

Giới Luật

Nhìn Theo Phật Giáo Tây Tạng

HT Nhất Chân

---o0o---

Nguồn

<http://phatam.org>

Chuyển sang ebook 28-11-2015

Người thực hiện :

Nguyễn Ngọc Thảo - thao.ksd.hng@gmail.com

Nam Thiên - namthien@gmail.com

[Link Audio Tại Website http://www.phapthihoi.org](http://www.phapthihoi.org)

Mục Lục

Chương I: Biệt Giải Thoát Giới (Pratimoksa)

Chương II: Giới Luật Và Giới Tướng

Chương III: Biệt Giải Thoát Giới

Chương IV: Karma Và Sự Tích Tập Công Đức

Chương V: Các Pratimoksa Ngoài, Trong, Và Bí Mật

Chương VI: Chín Phương Diện Của 1 Bậc Thánh

---o0o---

Chương I: Biệt Giải Thoát Giới (Pratimoksa)

Đức Phật thuyết 3 loại giáo pháp. Giáo pháp thứ nhất thuộc về giáo lý Tứ Diệu Đế được Ngài thuyết giảng tại Ba La Nại (Sarnath), Ấn Độ và trở thành cơ sở nền tảng cho trường phái Thượng Tọa Bộ (Theravadin). Giáo pháp thứ hai thuộc hệ Tính Không được Ngài thuyết tại Linh Thứu (Rajagriha) và trở thành cơ sở cho Đại Thừa Phật giáo. Giáo pháp thứ ba thuộc hệ Kim Cương Thừa (vajrayana) được Phật nói ra ở nhiều địa điểm khác nhau. Ba La Đề Mộc Xoa (pratimoksa) (Thực ra có đến tám loại giới ba la đề mộc xoa (pratimoksa). Các tu sĩ mới thọ giới cụ túc là thọ tỳ khưu (bhiksu) giới, và bên ni là thọ tỳ khưu ni (bhiksuni) giới, khoảng trên mấy trăm giới. Kế đến là giới cho các tăng mới xuất gia (sramanera) và các ni mới xuất gia (sramanerika) và các ni trong

giai đoạn "tu học" (siksamana). Kế đến là năm giới dành cho các cư sĩ nam (upasaka) và các cư sĩ nữ (upasika). Và sau cùng hết là giới vào các ngày trai (upavasatha) mà bất cứ ai cũng thọ được) hiện vẫn đang được thực hành tại các xứ Miến Điện, Tích Lan và Thái Lan. Ở Đại Hàn và Trung Hoa nơi mà giáo lý Đại Thừa hoàn toàn chiếm ưu thế trên phương diện tu tập, thì ba la đề mộc xoa cũng được thực hành, song Bồ đề tâm giới vẫn là điểm được nhấn mạnh hơn. Ở Tây Tạng cả ba cấp bậc giới luật đều được thực hành : Ba la đề mộc xoa, Bồ đề tâm (bodhicitta) và Luật nghi của Kim cương thừa (vajrayana).

Bên ngoài nhìn vào, vấn đề giới luật đối với tăng ni Tây Tạng có vẻ hơi bị thả lỏng. Các tu sĩ thuộc thượng tọa bộ hay đại thừa đôi khi cho rằng tu sĩ Tây Tạng quá thả lỏng đến mức như họ không còn giữ giới nữa. Điều này không đúng. Ở Ấn Độ, người tu có thể đi khất thực vào buổi sáng và trở về vào buổi trưa. Nhưng ở Tây Tạng không có các thành phố lớn và các làng mạc Tây Tạng lại cách xa và rải rác. Thế nên nếu các tu sĩ lên đường đi khất thực vào bốn giờ sáng, thì phải tận đến chiều tối họ mới trở về đến và do đó không thể tu tập và học hỏi gì được nữa. Vì vậy, các bậc pandita và siddha Tây Tạng trong quá khứ đã quyết định thay vì bỏ cả ngày ra để đi khất thực, thì tốt hơn là để cho các tăng ni dành thì giờ ấy mà tu học. Thế nên tu sĩ Tây Tạng không đi khất thực.

Tu sĩ Tây Tạng cũng ăn sau giờ Ngọ mà đối với một số người, thì như thế cũng là phạm giới (trong các Kinh Điển đức Phật đặc biệt tuyên thuyết rằng tăng ni không được ăn các đồ ăn cứng sau giờ Ngọ). Song điều này cũng có lý do của nó. Ở Ấn Độ, chư tăng đi khất thực vào buổi sáng, trở về vào buổi trưa và thiền định vào buổi chiều. Khất thực cả sáng lẫn chiều là không đúng. Bởi vì đồ ăn của tăng sĩ hoàn toàn dựa vào khất thực, nên đức Phật cấm tăng ni ăn vào buổi chiều. Tuy thế, ở Tây Tạng tăng chúng không đi khất thực nên có thể ăn vào buổi xế trưa hay là buổi chiều nếu họ vẫn còn đói để họ tu học được tinh tiến hơn. Tuy nhiên, suốt thời gian sám hối mỗi tháng hai lần và suốt thời gian an cư mùa mưa, thì đúng là phải dừng ăn chiều để tưởng nhớ đến những giáo huấn của đức Phật.

Tu sĩ Tây Tạng còn ăn thịt trong khi tu sĩ Trung Hoa thì không ăn. Song ngay cả tu sĩ của Thượng Tọa Bộ cũng ăn thịt lại cũng vì khi họ đi khất thực, họ phải nhận bất cứ đồ ăn nào mà thí chủ thí cho, dù đó là thịt, cá hay rau. Bởi vì người tu có thể phải nhận thịt trong khi khất thực, nên đức Phật trong Giới Kinh (Vinaya sutra) không cấm việc ăn thịt. Tu sĩ Trung Hoa không ăn thịt song họ lại ăn đồ biển. Họ không ăn thịt bởi không ăn thịt thì hàng trăm con trùng có thể có trong thịt ấy sẽ được cứu thoát. Cũng giống vậy, ở Tây Tạng chỉ có những thịt thuộc về những con vật to lớn mới được ăn. Thế nên, chẳng hạn

