**Khenpo Tsultrim giảng ngày 11/05/2019**

 **Pháp bảo của sự giải thoát**

**CHƯƠNG 9. TRƯỞNG DƯỠNG BỒ ĐỀ TÂM**

**1. Nền tảng** (đã ở chương 8)

**2. Nhân chính yếu**

2.1. Tương đồng

2.2. Giới hạn

2.3. Đặc điểm sơ đẳng

2.4. Đối tượng

2.5. Nhân

2.6. Từ ai con có thể nhận được

2.7. Phương tiện

----------- Tiếp tục -----------

Trước tiên thầy chúc mừng mọi người nhân ngày lễ Phật Đản Vesak. Đa số các nước Châu Á thì mọi người kỉ niệm ngày sinh của Đức Phật vào hôm nay. Nhưng theo lịch Tạng thì cứ 4 năm lại có 1 lần có tháng nhuận. năm nay là năm có tháng nhuận nên có 2 tháng 1. Chính vì vậy mà ngày lễ Phật Đản theo lịch tạng là rơi vào tháng sau, không rơi vào tháng này như chúng ta. Vì thế thầy chúc mừng nhân ngày Phật Đản.

Tiếp theo là chúng ta tiếp tục bài học về **Bồ đề tâm**. Trong phần này đang nói về 2 cách trưởng dưỡng bồ đề tâm theo 2 cách của 2 dòng truyền thừa.

- thứ nhất là theo dòng truyền thừa quan kiến,

- thứ 2 là dòng truyền thừa hành động.

Nhánh Quan kiến có 3 bước:

- thứ nhất là chuẩn bị,

- thứ hai là thực hành nghi lễ,

- thứ 3 là kết thúc.

Bước chuẩn bị thì có 6 bước nhỏ ở trong:

- cúng dường,

- sám hối,

- tùy hỉ,

- thỉnh cầu chuyển đẩy bánh xe chánh pháp,

- khấn nguyện,

- và hồi hướng.

Và sau đó là đến thực hành nghi lễ và kết thúc.

Phần cúng dường thì trước thầy đã nói xong rồi. Thầy đang nói về phần **tịnh hóa** (sám hối). Tịnh hóa thì chúng ta tịnh hóa những lỗi lầm. Ở đây để tịnh hóa lỗi lầm của chúng ta thì ta phải dựa vào 4 quyền năng của ta.

- Quyền năng đầu tiên là chúng ta phải **hối cải**.

Nếu không hối cải thì có tịnh hóa bao nhiêu, chúng ta vẫn lặp lại lỗi lầm như vậy. Nếu không thấy lỗi lầm trong đó, chúng ta vẫn tiếp tục phạm phải lỗi lầm đó.

Nếu muốn tịnh hóa lỗi lầm, đầu tiên, chhúng ta phải nhìn ra được lỗi của mình và phải hoàn toàn cảm thấy ân hận khi đã gây ra lỗi lầm như vậy và phải quyết tâm sửa đổi lỗi lầm. Như vậy, chúng ta mới có khả năng tịnh hóa lỗi lầm.

Nếu không có sự ân hận, ăn năn, chúng ta lại gây ra tiếp. Nên ở đây nói rằng việc ăn năn, hối lỗi là điều rất quan trọng.

***(2) Quyền năng của các phương pháp đối trị***

*Phương pháp đối trị hoàn thiện cho những hành vi độc hại này là thực hành thiện hạnh. Đó là nhân để bất thiện hạnh cạn kiệt. Trong Tuyển tập A tỳ ma câu xá luận nói:*

*Đối ngược lại với nghiệp của những hành động ma quỷ, hãy thực hành những*

*phương pháp đối trị. Cho dù đã tạo tác rồi, nhưng quả của bất thiện hạnh có thể*

*chuyển biến thành một gì đó nhờ bởi năng lực của phương pháp đối trị.*

Phương pháp đối trị đối với những hành vi bất thiện hạnh là những hành vi thiện hạnh. Ví dụ:

- khi nói về bóng đêm, đối ngược lại là ánh sáng,

- đối ngược lại với nóng là lạnh,

- đối ngược với keo kiệt là bố thí,

- đối nghịch với sự giận dữ là lòng từ ái,

- đối ngược lại với những bám chấp là khiếm khuyết của luân hồi.

Trong quá khứ ta đã tạo những bất thiện hạnh thì đương nhiên trong kiếp sống này ta phải đối mặt với tất cả những gay go, thử thách, khó khăn mà những lỗi lầm trước đây đã tạo ra. Mặc dù đã trả những quả đó rồi, nhưng những quả này không phải là không thể tịnh hóa được, mà có thể tịnh hóa để ta loại bỏ nó đi.

Ví dụ, ở Tây Tạng, đối với những người đã mất rồi, 1 năm người ta có thể thực hành những buổi lễ như là đọc kinh hoặc là gì đó để cho người chết rồi, sau 49 ngày họ đi tái sinh vào cõi khác, nếu như họ chẳng may phải tái sinh vào những cõi xấu thì nhờ những thiện hạnh của người sống làm và hồi hướng cho họ thì họ có thể kết thúc kiếp sống khó khăn đau khổ đó sớm hơn và học sẽ được trải nghiệm 1 cái gì đó khác. Chính vì vậy, hàng năm bên Tây Tạng các thầy làm như vậy.

