. Nói tổng quát tư lương của pháp tu quán.....	294
M2. Nói riêng về quyết trạch kiến.....	295
N1. Nói về nhiệm ô vô minh.....	295
N2. Tìm cầu vô ngã kiến.....	297
O1. Quyết trạch nhân vô ngã.....	297
O2. Quyết trạch pháp vô ngã.....	302
P1. Quyết trạch pháp hữu vi không có tự tính.....	302
Q1. Quyết trạch sắc pháp.....	302
Q2. Quyết trạch tâm pháp.....	302
Q3. Quyết trạch bất tương ứng hành pháp.....	303
P2. Quyết trạch pháp vô vi không có tự tính.....	303
L4. Chỉ quán song tu.....	307
<b>25. Phương pháp tu học Kim cang thừa .....</b>	<b>313</b>
H2. Phương pháp tu học Kim cang thừa.....	313
<b>Mục lục chi tiết.....</b>	<b>317</b>