như, thịt của một con yak (trâu) đủ cho một vị tăng dùng trong một năm. Lại nữa, ăn rau cỏ, người ta có thể giết nhiều hữu tình hơn là ăn một con yak trong công việc trồng trọt các loại hoa màu. Vì thế các pandita và các siddha của Tây Tạng quyết định rằng thà ăn một con yak vẫn tốt hơn là giết quá nhiều sinh vật nhỏ và như thế vẫn giữ được giới một cách thích đáng. Bằng cách chỉ ăn loài vật lớn, thì không những Ba la đề mộc xoa giới, mà cả Bồ đề tâm giới (Bồ đề tâm giới sẽ giải thích cận kề ở phần sau là tâm nguyện cứu giúp tất cả hữu tình đạt đến giác ngộ) và Kim cương thừa giới (Kim cương giới cũng sẽ được giải thích chi tiết hơn trong các đoạn sau là trì giữ tất cả các tâm nguyện và thực hành) cũng đều giữ được. Tôi cũng tin rằng mình nên ngưng không ăn thịt các loại thú nhỏ nữa mà chỉ ăn thịt các con thú lớn thôi. Tuy nhiên, điều ấy không có nghĩa rằng tu sĩ Tây Tạng là những người trì giới toàn hảo.

Tu sĩ Tây tạng đắp y màu nâu sẫm trong khi tu sĩ Thượng Tọa Bộ mặc màu vàng và tu sĩ Trung Hoa mặc màu đen. Đức Phật chế các tu sĩ thọ cụ mặc các y đỏ, vàng hay xanh lơ với màu nâu sẫm không được đức Phật cho phép. Thế nên các tu sĩ Phật giáo đại thừa và Thượng Tọa Bộ không dùng y màu nâu sẫm. Tuy nhiên, các pandita và các siddha Tây Tạng bác bỏ màu xanh lơ bởi vì đó là màu của cư sĩ mặc và chọn lấy màu nâu sẫm thế vào. (Theo Khenpo Kartha, màu nâu sẫm hầu như không sẵn có ở Ấn Độ, thế nên rất đắt giá đối với việc y áo của một tu sĩ. Cũng theo Khenpo Kartha màu nâu sẫm lại có rất nhiều ở Tây Tạng và vì thế không hề đắt và dễ có được.)

Vào thời đức Phật, các tu sĩ ở Ấn Độ không mặc kiểu áo ngoài như các tu sĩ Tây Tạng hiện đang mặc và để trần phần thân trên. Khi các pandita Ấn Độ đến Tây Tạng, các ngài thấy nơi đây quá lạnh nên họ phải suốt ngày đắp các chăn mền dùng khi ngồi. Thế nên kiểu áo ngoài được cóp pi theo đó và sau đó kiểu áo được thay đổi để biểu tượng cho sáu Ba la mật (paramita). Rồi kiểu áo này trở thành đồng phục của tu sĩ Tây Tạng.

Giờ đây chúng ta ở đất Mỹ, và các tăng ni thọ cụ túc đang đông đảo dần. Tôi tin rằng trong xã hội hiện đại, đi ra ngoài khát thực không thích hợp nữa, nhưng ăn uống theo lễ lối của tu sĩ Tây Tạng sẽ thích hợp hơn, như ăn đồ ăn vào chiều tối.

Hỏi : Rinpoche, ở phương Tây, chúng tôi thường có quan niệm rằng một con vật như con chó hay con bò thì quý hơn là một con sâu hay con kiến.

Rinpoche : Theo truyền thống Phật giáo, bất cứ gì có sự sống là có cảm giác. Thế nên chẳng có gì khác biệt dù đó là vật nhỏ hay lớn. Tuy nhiên, giết một con người bị coi là một nghiệp rất ác, bởi vì con người có thể đạt đến một cứu

cánh cao cả hơn và có ích lợi cho những hữu tình khác. Song không có gì khác biệt giữa chó, sâu và bò.

Hỏi : Một trong những mâu thuẫn mà chúng tôi gặp phải đối với các bạn bè không phải Phật giáo, đó là họ nói rằng chúng ta không giết nhưng chúng ta ăn thịt. Chúng tôi trả lời phải, nhưng đó là qua đến "tay thứ ba" rồi. Nhưng nói thế vẫn không giúp họ hiểu nổi. Ngài có thể nói đôi chút về việc thịt mà đã qua đến "ba tay" rồi chăng ?

Rinpoche : Đức Phật chế định rằng chúng ta có thể ăn thịt nếu chúng ta tránh khỏi ba trường hợp ý thức như sau, rằng (a) mình không trực tiếp giết con vật ấy để ăn, (b) mình không bảo người khác giết con vật ấy cho mình ăn, và (c) con vật ấy hoàn toàn không phải là bị người khác giết để cho mình ăn. Nếu chúng ta không hề ở trong ba trường hợp nhận thức như vậy, thì thịt ấy ăn được.

Hỏi : Ở vùng này có nhiều người đánh cá vốn dân địa phương, họ đánh cá để sinh sống và đưa cá lại cho chúng tôi, có khi do chúng tôi đặt mà cũng có khi như quà cáp cho chúng tôi. Tôi không biết làm sao để đả thông được các trường hợp này.

Rinpoche : Đừng có nói, "Làm ơn đem cá lại cho tôi" nữa. Nhưng nếu họ đem cá đến để biếu tặng, thì điều đó đâu có sao.

Hỏi : Chúng ta có nên mua cá ở ngoài bến hay không ?

Rinpoche : Được, vì lúc ấy mình mua một con cá chết mà. Khi cá đã chết rồi, thì hoặc mình mua hay họ tặng mình, cũng giống nhau thôi.

Hỏi : Nếu mọi người không ai mua cá nữa, họ sẽ không giết cá nữa.

Rinpoche : Cho dù Phật tử chúng ta không ăn cá nữa, thì vẫn có khối người khác vẫn cứ ăn cá.

Hỏi : Nhưng với giới không sát thì sao ?

Rinpoche : Ăn thịt và giữ giới không sát hoàn toàn khác hẳn nhau bởi vì chúng ta không tự tay giết cá, chúng ta mua nó từ nơi người khác. Nếu chúng ta ngưng không giết thú vật để ăn nữa, thì đó là một việc làm ích lợi cho loài vật. Tuy nhiên, nếu có một con vật đã bị giết rồi, thì không ăn nó cũng chẳng giúp gì cho con vật chết ấy và thịt ấy sẽ thối rữa mà thôi.

Hỏi : Nhưng nó vẫn luôn đưa đến ý nghĩ rằng con vật sẽ bị giết. Thực ra, đó là hành động ác được đưa sang cho người khác để mình được thanh tịnh. Nếu chúng ta là một bodhisattva tốt, chúng ta nên chính mình nhận lãnh lấy thay vì là đưa sang cho người khác.