Thường có 1 số người hay nói rằng “Ôi, đây là nghiệp của tôi” và coi nó như là 1 cái quả họ phải chịu và không có gì có thể lay chuyển nổi quả đó, nghiệp đó. Thế nhưng đó là cách hiểu sai. Vì không đúng như vậy, khi đã phạm vào 1 cái lỗi lầm nào rồi, thì phải chịu cái nghiệp. Thế nhưng, chúng ta ko đáng bị như vậy và nếu như biết tịnh hóa 1 cách đúng đắn, sẽ chịu cái nghiệp đó nhẹ hơn đi.

Và trong *Tuyển tập A tỳ ma câu xá luận* có nói rằng cái **quả** của nó có thể **chuyển biến** thành 1 cái gì đó nhờ năng lực của pháp đối trị là như vậy.

Khi dùng những phương pháp đối trị, những cách tịnh hóa thì có những cách tịnh hóa khác nhau. Tổ Gampopa thì có đưa ra rất nhiều pháp để tịnh hóa.

- Đầu tiên là ta **thiền về tính không**. Trong kho tàng của đấng thiện thệ nói rằng những tịnh hóa những hành vi của ma quỷ thiền về tính không. Thầy có nói thiền về tính không là chìa khóa để loại trừ tận căn tất cả những nghiệp tiêu cực của chúng ta, kể cả những nghiệp thô lẫn những nghiệp rất vi tế.

Thiền về tính không ko hề dễ 1 chút nào cả. Nếu thiền về tính không mà nhầm lẫn rằng không có gì tồn tại cả, sẽ rơi vào chủ nghĩa hư không và chúng ta đã đi lạc đường.

- Thế nên có cách thứ 2 để thực hành nếu chưa hiểu về tính không đó là ta **đọc những bản kinh**.

*Trong Kinh Kim Cương có nói:*

*Đọc những bản kinh thậm sâu tịnh hóa những hành vi ma quỷ*

Những bản kinh để tịnh hóa những nghiệp của ta như là: kinh Kim cương, kinh Ánh sáng hoàng kim, Bát nhã tâm kinh.

*Trong nguyện ba kết nguyện sơ đẳng và Subahu-vấn thỉnh có nói:*

*Đọc những mật chú để tịnh hóa những hành động ma quỷ*

Ta có thể đọc những chú để tịnh hóa nghiệp chướng như là: Chú kim cương tát đỏa (hay còn gọi là chú trăm âm tiết).

Em có hỏi thầy ngoài ra còn có chú nào. Thầy nói tất cả các chú đều có khả năng tịnh hóa như là: chú Phật Dược sư, Lục tự minh chú của Đức quan thế âm (Om mani padme hum), hoặc tất cả những minh chú của A súc bệ Phật.

Tất cả những minh chú như vậy đều có khả năng tịnh hóa rất lớn. Khi ta đọc minh chú như vậy cũng có khả năng để tịnh hóa nghiệp.

*Trong chương về thân thể của đấng Thiện thệ, nói:*

*Những hành vi ma quỷ có thể tịnh hóa nhờ bởi tạo dựng những linh ảnh của chư Phật, và hơn nữa, được nói rằng khi nghe những bài thuyết pháp, đọc những bản văn, chép những bản văn (về giáo Pháp), và vân vân, tùy thuộc sự háo hức của con trong những thiện hạnh.*

Nhưng thầy có nói bảo tháp thì dịch không đúng lắm vì khi trong tiếng Tạng hay dùng thể tắt (viết tắt) cho nên đây là tạo dựng tất cả những linh ảnh của Chư Phật hoặc dâng những đồ cúng dường.

Bất cứ những gì dâng cúng dường cho bảo tháp, đức Phật, giáo pháp, tăng đoàn, tam bảo: chúng ta quen gọi là đối tượng quy y.

Ở đây là dâng cúng dường cho đối tượng quy y, chứ không phải bảo tháp stupa mà trong tiếng Tạng hay gọi là Chunten, vì gọi tắt nên dịch từ tiếng Tạng sang tiếng Anh chưa được chuẩn lắm.

Tiếp theo là ta nghe **giảng pháp** có thể tịnh hóa nghiệp của ta.

Khi đọc, chép những bản văn về giáo pháp như việc chúng ta chép kinh, ấn tống kinh hoặc cúng dường cho việc in ấn tống kinh cũng tạo ra những nghiệp tích cực để tịnh hóa những nghiệp của chúng ta.

Hoặc khi **làm tượng Phật**, ta có thể cúng dường làm tượng Phật. Đó là những công đức có thể tích tụ để tịnh hóa những nghiệp của chúng ta.

Tiếp theo có thể **phục vụ tăng đoàn** bằng cách cúng dường quần áo, thuốc men, bất cứ thứ gì mà chúng ta có thể cúng dường đc. Cái đó là tùy theo mong muốn để tạo nên những thiện hạnh và đó là tất cả những cách, khi không thể thiền về tính không, thì vẫn còn có nhiều cách để làm tịnh hóa những nghiệp tiêu cực của ta.

*Trong kinh Thuyết trình về học trò nói:*

*Một hành giả phạm phải những hành động ma quỷ*

*Có thể tịnh hóa chúng bằng thiện hạnh*

*Tỏa sáng trên thế gian này*

*Tựa như mặt trời và mặt trăng lộ ra từ sau những đám mây*

*Hành giả có thể nghĩ rằng cần thực hiện nhiều hành động thiện lành bởi vì hành giả đã phạm nhiều bất thiện hạnh. Điều này là không cần thiết. Trong Kinh Đại Niết Bàn nói:*

*Thực hiện dù chỉ một thiện hạnh cũng làm tiêu hủy được rất nhiều bất thiện hạnh*

*Và:*

*Ví dụ, một mẩu nhỏ kim cương có thể xẻ một ngọn núi lớn, một ngọn lửa nhỏ đốt sạch cỏ, một lượng nhỏ thuốc độc giết bao chúng sinh, cùng cách như vậy, một thiện hạnh nhỏ tịnh hóa những lượng lớn lao hành vi ma quỷ. Thật quan trọng để tạo nỗ lực hướng về thiện hạnh.*

Ở đây, thường chúng ta có những suy nghĩ sai lầm rằng đã phạm phải những bất thiện hạnh từ vô thủy vô chung rồi và phải sám hối cho đến lúc nào cuộc sống cạn kiệt.

Thế nhưng nghĩ như vậy hoàn toàn không đúng. Bởi vì, con số mà chúng ta đặt ra là không cần thiết. Trong này có nói rõ chỉ cần 1 hành vi thiện lành, nếu ta thực hiện 1 cách đúng đắn, chuẩn thì có thể tịnh hóa biết bao nhiêu ác nghiệp.

Có nhiều người nghĩ thật là không có hy vọng gì nữa bởi vì mình đã phạm quá nhiều bất thiện hạnh. Bây giờ đã quá muộn rồi, không thể nào tịnh hóa đc nữa. những người thường có thói quen nghĩ như vậy thường nghĩ họ có thời gian rất ngắn, không làm gì được nữa và khả năng của họ không có và trong khi những nghiệp đã tạo ra là số lượng rất lớn.

Nhưng ở đây không muốn nói rằng so với số lượng ác nghiệp đã tạo tác ra, chúng ta tạo tác bằng đấy những số lượng thiện nghiệp để bù lại. Không phải nghĩ như vậy là mới đúng, thậm chí là **1 thiện nghiệp** của ta nếu như ta thực hành đúng thì tịnh hóa cho ta biết bao bất thiện hạnh.

*Trong Kinh Ánh Sáng Hoàng Kim nói:*

*Một người có thể tạo tác/hành động ma quỷ tệ*

*Qua hàng ngàn đại kiếp*

*Chỉ nhờ sám hối cả*

*Sẽ hoàn toàn tịnh hóa*

*Để minh họa sự tịnh hóa hoàn toàn những hành động ma quỷ này nhờ những đối trị, hãy xem ví dụ của một người rơi vào đầm lầy ô trược, sau khi thoát ra, người này tắm và xức nước thơm. Trong quá khứ Udyana, kẻ hủy diệt, đã giết mẹ mình, nhờ thực hành năng lực tịnh hóa hoàn toàn, đã tịnh hóa được hết những hành động ma quỷ, được tái sinh nơi cõi Thiên, và đạt quả của đi vào dòng chảy.*

**Udyana** là 1 vị đã phạm vào 1 trong ngũ nghịch trọng tội là giết mẹ mình. Câu chuyện là Udyana yêu 1 cô gái và người mẹ không muốn Udyana yêu cô gái này và đã ngăn cản Udyana lại. Chính khi mà mẹ ngăn cản và Udyana bám chấp vào cô gái kia cho nên đã giết mẹ mình. Giết mẹ là phạm 1 trong các trọng tội.

Và sau đó Udyana đi theo Đức Phật để xin xuống tóc và đi xuất gia, Udyana đã thực hành rất niệm mật việc tịnh hóa.

Đức Phật có nói với Udyana là đã phạm 1 trong các trọng tội cho nên Udyana không thể nào ở lại trong Tăng đoàn được nữa vì điều này sẽ đem đến tiếng xấu cho tăng đoàn là trong tăng đoàn có người phạm trọng tội. Và Đức Phật yêu cầu Udyana phải rời đi.

Udyana rời đi thì vẫn không ngừng thực hành, vẫn tiếp tục thực hành để tịnh hóa những nghiệp của mình và dần dần khi tịnh hóa hết các nghiệp thì Udyana đã có những học trò. Những học trò của Udyana đã trở thành những vị A la hán rất lừng lẫy.

Còn Udyana khi chết thì phải trải qua 1 thời gian ngắn dưới địa ngục và sau đó được tái sinh lên cõi thiên, và sau đó đã đi vào dòng chảy.

Nếu Udyana không tịnh hóa thì đương nhiên không thể nào thoát ra được địa ngục vì ngũ nghịch trọng tội là 1 trong những tội phải bị đày dưới địa ngục mà không biết ngày nào mới được ra.

Vì Udyana đã tịnh hóa rất tốt nên sau khi ở địa ngục 1 thời gian rất ngắn thì được về cõi thiên và sau đó đi vào dòng chảy. Dòng chảy ở đây có nghĩa là những nghiệp của Udyana đã được tịnh hóa hết rồi.

Cũng như vậy chúng ta đã biết về Milarepa và đức Phật Thích ca mâu ni.

**Đức Phật Thích ca mâu ni** cũng đã tái sinh là người bình thường như chúng ta và đã phạm không biết bao nhiêu tội lỗi, nhưng đã tịnh hóa được tất cả những nghiệp của mình và đạt được quả vị Phật.

**Milarepa** cũng vậy, đó là nhờ áp dụng những biện pháp đối trị và sau đó thì các vị có thể tịnh hóa được hết những nghiệp và đều đạt quả vị Phật trong 1 đời.