Rinpoche : Chúng ta phải gánh chịu lấy karma của chính mình. Điều quan trọng nhất là ngăn chặn mình đừng làm các ác nghiệp. Điều càng tốt nữa là mình khuyên người khác đừng làm ác. Nhưng phần nhiều đều tùy thuộc vào cá nhân. Chẳng hạn, tôi có lần đã phạm một lỗi lầm giống vậy. Tôi thấy có màng lưới nhện trong phòng tắm và nghĩ rằng con nhện sẽ giết nhiều loại côn trùng khác. Thế nên tôi lấy ngón tay gỡ màng nhện đi để con nhện khỏi có được đồ ăn. Đúng ra ý của tôi là bảo vệ cho các côn trùng nhỏ mà con nhện sẽ giết để ăn, nhưng ngược lại con nhện lại bị tổn hại vì nó không có được đồ ăn và thành chết đói.

Hỏi : *Chogyam Trungpa Rinpoche đề nghị rằng chúng tôi hãy cố là những người ăn chay đúng nghĩa ở Gampo Abbey này, có nghĩa là chúng tôi cần phải có một khu vườn. Thế nên chúng tôi phải giết sâu bọ nếu chúng tôi muốn có được cà rốt cùng tỏi và khoai tây.*

Rinpoche : Điều quan trọng nhất là ý định trong tâm. Vì chúng ta có ý định trong tâm là không giết hại hữu tình, nên dù chúng ta có đào đất trồng rau, thì điều ấy cũng không có hại gì. Điều quan trọng theo như Vinaya là không cố ý giết.

Hỏi : *Giả như ở Boulder, Colorado có một ngàn Phật tử và mỗi người mỗi tuần ăn một con gà: thì con số sẽ là 52.000 con gà trong một năm. Và vì mọi thứ đều được điện toán hóa, các nhà sản xuất biết ngay là họ sẽ phải nuôi thêm 52.000 con gà vì họ biết là người ta sẽ ăn chúng. Nếu người Phật tử không ăn gà, họ sẽ không nuôi số gà ấy.*

Rinpoche : Nếu hôm nay ta mua khoảng tám trăm con cá ở chợ, ngày mai sẽ có tám trăm con cá mới được thả vào. Hành động nào cũng là karma của họ, không phải của chúng ta. Nhưng từ quan điểm của riêng của mình thì có thể có cái nèn tảng ấy, nhưng không hề cố ý hay có ý định trong tâm như thế. Như thế mình có thể có ý ăn thịt, nhưng mình không hề có ý giết con vật. Bởi vì cả bốn duyên sát đều không hội đủ, nên đó không phải là phạm giới.

Hỏi : *Còn như cái ý định thiết thực cố cản người không sát thì sao ? Nếu 1.000 người Phật tử không ăn gà nữa, thì họ sẽ thực sự có được cơ hội để cản những người nuôi gà khỏi phải giết. Họ không kiếm ra tiền, nên họ không giết chúng làm chi.*

Rinpoche : Ở cõi này chúng ta không thể bảo kẻ khác đừng giết. Chẳng hạn, trong các đại dương biết bao loại cá nhỏ bị cá lớn giết hại? Điều quan trọng với chính chúng ta là đừng giết, và bằng cách đó chúng ta có thể ngưng sát sinh. Nhưng không thể bảo người khác được.

Hỏi : Tại Gampo Abbey mọi người thọ năm giới mỗi ngày. Nếu như chúng ta thọ giới không sát này theo như nghi thức trong khi biết rằng lát nữa trong ngày ấy chúng ta sẽ nhấn một cái xéng vào rất nhiều con sâu hoặc bất cứ con gì. Vậy thì có khác gì chẳng nếu tâm nguyện của chúng ta ở đây chỉ là để có được đồ ăn ? Và có khác gì chẳng nếu như giới ấy được thọ nhận hay không nhận theo như nghi thức ?

Rinpoche : Rất nên thọ nhận lấy giới này ngay dù chúng ta có thể giết côn trùng trong lúc làm việc. Bởi vì do chúng ta có ý định trong tâm là không giết chúng, thế nên chúng ta sẽ không hề giết một cách cố ý.

Hỏi : Chúng ta thường hay phải quyết định rằng trường hợp nào có lợi hơn. Trong xã hội hiện đại người ta thường quyết định giết một số thú vật để đưa lại những lợi ích lớn hơn, chẳng hạn, sự chặn đứng bệnh sốt rét mà vốn do muỗi truyền đi. Cách thức duy nhất để chặn đứng căn bệnh sốt rét này là giết muỗi.

Rinpoche : Tôi cho rằng nếu chúng ta có một tâm nguyện thanh tịnh vì lợi ích cho những người khác thì có giết côn trùng cũng không sao. Nếu chúng ta do tham danh tham tiền mà đi giết muỗi với tâm ý ấy, thì, dĩ nhiên, đó là điều ác.

---o0o---

Chương II: Giới Luật Và Giới Tướng

Suốt thời gian trị vì của vị vua pháp đầu tiên của Tây Tạng Songtsen Gampo (617-698 C.E.), sự thực hành giáo lý Phật giáo được đưa đến với người cư sĩ và khoảng bốn thế kỷ sau đó sự thực hành trong các tu viện tăng sĩ được thành lập. Tuy nhiên, ở Mỹ sự thực hành cho cư sĩ và cho các tu viện được thành lập cùng một lúc (vào các năm 1970) trong vòng một thế hệ. Ở Tây Tạng các người tu tại gia để tóc dài và mặc đồ trắng còn các tăng sĩ thì mặc y nâu sẫm và vàng. Sau đó dưới triều vua Langdarma (trị vì 901-906 C.E.), giáo pháp của đức Phật bị đàn áp bằng cách loại trừ hết mọi người xuất gia, nhưng các người tu tại gia vẫn có thể tu trì theo giáo lý. Đó là lý do tại sao người tu tại gia rất được coi trọng trong truyền thống Tây Tạng.

Thọ cụ túc giới đưa lại cho tăng ni có nhiều cơ hội để tu tập và học hỏi nhằm giúp họ có được một đời sống an lạc. Cái giới luật (sila) này, nghĩa nôm na là "mát". Mát là điều hết sức quan trọng ở Ấn Độ vì đó là một xứ rất nóng. Đức Phật ví đời sống của người tại gia như một hầm lửa, bởi tâm họ luôn bị dày vò bởi đủ mọi vấn đề thế tục và họ không ngót dính vào biết bao các hoạt động bận rộn. Trong khi đời sống của tăng ni giống như ở trong căn nhà mát,

vì họ không có các lo âu thế tục như con cái, vợ chồng, hay các sở hữu thế gian phải lo toan. Sự sống của người tại gia có vẻ như thích thú hơn vì họ được ca hát, nhảy múa đủ thứ, nhưng thực ra đời sống tu viện an lạc và hài hòa hơn nhiều. Các thú vui và thụ hưởng của cuộc sống tại gia không có thực chất và căn bản là khổ đau. Thế nên tại sao, sau khi thọ giới, sẽ có nhiều cơ hội và thời gian để tu tập và thiền định cho thích đáng. Sau khi thọ giới, người ta có thể cảm thấy bị tù túng bởi mình không được làm cái này làm cái kia, nhưng thực ra, do vì chúng ta bỏ được những gì cần phải bỏ, chúng ta thấy mình thoải mái hơn trong một tình trạng giản dị và nhẹ nhàng hơn.

Có bốn giới tướng mà các vị tăng ni phải thọ nhận.

Giới thứ nhất là không được trộm cắp. Chúng ta có thể cho rằng nếu lấy được vật gì mà chủ nhân không hề hay biết tức chúng ta sẽ có vật ấy mà khỏi phải tốn tiền. Chúng ta có thể thành công lần đầu tiên chúng ta trộm mà không bị phát giác hoặc chúng ta có thể bị bắt tại trận. Nếu chúng ta thành công, tâm chúng ta sẽ không hài lòng và chúng ta sẽ muốn nữa và nữa và trở thành thói quen trộm cắp. Tuy nhiên, nếu chúng ta phát nguyện trước thầy mình hay trước tượng của đức Phật, kể từ giờ trở đi không ăn trộm nữa, chúng ta sẽ không sợ bất cứ người nào khác. Vấn đề của chúng ta được giải quyết và chúng ta cảm thấy mình được nhiều tự do hơn.

Giới thứ hai là không dâm dục. Một chàng trai lái một chiếc xe hơi đẹp với cô bạn gái kề bên có thể là những giây phút rất thích thú, nhưng bên trong có thể chàng ta không ngớt lo âu là mình sẽ làm điều gì đó khiến cô gái kia buồn, khiến cô ta giận hờn, hoặc chàng làm sao đó mà cô ta không hạnh phúc nữa. Vì thế nếu chàng và nàng có liên hệ tốt với nhau, nó sẽ có vấn đề; nếu hai bên liên hệ không tốt đẹp thì nó lại có vấn đề một cách khác. Nhưng nếu chúng ta phát nguyện không dâm dục, thì ngay sau đó trở đi, chúng ta sẽ thoát khỏi mọi kiểu khổ đau cứ không ngớt lo lắng về liên hệ nam nữ như thế.

Giới thứ ba là không sát sinh. Nếu chúng ta chưa thọ giới, chúng ta có thể giải quyết vấn đề bằng cách giết kẻ thù và bỏ trốn. Nhưng thân quyến và bằng hữu của kẻ thù sẽ lại trở thành kẻ thù của chúng ta để tăng thêm cho vấn đề. Cũng vậy, chúng ta có thể không thọ giới không sát này chỉ vì chúng ta tin rằng tình trạng này sẽ không bao giờ xảy ra. Mà ngày nào đó tình trạng này có thể sẽ xảy đến. Thế nên, nếu chúng ta thọ giới không giết, chúng ta sẽ thoát được hoàn toàn niềm đau khổ do các vấn đề ấy gây ra.

Giới thứ tư là không nói dối. Người ta cho rằng người ta có thể tránh thoát các vấn đề bằng cách nói dối, nhưng không phải vậy. Sakya Pandita có nói rằng bằng cách nói láo, chúng ta có thể có ý muốn lừa dối kẻ khác, nhưng thực ra, lại

là chúng ta tự lừa dối mình đó thôi. Nếu mình đã một phen nói láo, thì sau đó người ta sẽ không tin mình nữa dù mình nói sự thật. Nếu mình nói láo với kẻ thù hay với người mà mình không tin tưởng, thì rồi người ấy sẽ dứt khoát không tin mình nữa. Nếu mình nói láo với người mà mình có liên hệ tốt, thì từ đó trở đi họ sẽ mất tin tưởng vào mình và sự liên hệ sẽ bị tan vỡ. Vì thế ngay khi khởi sự nói láo chúng ta sẽ trở thành như một âm vang và không ai tin mình nữa.

Bốn duyên

Theo như giáo lý của đức Phật, nếu chúng ta tuân hành theo các giới không trộm, không sát, không dâm, và không vọng, thời đời sống chúng ta sẽ rất hài hòa và "mát mẻ" với các giới luật này.

Với mỗi giới trong bốn giới này cần phải có bốn duyên hội đủ trước khi giới ấy thực sự bị phạm. Bốn duyên này là : cảnh, tướng, hưng phương tiện, và thành cứu cánh. Nếu chúng ta thọ giới không trộm cắp, thì "cảnh" là những gì thuộc về người khác và có ích cho họ. Nếu chúng ta lấy những gì không đáng giá như cây kim, sợi dây của ai đó, thì điều này không hại lắm. Duyên thứ hai là "tướng" (tức ý định trong tâm). Nếu chúng ta có tâm ý xấu và biết rằng các vật này thuộc về người khác và muốn trộm chúng, thì như thế là thành ăn trộm. Tuy nhiên, nếu chúng ta không có ý trộm, như lấy làm đồ của người khác hay lấy các đồ của bạn bè biết rõ là bạn không hề phản đối, thì đó không phải là nghiệp xấu. Duyên thứ ba là "khởi phương tiện". Chỉ mới có ý định trộm cắp chưa phải là tội. Nhưng tiếp theo ý định này bằng một hành động trộm thì dứt khoát đó là một nghiệp ác. Duyên thứ tư là "thành cứu cánh". Nếu, chẳng hạn như, chúng ta có ý định trộm vật có chủ song vì quá bệnh đến nỗi không lấy được gì hết, thời đó không phải là một nghiệp ác đưa đến một karma ác.