**(3) Năng lực của sự quyết tâm**

*Vì sợ hãi những quả trổ ra trong tương lai, hành giả ngừng phạm những hành động ma quỷ. Trong Nhập Bồ Tát Hạnh nói:*

*Con khẩn cầu những người/ dẫn đường trên thế gian*

*Xin chư vị chấp nhận/những hành động ma quỷ/những sai lầm con phạm*

*Vì đó là điều bất thiện*

*Trong tương lai con nguyện/ không bao giờ tái phạm*

*Những hành động ma quỷ được tịnh hóa nhờ năng lực của quyết tâm như quay ngược*

*dòng trên một con sông nguy hiểm. Thời xa xưa, Nanda, một người xấu xa, luôn bám*

*chấp vào phụ nữ, đạt được quả vị A La Hán nhờ tịnh hóa những hành động ma quỷ và*

*nhờ năng lực quyết tâm. Điều này được nhắc tới:*

*Hành giả vắng bặt sự dẫn hướng cho bản thân*

*Nhưng rồi đạt được chính niệm*

*Giống như mặt trăng sáng rỡ*

*Thoát ra khỏi mây mù*

*Giống như Nanda, Anguilimala, Ajatashatru và Udyana*

Câu chuyện ở đây, khi có những nỗi sợ hãi của khổ đau như khi biết trong đồ ăn có **chất độc**, không bao giờ chúng ta ăn vì biết hậu quả là chết người.

Giống như thầy, thầy rất thích ăn pho mát, nhưng mỗi lần ăn pho mát thì thầy sẽ bị đau dạ dày.

Chính vì vậy thoát được khổ đau thì đương nhiên sẽ phải dừng không làm việc gì đề tạo nhân gây đau khổ nữa. Nếu biết cái gì là nhân gây đau khổ thì đương nhiên chúng ta sẽ dừng cái nhân đó lại và không phải chịu khổ đau nữa.

Ở đây khi biết hành động ma quỷ gây ra khổ đau, ta biết **sợ** và đương nhiên sẽ **dừng**, không gây ra hành động như vậy.

**Nanda** là người em cùng cha khác mẹ với đức Phật. Nanda rất bám chấp vào những người phụ nữ.

Khi đức Phật đến xin thức ăn ở nhà Nanda, Nanda vào nhà để lấy thức ăn để bố thí cho đức Phật.

Bình thường, đức Phật đứng chờ nhưng hôm đấy, khi Nanda ra để cho thức ăn vào bình bát thì Đức Phật đã đi rồi.

Nanda đuổi theo thì lúc đó đức Phật đã quay trở về cung điện của mình. Lúc đó, Nanda bắt buộc phải vào cung điện của đức Phật để đưa đồ bố thí cúng dường của mình. Lúc đó đức Phật có hỏi Nanda ông có muốn xuất gia không.

Khi đó, vì năng lực của đức Phật mà Nanda không thể nào nói không được nữa cho nên Nanda chấp nhận và nói là muốn xuất gia.

đức Phật cho Nanda xuất gia, sau đó đức Phật có nói với Nanda hãy quét dọn sạch tu viện trước khi đức Phật trở lại.

Thế nhưng, khi Nanda quét đến đâu thì gió lại thổi lại đến đó, không thể nào quét sạch được tu viện. Sau đó Nanda sợ quá và bỏ chạy.

Khi đó đức Phật dẫn và đưa Nanda lên thăm cõi thiên. Khi Nanda lên thăm cõi thiên thì thấy những người phụ nữ còn đẹp hơn cả vợ mình và Nanda thì rất bám chấp vào phụ nữ nên rất thích cõi thiên và bám chấp vào cõi thiên và mong muốn mình sẽ được tái sinh vào cõi thiên để có phụ nữ đẹp như vậy.

Sau đó đức Phật dẫn xuống địa ngục ở đây Nanda nhìn thấy những cảnh tượng rất kinh hoàng và hỏi người dưới địa ngục là tại sao lại chuẩn bị bỏ người kia vào nấu chín. Vị dưới địa ngục nói vì người này vừa kết thúc cõi thiên.

Đức Phật nói với Nanda hãy quét sạch tu viện trước khi người quay lại, nhưng Nanda cố quét bao nhiêu đi chăng nữa thì gió lại mang lại bụi tới, không thể nào làm sạch được. Nanda sợ quá bỏ chạy. Khi đó đức Phật đưa Nanda lên thăm cõi Thiên, tới cõi này, Nanda thấy những người phụ nữ ở đây quá đẹp, hơn cả vợ mình, nên Nanda khởi nên tâm bám chấp, muốn tái sinh sau này vào cõi thiên để có được những người phụ nữ đẹp. Sau đó đức Phật dẫn Nanda xuống cõi địa ngục, ở đây, Nanda nhìn thấy những cảnh tượng rất kinh hoàng. Nanda hỏi một người trông giữ địa ngục sao lại chuẩn bị bỏ một người vào để nấu chín thì vị này giải thích, sau khi kết thúc cõi Thiên, một người sẽ rơi xuống địa ngục nên vị này chuẩn bị cho vào nấu. Sau khi trở về từ địa ngục Nanda mới bắt đầu thực hành nghiêm chỉnh, tinh tấn và cuối cùng đạt quả vị A la hán.

Khi chúng ta bám chấp vào cuộc sống này, có rất nhiều phương pháp đối trị lại.

Có một người khác, vị này thường lui tới những chỗ không thanh tịnh, dù đã được nhiều người khuyên không nên tới, cho tới khi vị này tự nhận ra. Đó là một thói quen, nhưng khi một khi nhận ra kết quả đem tới không tốt đẹp thì sẽ từ bỏ thói quen đó, bằng cách áp dụng những đối trị.

Chúng ta cũng vậy, cần có những cách đối trị cho những thói quen xấu, chuyển đổi những gì tiêu cực trở nên tích cực, xấu xa thành tốt đẹp hơn.