Đối với những ai đã thọ cụ và lãnh các giới tướng rồi, thì cảnh của giới không sát là con người. Tuy nhiên, đối với những ai chưa thọ cụ nhưng đã thọ lãnh giới tướng, thì cảnh là bất cứ gì có tâm thức. Duyên thứ hai "tướng" rất quan trọng trong khi chúng ta trồng trọt, chúng ta có thể sơ ý giết nhiều sâu bọ. Hoặc chúng ta có thể ném một hòn đá từ đỉnh đồi mà vô tình có thể làm thiệt mạng một con vật. Duyên thứ ba là "khởi phương tiện". Cho dù chúng ta có ý định giết một con người hay một hữu tình song bao giờ mà hành động ấy chưa được tiến hành, thì giới không bị phạm. Duyên thứ tư là "thành cứu cánh". Dù chúng ta đã có ý giết người và khởi phương tiện để giết, nhưng người kia không chết, thời không có tội sát chi hết.

Chính Đức Phật nói rằng cả bốn duyên này cần phải hội đủ để thành được tội căn bản. Thế nên nếu bốn duyên ấy hội đủ đối với một giới nào đó, thì giới ấy bị phạm, nhưng nếu bốn duyên không hội đủ, thì giới không bị phạm.

Hỏi : *Ngài nói rằng cảnh của sát là những gì có tâm thức. Ngài có thể nói thêm nữa về các hữu tình hoặc các dạng loại cao hơn được chăng ?*

Rinpoche : Nếu chúng ta cắt hay huỷ các hoa lá, rau cỏ, chúng sẽ chết bởi vì chúng có sự sống, nhưng chúng không có cảm giác hay tâm thức. Thế nên tâm thức là nói cho súc vật và sâu bọ hoặc bất cứ gì có cảm giác. Theo khoa học, ta có thể phân biệt các sắc thái khác nhau về hữu tình và vô tình, nhưng riêng tôi thì phân biệt hữu tình và vô tình theo như giáo lý của đức Phật.

Hỏi : *Thưa Rinpoche, có lẽ tôi hiểu sai những gì ngài nói khi ngài nói về cảnh. Ngài phân biệt cảnh thành khác nhau giữa hoặc chúng ta là một người thọ cụ túc và hoặc chúng ta chỉ thọ giới tại gia. Tôi mới cho rằng cảnh đối với người thọ cụ túc là một tình trạng hạn hẹp hơn, nhưng hình như nó lại là ngược lại.*

Rinpoche : Đó không phải là một sự hiểu sai, những người thọ cụ túc đã nhận lấy tâm nguyện không giết người. Nếu họ giết côn trùng hay các con vật nhỏ, thì đó là một tội lỗi, dĩ nhiên, nhưng đó không phải là một sự phạm giới thuộc thiên tội ba dật đề (parajika) của các vị tu sĩ đã thọ cụ. Nhưng trường hợp những người đã thọ giới tại gia, chẳng hạn như các ưu bà tắc (upasaka), thì vì họ đã phát nguyện không giết bất cứ chúng sinh nào, nên nếu họ giết một con côn trùng hay con vật nhỏ, là họ thành phạm giới. Khi tôi nói thọ cụ là tôi muốn nói thọ giới Tỳ khuru (gelong). Các vị tân xuất gia và các vị thọ cụ đều có cùng một tâm nguyện như vậy.

Hỏi : *Thưa Rinpoche, trong tăng đoàn (sangha) của chúng ta, việc uống rượu và các liên hệ ái dục rất là lan rộng, đôi khi đưa đến tình trạng hỗn loạn bởi vì mọi người không biết đối xử làm sao cho đúng đối với các việc này. Nếu chúng ta thọ giới để là một người tu tập tại gia, thì có thể chúng ta là người duy nhất trong tăng đoàn làm như thế và điều ấy rất khó mà kiên trì được.*

Rinpoche : Nếu chúng ta thọ giới, thì rất tốt; nhưng ngay dù không thọ giới, chúng ta vẫn có thể tu tập giới. Vấn đề ở đây là vấn đề ý định trong tâm mình. Trong Túc Sinh Truyện (Jataka), các truyện kể về các đời trước của đức Phật, có một câu truyện khi đức Phật là một thuyền trưởng của một con tàu với năm trăm thủy thủ. Tên của Ngài vào lúc ấy là "Đại Đảm". Có một kẻ rất ác có ý định giết hết cả năm trăm hành khách trên tàu bằng cách đục tàu thủng một lỗ. Đại Đảm thấy người kia sắp đục thủng tàu và nghĩ rằng đó là một tội lỗi lớn của kẻ kia đi giết năm trăm người như vậy. Đại Đảm nghĩ, "Nếu ta giết kẻ ác này, thì sẽ cứu được mạng của năm trăm người kia và cũng cản được kẻ

ác kia khởi rơi vào địa ngục". Thế nên Đại Đảm giết kẻ kia bằng cách dùng búa đập vào đầu hắn. Thế nên giết một kẻ có ác tâm không phải là một tội lỗi của Đại Đảm, đúng hơn lại là một hành động phúc đức. Đó là lý do tại sao ý định trong tâm rất quan trọng. Trở lại vấn đề rượu và ái dục mà anh nói là mâu thuẫn với sự tu tập pháp (dharma). Dựa trên các hành động này, nhiều người sẽ càng để ý đến và có thái độ đối với việc tu tập pháp. Tôi cho rằng rượu và dâm dục không phải là điều xấu cho người tại gia. Tuy nhiên, đối với các tăng ni đã thọ giới, thì vấn đề lại khác hẳn.

Hỏi : Rinpoche, trong văn hóa Tây phương có một khái niệm về "nói láo trắng" (white lie) nghĩa là, đôi khi mình láo là vì người. Chẳng hạn như chúng ta có thể nói với mẹ mình một điều gì đó hoàn toàn không đúng thật chỉ vì chúng ta không muốn làm bà buồn lòng.

Rinpoche : Nói láo trắng ấy không hề xấu vì chúng ta nói nó với một ý định tốt trong tâm.

---o0o---

Chương III: Biệt Giải Thoát Giới

Chữ Tây Tạng nói "biệt giải thoát giới" là so sor tharpa dompa hoặc theo Phạn ngữ là Pratimoksa. Chữ pratimoksa hoàn toàn đồng nghĩa với chữ chỉ cho giới luật (sila) mà chúng ta đã nói đến rồi. Sự giải thoát tạm thời có nghĩa là giải thoát khỏi các khổ đau và phiền toái trong đời sống hàng ngày. Còn cứu cánh giải thoát là cứu cánh thoát khỏi khổ đau của luân hồi (samsara). Chữ Tây Tạng so sor hay prati của Phạn ngữ có nghĩa là "cá nhân" hay "riêng tư". Thí dụ như nếu chúng ta giữ giới không sát, thì cá nhân chúng ta sẽ thoát khỏi mọi hậu quả xấu do nghiệp sát mang lại. Nếu chúng ta nguyện thọ giới không trộm và không trộm, thì chúng ta sẽ thoát khỏi các nguyên nhân đau khổ đến từ trộm cắp. Cứ thế, cứ giữ hết mọi giới, chúng ta sẽ thoát khỏi mọi khổ đau. Bản chất của Pratimoksa giới căn bản là không làm hại người khác dù trực tiếp hay gián tiếp. Nguyên nhân trực tiếp gây tổn hại là giết hoặc ăn trộm. Một điển hình cho nguyên nhân gián tiếp là ca hát nhảy nhót, các điều này không có những kết quả tai hại trực tiếp, song dần dà nó sẽ đưa tới những tai hại. Thế nên bản chất của pratimoksa là lìa bỏ những nguyên nhân hàng đầu trực tiếp hại người khác lẫn các nguyên nhân phụ thứ gián tiếp gây tai hại.

Khi chúng ta nguyện thọ pratimoksa, thì ý nguyện trong tâm chúng ta có thể bất tịnh và ý nguyện ấy cần phải được lìa bỏ. Có hai loại ý nguyện bất tịnh.

Một là chúng ta có thể có những mong cầu các lợi dưỡng nhất thời có được do thọ giới hoặc chúng ta mong muốn mình khỏi bị các trường hợp bất lợi như bệnh tật. Hai là chúng ta có thể mong được người khác cung kính tôn trọng hoặc nhằm trốn tránh các luật pháp nhờ vào sự thọ giới này.

Ý nguyện thọ giới cũng có hai loại. Loại thứ nhất không phải là ý nguyện vào lúc thọ giới pratimoksa, mà là sự tu tập Bodhicitta (Bồ đề tâm) vì lợi ích cho tất cả chúng sinh. Loại thứ hai là ước nguyện tận diệt tất cả mọi khổ đau trong đời này cũng như trong các đời tương lai. Giới luật giống như viên ngọc như ý bảo châu. nếu chúng ta coi giới luật như một nguyên nhân được lợi lạc tạm thời, thì pratimoksa giới sẽ mang lại cho chúng ta những nhẹ nhõm tạm thời khỏi đau khổ. Nếu chúng ta lìa bỏ cái tâm tưởng lợi lạc tạm thời ấy và nhìn pratimoksa giới như là nguyên nhân để tận diệt khổ đau, thì rồi ra nó sẽ trở thành nguyên nhân cho chúng ta cuối cùng thoát khỏi samsara.

Khi chúng ta nguyện thọ tâm nguyện giới Pratimoksa chúng ta theo gương các vị A La Hán (Arhat) trong quá khứ và chúng ta phát nguyện rằng chúng ta sẽ theo con đường của các ngài đúng hệt không khác. Trước hết chúng ta có ý nguyện thọ giới, rồi chúng ta thọ tâm nguyện giới, và cuối cùng chúng ta phải giữ các giới tướng. Chúng ta phát nguyện như sau :

Đúng như chư A la hán trong quá khứ thọ trì các giới không sát, không trộm, không dâm, không nói láo, không uống rượu v.v... cũng vậy con nay cũng sẽ thọ trì các giới ấy.

Chư A la hán trong quá khứ lìa bỏ mọi tâm niệm làm tổn hại hữu tình khác và lìa bỏ các nguyên nhân làm tổn hại hữu tình khác. Sau khi lìa bỏ mọi thứ phải lìa bỏ và sau khi chúng trì mọi thứ cần chúng trì, cuối cùng các ngài chứng được A la hán quả. Con nay cũng vậy và nguyện tu đạo như chư A la hán đã tu.

Vào lúc thọ tâm nguyện pratimoksa chúng ta cần phải có y màu vàng (chogo), bát, và một cái lọc nước. Mục tiêu phải có ba thứ này là để khỏi làm tổn hại hữu tình khác. Nước được dùng để uống hay tẩy rửa cần phải được lọc qua cái lọc nước để khỏi làm tổn hại các sinh vật hay côn trùng nhỏ mà có thể có ở trong nước.

Để giữ trọn các tâm nguyện giới, chúng ta phải luôn luôn niệm và quán sát và chúng ta phải luôn lìa bỏ những gì cần được lìa bỏ. Nếu các phần nào đó của tâm nguyện giới (thọ thể) bị xâm hại, thì sự xâm hại này không được bỏ mặc đó mà cần phải được sửa đổi lại. Đức Phật dạy là chúng ta phải hết sức coi trọng giới luật mà chúng ta đã thọ, chúng ta phải trân quý gìn giữ giới luật. Giữ giới luật có nghĩa là niệm và quán liên tục và sửa chữa lập tức khi các tâm

nguyện ấy bị vi phạm. Đức Phật dạy rằng để giữ các tâm nguyện được thanh tịnh, chúng ta ít nhất cần phải có đủ hai duyên này. Nếu chúng ta có được hoặc một trong hai duyên ấy, thì chúng ta có thể tăng trưởng giới luật mà chúng ta thọ và chứng được những gì cần phải chứng và đạt đến quả vị A la hán. Nếu chúng ta không có duyên nào hết, thì chúng ta không thể tăng trưởng được giới luật chúng ta thọ và không sao đạt đến mục tiêu cứu cánh.

Sự lưu truyền pratimoksa ở Tây tạng vốn là từ truyền thống Mulasarvastivadin (Căn Bản Thuyết Nhất Thiết Hữu) mà ra. Theo các nhà Mulasarvastivadin này, thì các tâm nguyện giới của người xuất gia thọ cụ, của các tân xuất gia và của cư sĩ tại gia gồm hai loại; loại hữu biểu thấy được và loại vô biểu không thấy được. Vào lúc khi tâm nguyện giới (giới thể), được thọ nạp, thì đó là thuộc về loại hữu biểu thấy được vì người khác có thể thấy rõ chúng ta đang thọ giới. Từ đó trở đi, nó trở thành loại vô biểu không thấy được, bởi người khác không thấy được chúng ta đã lìa bỏ, chẳng hạn như, nghiệp sát rồi. Các nghiệp không sát, không trộm, không dâm là các nghiệp thiện thuộc về thân trong khi không vọng là nghiệp thiện thuộc về khẩu. Chúng ta có thể giữ giới trực tiếp hay ý thức rõ ràng, hoặc gián tiếp như vào lúc ăn hay ngủ, bởi vì chúng ta đã có các tâm nguyện giới ở nơi mình rồi.