**(4) Năng lực của nương tựa (quy y).**

*Năng lực của nương tựa là thọ quy y nơi Tam Bảo, và gieo trồng tâm trí hướng tới giác ngộ tối thượng. Tịnh hóa những hành vi ma quỷ nhờ thọ quy y Tam Bảo đã được nhắc tới trong Diễn giải Nhận thức của Sukari:*

*Hành giả thọ quy y nơi Đức Phật*

*Không tái sinh nơi cõi thấp*

*Khi từ bỏ thân người*

*Sẽ đạt được thân Trời*

Quy y là nương tựa vào ai đó, bình thường là năng lực quy y vào Tam Bảo, Phật bảo, Pháp bảo và Tăng bảo, nhưng trong Kim cương thừa đặc biệt chúng ta nương vào những vị bổn tôn như đức Kim cương tát đỏa, đức Quan Âm… đó là những nơi quy y vì đức Quan Âm là hiện thân của Tam bảo, đức Kim Cương Tát Đỏa cũng là hiện thân của Tam Bảo… những gì chúng ta thiền nương vào là quy y.

Trong bài giảng Bardo, nếu phạm những bất thiện hạnh để phải tái sinh ở những cõi thấp, chúng ta nhìn thấy nơi tái sinh ở cõi thấp, nhưng chúng ta giữ được chính niệm, hồi nhớ lại để nương quy y vào Tam bảo, hồi nhớ lại, gọi những vị Bổn tôn, Đạo sư, và khi đó Tam bảo, Bổn tôn hay vị Đạo sư xuất hiện trong Bardo, tịnh hóa cho chúng ta những nghiệp này, thì sẽ được đổi hướng tái sinh ở những cõi cao hơn.

Điều này thầy đã giảng trong bài Bardo, cùng một cách ở đây, nếu như ác nghiệp đã tạo và có thể bị đọa sinh vào những cõi thấp nhưng chúng ta nhận được sự gia trì từ Tam Bảo, từ Bổn tôn, Đạo sư, chúng ta sẽ thoát không bị đọa sinh vào những cõi thấp nương vào năng lực nương tựa (quy y).

*Trong Kinh Đại Niết Bàn có nói:*

*Nương nhờ quy y nơi Tam Bảo*

*Hành giả sẽ đạt trạng thái/không còn những nỗi sợ*

Không còn nỗi sợ, có nghĩa là đạt được giải thoát, chính vì vậy trong quá trình Bardo, được gọi là Nirmanakaya-Ứng hóa thân.

*Tịnh hóa những hành động ma quỷ nhờ gieo trồng tâm trí đại giác ngộ được nhắc tới trong kinh Gieo trồng thân cao quý:*

*Điều này là nhân cho mọi bất thiện hạnh cạn kiệt, tựa như chôn chúng xuống đất.*

*Điều này sẽ thiêu hủy mọi lỗi lầm giống như ngọn lửa của đại kiếp cuối cùng.*

*Nhập Bồ Tát Hạnh nói:*

*Tựa như giao phó bản thân/cho một người dũng cảm*

*Khi con hoảng sợ*

*Giao phó chính thân con/cho tâm trí tỉnh thức*

*Sẽ mau được giải thoát*

*Cho dù con đã phạm/những hành vi độc hại/không thể nào dung thứ*

*Vậy sao không toàn tâm/để mà đem dâng hiến*

Điều này cho thấy, nhờ **bồ đề tâm**, có thể hủy hết những nghiệp tiêu cực. Như trên thầy đã nói, khi con nương tựa Tam Bảo, Phật Pháp và Tăng hay phát khởi bồ đề tâm, cũng là con nương vào.

**Tam Bảo** là nơi nương tựa **bên ngoài**, còn bồ đề tâm là nương tựa vào tâm trí bên trong. Tâm trí nào **bên trong** con nương vào - đó là **bồ đề tâm**. Nhờ trưởng dưỡng bồ đề tâm, con có thể tịnh hóa được mọi thứ.

*Nhờ năng lực quy y, tịnh hóa tất cả những hành động ma quỷ giống như được một người quyền năng bảo hộ hay giống như thuốc độc bị những câu minh chú tiêu hủy. Thời xa xưa, Ajatashatru, một người xấu ác, đã giết cha, tịnh hóa hết những hành vi ma quỷ và trở thành một vị Bồ Tát nhờ thực hành năng lực quy y. Vậy điều này đã được nhắc tới:*

*Hành giả vắng bặt sự dẫn hướng cho bản thân*

*Nhưng rồi đạt được chính niệm*

*Giống như mặt trăng sáng rỡ*

*Thoát ra khỏi mây mù*

*Giống như Nanda, Anguilimala, Ajatashatru và Udyana*

Câu chuyện của **Ajatashatru** nổi tiếng, ai cũng biết đến, Ajatashatru đã giết cha mình, sau đó vị này hối hận thực sự và đức Phật đã nhận trở thành học trò của người. Về sau vị này trở thành một trong những học trò quan trọng nhất của đức Phật.

 Thậm chí một người có thể phạm ngũ nghịch trọng tội có thể tịnh hóa được nghiệp của mình, nhưng chỉ không thể xuất gia được, nhưng có thể trở thành người thường theo học đức Phật, nhờ phát khởi bồ đề tâm, đã tịnh hóa được mọi nghiệp tiêu cực, và khi chết đi, vị này phải trải qua địa ngục một thời gian ngắn ngủi được nói là “như quả bóng đập xuống đất”, khi quả bóng rổ đập xuống đất, rất nhanh, lại nảy lên.

Vậy chúng ta có thể thấy thậm chí ngũ nghịch trọng tội, một khi đã phạm phải sẽ phải đọa sinh nơi địa ngục không biết đến bao giờ mới thoát, nhưng nhờ có thực hành giáo Pháp, đã được tịnh hóa.

Cho dù **điều gì tệ nhất tạo ra**, chủ thể **vẫn có cơ hội** để tịnh hóa nhờ thực hành Pháp.

*Nếu những hành động ma quỷ có thể được tịnh hóa dù chỉ qua một năng lực của cá nhân, vậy tại sao lại không được tịnh hóa khi tất cả bốn năng lực hợp lại? Dấu hiệu của tịnh hóa những hành vi ma quỷ xuất hiện trong những giấc mơ.*

Chúng ta đã nói về những năng lực tịnh hóa của từng cá nhân, tập trung theo từng cá nhân, ví dụ như Ajatashatru nương vào năng lực quy y vì vị này tập trung vào thực hành trưởng dưỡng bồ đề tâm, điều này không có nghĩa là Ajatashatru không thực hành ân hận, quyết tâm hay sám hối mà tập trung chính vào năng lực quy y, trưởng dưỡng bồ đề tâm. Cũng như vậy với các vị kia, họ tập trung vào một năng lực tùy theo từng cá nhân, thầy không nghĩ rằng Ajatashatru không thực hành ba năng lực còn lại nhưng tập trung chính yếu vào năng lực nương tựa (quy y), cũng như những vị kia.

Câu hỏi: về bản dịch muốn nói rằng tập hợp 4 năng lực lại một lúc hay ý khác? Thầy giải thích: mỗi một vị trong 4 vị kia đã tịnh hóa bằng một trong bốn năng lực tùy theo cá nhân, vậy thì tại sao không khi tập hợp lại cả 4 năng lực.

Khi thực hành tịnh hóa, những giấc mơ có những **điềm báo** xuất hiện.

*Dấu hiệu của tịnh hóa những hành vi ma quỷ xuất hiện trong những giấc mơ. Trong Dharani Thỉnh cầu*

*Trong giấc mơ chúng ta mơ nôn ra thức ăn xấu; uống sữa chua, sữa và vv; nhìn thấy mặt trời, mặt trăng; đi trong bầu trời; nhìn thấy ánh lửa sáng rực; có khả năng chinh phục trâu và mặc y phục mày đen; nhìn thấy những vị bhikshu và bhikshini tụ hội; trèo lên một cây sinh ra sữa, hay trên lưng voi, bò, núi, ngai tòa sư tử, hay cung hoàng đạo, hay nghe thuyết Pháp, và vv, đó là những dấu hiệu của việc tách rời những hành vi ma quỷ.*

Đấy chỉ là 1 vài ví dụ thôi, ngoài ra còn rất nhiều dấu hiệu khác trong giấc mơ. Ví dụ tổ Jigten Sumgon, khi đang nhập thất trên núi, tổ bị ốm rất nặng (khi đấy Tổ bị bệnh hủi – bệnh cùi). Khi đấy Tổ Jigten Sumgon thiền về lòng bi mẫn, và Tổ có những giấc mơ, hay quán thấy, nhìn thấy được những con rắn đang rời khỏi thân thể mình, hay những chất độc hại đang rời thân thể mình.

Đối với từng cá nhân, sẽ có những trải nghiệm, dấu hiệu khác nhau. Khi quán, nhìn như vậy, có nghĩa (dấu hiệu) là tất cả những hành vi ma quỷ đã được tịnh hóa, chúng ta đã rời xa những hành vi độc hại như vậy rồi.

 ***c) Hoan hỷ trong thiện hạnh.*** *Tất cả những công đức thiện hạnh được tích lũy từ trong quá khứ, hiện tại và tương lai là đối tượng thiền về tùy hỷ. Hơn nữa, thiền về sự hài lòng trong hoan hỷ:*

*bất cứ thiện căn nào đã được chư Phật tạo tác từ vô thủy vô chung trong mười phương, thời quá khứ, từ thời gian đầu tiên chư vị phát khởi bồ đề tâm, tích lũy hai bồ tư lương, tịnh hóa hai chướng ngại, cho đến khi chư vị đạt được hoàn toàn giác ngộ;*

Hai chướng ngại là chướng ngại về giải thoát và toàn tri.

*bất cứ thiện căn nào đã được tạo tức khi chư vị quay bánh xe Chính Pháp trân quý sau khi chư vị đạt giác ngộ, hoàn toàn thấm đẫm cho những người học, cho đến khi chư vị nhập Niết bàn;*

Sau khi đức Phật đạt được giác ngộ rồi, một trong những hoạt hạnh tiếp theo là người sẽ tiếp tục truyền giảng cho những người học trò của mình, cho đến khi nào các vị nhập Niết bàn. Nên, đó là những thiện căn.

*bất cứ thiện căn nào được tạo dựng từ khi chư vị nhập đại niết bàn cho đến khi những bài giảng pháp biến mất;*

*bất cứ thiện căn nào được tạo dựng trong giữa những hoạt hạnh của chư vị Bồ Tát;*

*bất cứ thiện căn nào được tạo dựng bởi tất cả hàng Duyên Giác cao thượng đã từng làm;*

*bất cứ thiện căn nào được tạo dựng bởi tất cả hàng Thanh Văn cao thượng đã từng làm;*

*bất cứ thiện căn nào được tạo dựng bởi tất cả những chúng sinh nhân loại.*

Ở đây, thầy có nói rằng là, đối với hàng Thanh văn, Duyên giác, trước khi đạt được quả vị như vậy, họ cần có người thầy, vì họ theo truyền thống của Tiểu thừa. Nên, tại sao những hành động của họ cũng được coi là những thiện căn, đó cũng là những người đi theo gia đình của đức Phật.