Hỏi : *Ngài nói về sự giữ giới với niệm và quán và kể đến là nếu chúng ta phạm giới, chúng ta phải sửa đổi lại. Nhưng tôi thấy dường như niệm và quán cần có là để chúng ta nhận ra rằng chúng ta đã phạm giới.*

Rinpoche : Vì pratimoksa là nguyện giới hữu biểu, nên việc phạm giới sẽ tự thấy rõ. Chẳng hạn chúng ta có thể nói láo suốt một khoảng thời gian mà không hề niệm hay quán thấy, nhưng rồi sau đó, khi nhớ lại, chúng ta mới nghĩ "Ô, mình nói dối rồi".

Hỏi : *Mình phải bù đắp lại như thế nào khi giới bị phạm ?*

Rinpoche : Mình phải bù đắp lại bằng cách phát lộ vào thời gian bố tát sojong được thực hành mỗi tháng 2 lần.

Hỏi : *Nguyện giới dường như tạo thành một nguyên nhân phụ của giải thoát bởi vì, chúng ta không thể nào thực sự là thanh tịnh chỉ bằng thái độ đối xử bên ngoài, mà cần phải thanh tịnh bằng thiền định. Tôi thấy dường như là nguyện giới tự nó không giải thoát được.*

Rinpoche : Anh đúng khi nói là chúng ta cần phải thiền định, thiền định rất quan trọng, dĩ nhiên. Chúng ta không thể đạt được giác ngộ nếu chỉ có giới mà không có thiền. Tuy nhiên, một người có giới thanh tịnh và giữ giới mình thọ, sẽ không bao giờ giải đãi được; người ấy sẽ luôn ra sức tu tập. Thế nên với giới

thanh tịnh, chúng ta có được năng lực để thiền định. Đó là lý do tại sao giới luật có năng lực là vậy.

Hỏi : Thế nào là sự khác biệt giữa các nguyện giới pratimoksa và các nguyện giới bodhisattva ?

Rinpoche : Các nguyện giới pratimoksa luôn luôn được nói ra theo dạng thức phủ định (chỉ trì), nói cách khác là, "tôi nguyện không sát, tôi nguyện không nói láo v.v..." Vì được nói lên theo cách ấy, nên bao giờ cũng rất rõ ràng để thấy các giới ấy có được giữ hay không vì bạn đã làm một cái mà bạn không được phép làm. Trong các nguyện giới của đại thừa (mahayana), có nguyện giới tăng trưởng tâm từ bi của mình mà dường như đúng ra chỉ là vấn đề cường độ.

Giới luật pratimoksa được dựa trên thân và khẩu, thế nên bất cứ lỗi lầm nào chúng ta làm đều được nhận ra ngay tức khắc. Nhưng nguyện giới mahayana chính yếu là để đối phó với tâm của chúng ta và vì thế chúng ta không dễ gì để nói chắc là giới luật của chúng ta đang tăng thượng hay thối thoái. Nguyện giới mahayana được ví như một cái bình bằng vàng dễ hư hoại hay dễ vỡ, song cũng dễ sửa. Tuy nhiên, các nguyện giới pratimoksa giống như một cái bình lớn bằng đất cũng dễ hư hoại, nhưng 1 khi hư hoại nó coi như hư hoại luôn.

Hỏi : Hình như là các nguyện giới mà chỉ không làm các loại nghiệp nào đó (chỉ trì) không giải quyết được là bao vì chúng không hiển hiện ra được, chẳng hạn như, bản thể của tâm.

Rinpoche : Bằng cách ngưng các nghiệp bất tịnh lại chúng ta thoát khỏi mọi phiền não tinh thần hay tâm lý. Điều này giúp chúng ta được an trú trong trạng thái an lạc để cho thiền định của chúng ta có thể tăng thượng.

Hỏi : Nếu tôi ngưng không làm các chuyện bất tịnh qua một thời gian, thì dần dà tâm tôi sẽ được thăng tiến hơn để tôi có thể tu tập hơn lên nữa. Nhưng làm sao các nguyện giới giúp cho thấy ra được bản thể của tâm đây ? Lấy thí dụ như dâm dục dường như không phải là một vấn đề, tự bản thân nó. Hình như chính các phó sản của dâm dục mới tạo ra vấn đề. Chỉ nói rằng không dâm dục không thay đổi gì là bao.

Rinpoche : Khi chúng ta thiền định về nội hỏa (tummo) chúng ta không có phạm giới bởi vì chúng ta không phạm vào dâm dục và chúng ta không tiết tinh (bindu, tig lee). Thế có rõ ràng chưa ?

Hỏi : Chúng tôi không tu tập nội hỏa.

Rinpoche : Trong tương lai mọi người sẽ tu tập.

Hỏi : Rinpoche, ngài có đồng ý rằng các giới tướng sẽ chẳng đi đến đâu nếu không có tu tập, nhưng sự tu tập vẫn ích dụng mà không cần đến các giới điều này ?

Rinpoche: Câu hỏi của anh là : có công hiệu gì chẳng nếu tu tập mà không có giới luật. Giới luật quan trọng ở chỗ để tích tập công đức. Nhưng nếu không có thiền định, chỉ bằng giới luật mà thôi, chúng ta không thể đạt đến giác ngộ được. Bằng vào thiền định và là bỏ hết mọi tình cảm bất thiện, chúng ta có thể đạt đến giác ngộ. Để là bỏ được các tình cảm bất thiện (phiền não tham sân si), chúng ta cần phải giữ giới mà mình thọ.

Hỏi : Có thể nào thân, khẩu, và ý tự nhiên mà vẫn thú hưởng về các nghiệp thiện nếu như không có giới luật ?

Rinpoche: Khó mà tu thiền định được nếu như không có giới. Nhưng vẫn có ngoại lệ như vua Indrabhuti có đến năm trăm hoàng hậu. Nhà vua đã là bỏ hết mọi ái nhiễm và dâm dục bởi vua Indrabhuti không giống như các hữu tình thông thường.