Tại sao dùng từ thiện căn, bởi vì đó là những căn nguyên, nguồn để cho chúng ta có thể giải phóng. Đó là những căn có thể giúp chúng ta đạt được giác ngộ. Ở đây, chúng ta phải hoan hỷ với những thiện căn như vậy.

Nếu hoan hỷ với những thiện căn mang tính chất Luân hồi, thì sẽ chỉ là nhân cho chúng ta tái sinh thêm trong Luân hồi, mà không giúp giải thoát.

Ví dụ một ai đó cúng dường với mục đích là trở nên giàu có, và nếu chúng ta hoan hỷ với việc làm của người như vậy, thì có nghĩa là đã hoan hỷ để lấn sâu hơn vào trong Luân hồi.

Nếu một người nào đó cúng dường với một tâm sáng rỡ vì sự giác ngộ, và chúng ta hoan hỷ với việc đấy, thì đấy chính là 1 thiện căn.

Hoan hỷ không có nghĩa là lười biếng, chúng ta không muốn làm, mà chỉ nhìn người khác làm và hoan hỷ. Nếu có tư tưởng đó thì thật là sai lầm.

Chẳng hạn: tôi thấy lười, tôi không làm, nhìn người khác làm, tôi hoan hỷ để được hưởng 1 phần công đức như người đó, nếu nghĩ như vậy thì đã là sai rồi, vì không bao giờ mang lại kết quả như vậy.

Ví dụ, khi thực hành Nyung Nas, có những người không thực hành, mà chỉ ở ngoài hoan hỷ, và hy vọng là có được 1 phần công đức như những người thực hành Nyung Nas, nhưng hoàn toàn không phải vậy. Vì người ta hoàn toàn có thể thực hành được, nhưng vì lười biếng, không muốn làm, chỉ có hoan hỷ thôi, thì người đó không thể nào có được công đức như người thực hành được.

Trong những điều kiện như thân thể, sức khỏe không cho phép, ko có khả năng thực hành được, thì tôi hoan hỷ, lúc đó mới có lợi lạc. Thậm chí, khi thấy các bạn thực hành Nyung Nas, và tôi cũng thực hành như vậy, và đồng thời hoan hỷ, thì tôi được lợi lạc gấp đôi. Thứ nhất, là lợi lạc thực hành cùng các bạn, và thứ 2 là việc tôi hoan hỷ. Như vậy, cùng 1 lúc tôi có được 2 lợi lạc.

Trong này, là danh sách các việc chúng ta hoan hỷ: từ đức Phật – mặc dù Người đã nhập niết bàn, nhưng những thực hành của Người tạo tác, chúng ta luôn luôn nhớ và hoan hỷ với những thiện hạnh Người đã từng làm, dù những thiện căn đã cách đây 2.500 năm rồi.

Sau đấy, đức Phật truyền giảng cho những người học trò, cho đến khi Người nhập niết bàn. Đức Phật Thích ca, sau khi thành đạo rồi, vẫn tiếp tục dạy cho đến năm 83 tuổi, Người nhập niết bàn.

Hàng Thanh văn, Duyên giác hay thậm chí là các chúng sinh nhân loại cũng như vậy. Chúng ta hoan hỷ với những thiện căn như vậy và cũng có được những công đức.

*Tất cả những thiện căn đã được tích lũy-hãy thiền về sự tùy hỷ tất cả. Cùng một cách, hãy tùy hỷ với những thiện căn trong hiện tại và tương lai. Trong nhập Bồ Tát hạnh nói:*

*Con xin tùy hỷ trong sự tỉnh thức của chư Phật*

*Và của các địa tâm linh của chư Bồ Tát*

*Và vv (tức là hàng Thanh văn, Duyên giác)*

Kết thúc phần tùy hỷ: chúng ta cần phải tùy hỷ với tất cả những thiện căn.

***d)******Thỉnh cầu chuyển bánh xe Chính Pháp****. Có biết bao chư Phật trong mười phương không truyền giảng Pháp để tôn trọng Pháp bảo và để cho người khẩn cầu tới chư vị được tích lũy công đức. Tập trung vào những vị Phật như vậy, hành giả khẩn cầu chư vị truyền giảng:*

Hiện nay có rất nhiều vị Phật không truyền giảng giáo pháp, thứ nhất là để những người học tôn trọng giáo pháp, thấy được răng giáo pháp là trân quý. Thứ 2, các đức Phật dạy pháp, bao giờ cũng phải có sự thỉnh cầu.

Đức Phật Thích ca mậu ni, đã im lặng trong 49 ngày đêm, không giảng 1 chút nào. Thứ nhất, là để tạo công đức cho những người thỉnh cầu đức Phật thuyết pháp. Sau khi họ tích lũy được công đức như vậy rồi họ phải hiểu được rằng giáo pháp rất trân quý và họ phải biết tôn trọng giáo pháp.

Cũng như vậy, đối với những vị thầy giáo đi giảng pháp, các ngài không bao giờ giảng nếu không có sự thỉnh cầu của học trò.

- Thứ nhất, khi người học trò thỉnh cầu vị thầy giảng pháp, mới hiểu được mình cần gì trong giáo pháp, và giáo pháp trân quý như thế nào.

- Nếu họ không thỉnh cẩu, vị thầy sẽ không biết là khi truyền giảng như vậy, họ có hứng thú học pháp hay không.

- Thứ 3, khi khẩn cầu thỉnh pháp như vậy, người khẩn cầu đã tạo nên những công đức.

Chính vì vậy, ở đây, những người thầy hay chư Phật, ở đây muốn những người học trò phải có sự khẩn cầu.

Đức Phật Thích ca mâu ni đã im lặng trong 49 ngày đêm, cho đến khi vị Indra và Brama (Đế Thích và Phạm Thiên), đã xuống khẩn cầu, lúc đó, đức Phật Thích ca mới bắt đầu giảng pháp.

*Với hay tay chắp lại con cầu khẩn*

*Xin chư Phật khắp mười phương*

*Hãy rọi soi ánh sáng giáo Pháp*

*Tới tất cả những chúng sinh*

*Đang hoang mang trong bóng tối mê mờ*

Ở đây, tất cả chúng sinh đang bị vô minh bao phủ, con chắp tay lại, khẩn cầu chư vị hãy rọi soi ánh sáng giáo pháp để xua tan bóng tối vô minh của tất cả chúng sinh.

***e) Khẩn nguyện không nhập Đại Niết Bàn****. Có nhiều chư Phật trong thập phương chuẩn bị nhập Niết bàn để trở thành nhân cho tâm trí của chúng sinh từ bỏ kiến về vĩnh hằng và phát triển sự tinh tấn cho những hành giả lười biếng. Tập trung vào những vị Phật này, chúng ta khẩn nguyện chư vị không nhập Niết Bàn. Trong Nhập Bồ Tát Hạnh có nói:*

*Với hai tay chắp lại con cầu khẩn,*

*Chư vị muốn nhập Niết Bàn/xin đừng nhập Niết Bàn*

*Mã hãy ở lại với chúng con/Cho vô số đời kiếp*

*Xin đừng từ bỏ thế gian/Trong bóng đêm mịt mù*

Khi nói rằng, chư Phật nhập Niết bàn (hay đại Niết bàn) nghĩa là nói về cái chết, tại sao nói về cái chết.

Ở đây chư Phật muốn nhắc chúng ta, tất cả mọi sự đều là vô thường và ai cũng sẽ phải chết, không ai thoát khỏi cái chết được.

Tiếp theo chư Phật cũng muốn nhắc rất nhiều người lười biếng, luôn luôn nói rằng là hãy để ngày mai, ngày mai và sức khỏe của chúng ta thì có hạn, ngày hôm nay có thể chúng ta khỏe và ngày mai có thể chúng ta không còn khỏe nữa. Và tiếp theo, chư phật cũng mong muốn là những cái người mà khẩn nguyện như vậy thì họ cũng sẽ có được những công đức. Khi mà chúng ta chết đi thì cái gì chúng

ta mang theo được, chúng ta cũng chả thế nào mang theo được bạn bè, chúng ta cũng chả thể nào mang theo được tài bảo, chúng ta cũng chả thể mang theo được gia đình của chúng ta và thậm chí cái thân thể của chúng ta, chúng ta cũng phải bỏ lại và thần thức của chúng ta rời đi, cái duy nhất để chúng ta có thể mang theo chúng ta sang kiếp sau đó là tất cả các công đức, đó là tất cả các giáo pháp mà chúng ta đã tích lũy được ở trong cái cuộc sống này, đó là những thứ mà chúng ta có thể đem theo được mà thôi, và có một cái nữa mà chúng ta có thể mang theo đi, đó là nghiệp của chúng ta.

Khi chúng ta khẩn nguyện rằng: “Với hai tay chắp lại con cầu khẩn, Xin chư vị muốn

nhập niết bàn, xin đừng nhập niết bàn mà hãy ở lại với chúng con cho vô số đời kiếp, xin đừng từ bỏ thế gian trong bóng đêm mịt mù”. Bới vì khi mà chư Phật đã rời đi rồi, các vị đã nhập hết vào niết bàn rồi thì sẽ không còn ai hướng dẫn cho chúng ta, sẽ không còn ánh sáng của giáo pháp hướng dẫn cho chúng ta nữa và trên thế gian này sẽ trở nên mịt mù vì thiếu vắng trí tuệ và vắng ánh sáng của giáo pháp, cho nên là thế gian này nó sẽ trở nên như vậy. Chính vì vậy vì sao lại khẩn nguyện không nhập niết bàn là như vậy.

Tiếp theo là phần hồi hướng, phần trên là phần kết của phần Khẩn cầu chuyển bánh xe pháp và khẩn nguyện không nhập niết bàn, còn phần hồi hướng là hồi hướng tất cả các thiện căn, hồi hướng mọi thiện căn đã tạo và đã được tạo tác trong quá khứ để xua tan khổ đau của các chúng sinh và là nhân để tạo dựng hạnh phúc. Điều này được nói rằng là: “Nương nhờ những thiện căn con đã tích lũy được sẽ hãy xua tan đi hết tất cả mọi khổ đau nơi tất cả chúng sinh”, hồi hướng như vậy, đó là sự giải thích cho chuẩn bị của Bồ đề tâm. Tại sao chúng ta phải hồi hướng, vì khi chúng ta tạo tác bất cứ một công đức nào mà chúng ta không hồi hướng thì có nguy cơ là công đức của chúng ta sẽ bị phá hủy bởi vì tất cả những xúc tình tiêu cực của chúng ta. Thế cho nên khi ta tạo tác được bất cứ một công đức nào thì ngay lập tức chúng ta phải tịnh hóa trước khi nó bị hủy bới một xúc tình tiêu cực của chúng ta. Thí dụ như là trong “Nhập Bồ tát hạnh” có nói rằng là “chỉ một cơn sân hận phá hủy ngàn kiếp tu”, chính vì vậy, việc hồi hướng là rất quan trọng và nếu như chúng ta không hồi hướng thì có khả năng là các công đức của chúng ta sẽ bị mất hết.