Hỏi : Khi tu tập thiền định thì tâm thức có tự nhiên tiến hướng đến các thiện pháp hay không. Giới luật phụ trợ, dĩ nhiên, song chúng ta có thể nói được là, "Xong, giờ mình không cần gì phải quan tâm đến thọ giới gì nữa, mình tự nhiên là thiện rồi khi chỉ cần ngồi tu mà thôi".

Rinpoche: Nếu chúng ta bỏ được hết mọi tình cảm bất thiện bằng việc tu tập không thôi mà không cần phải thọ giới, thì tốt lắm, dù đó là các giới nguyện pratimoksa, bodhicitta, hay là vajrayana. Điều quan trọng là nhổ hết được gốc rễ của của các pháp ô nhiễm, mọi tình cảm bất thiện. Thế nên chẳng có gì khác nhau hoặc chúng ta nhổ hết gốc rễ của mọi pháp ô nhiễm bằng giới luật hoặc bằng thiền định. Trừ diệt hết mọi pháp ô nhiễm là sự thành tựu tối cùng.

---o0o---

Chương IV: Karma Và Sự Tích Tập Công Đức

Chương vừa qua nói về hệ thống Mulasarvastivadin và các giới nguyện dưới các dạng hữu biểu và vô biểu. Nói chung, các giới nguyện có công đức đặc biệt và công năng tích tụ công đức này dựa trên tâm nguyện thọ giới của chúng ta. Giữa hai trường hợp không giết thôi và sau khi thọ giới rồi nên không giết, chẳng hạn, có sự khác biệt với nhau. Khi chúng ta chỉ đơn giản là bỏ hành động không sát thôi, thì nó sẽ không đưa tới quả báo của việc không sát. Chẳng hạn như một con chó vào lúc này không giết gì hết, thì con chó ấy không phạm vào giới không sát, nhưng nó cũng không thu hoạch được công đức không sát bởi vì nó không thọ giới ấy. Lý do ở đây là vì, trong hiện tại, nguyên nhân của

giết không hiện diện nên con chó không giết bất cứ gì. Nhưng sau đó khi nguyên nhân của giết xuất hiện, con chó lúc ấy sẽ giết. Cũng vậy, nếu chúng ta không thọ giới không sát, thì dù chúng ta không sát, chúng ta cũng không có được công đức gì. Nhưng một khi chúng ta đã thọ giới rồi, thì khi chúng ta không giết, chúng ta sẽ có được công đức của không giết bởi vì chúng ta có ý nguyện trong tâm mình là ngưng không làm chuyện sát nữa. Vì vậy, chúng ta có được công đức không sát do nơi ý nguyện mạnh mẽ của chúng ta là không sát. Sự khác nhau giữa một con chó và một con người đã thọ giới không giết rồi là ở chỗ con người sẽ tích tụ được công đức trong khi con chó thì không.

Chẳng hạn, nếu chúng ta thọ giới vào sáu giờ sáng, thì đúng bảy giờ chúng ta sẽ tích tụ công đức không giết được một tiếng đồng hồ, vào tám giờ sẽ được hai tiếng đồng hồ và cứ vậy. Khi chúng ta tụng mantra, chúng ta tích tập công đức với mỗi mantra chúng ta tụng. Thế nên một khi chúng ta đã thọ giới rồi, thì sau đó chúng ta tích tập được công đức của giới. Khi chúng ta thọ giới không sát, chúng ta ngưng giết không phải chỉ một người mà ngưng giết tất cả mọi hữu tình và vì vậy nên sự tích tập công đức được tăng trưởng. Vì chúng ta có ý nguyện thọ giới mạnh mẽ mà vốn không ngừng tăng trưởng, nên công đức tiếp tục tích lũy ngay trong lúc chúng ta đang chơi, đang ăn hay đang ngủ. Nhưng nếu ý nguyện không giết của chúng ta vì sao đó mà bị phá vỡ, thì từ đó trở đi công đức sẽ ngừng tăng trưởng.

Làm thế nào mà chúng ta vẫn tăng trưởng công đức ngay trong khi đang ngủ ? Nếu một người chưa thọ giới không sát ngủ dậy, người ấy có thể phạm tội sát tùy thuộc vào các duyên có thuận hay không thuận để sát. Đàng khác, nếu một người đã thọ giới ngủ dậy, người ấy có cái ý nguyện mạnh mẽ không sát, thế nên người ấy sẽ ngưng không sát và tích lũy công đức được suốt giai đoạn đang ngủ. Như thế, nếu chúng ta giữ năm giới, là chúng ta đang tích tập công đức của năm giới này mỗi phút một. Nếu chúng ta giữ mười giới mỗi phút, chúng ta tích tập công đức của mười giới. Sau khi thọ giới, có thể chúng ta không thấy được công đức đang tăng trưởng trong mình ra sao, nhưng dù thế kể từ sát na thọ giới trở đi, công đức trì giới sẽ tăng trưởng. Vì lý do này, đức Phật nhấn mạnh vào giới luật.

Kết quả tối hậu của sự tích tập công đức này là giác ngộ. Từ Tạng ngữ nói Phật là sang gye. Âm sang có nghĩa là "thức dậy" khỏi giấc ngủ vô minh và gye có nghĩa là "mở ra" như một đóa hoa vậy. Nên sangye có nghĩa là thức dậy khỏi mọi thứ bất thiện, mọi vọng tưởng. Khi chúng ta nhổ bật gốc mọi bất thiện, thì các thiện pháp sẽ rộ nở. Mọi hữu tình đều có sẵn giác tính bên trong họ, nên họ có sẵn mọi công đức thiện pháp sẵn sàng để hé nở. Cũng như là bầu trời.

Khi mặt trời bị mây che, chúng ta không thấy các tia sáng mặt trời đâu nữa. Cũng vậy, chúng ta có mọi công đức thiện pháp của bản giác bên trong mình nhưng chúng bị chướng ngại bởi các pháp lậu hoặc và bất thiện. Cũng như khi mây tan đi, chúng ta thấy được ánh sáng mặt trời, nên khi các chướng ngại tan đi, các công đức Phật tính sẽ rõ rệt. Thế nên tại sao điều quan trọng là phải tẩy sạch đi hết mọi lậu hoặc.

Bản chất của các lậu hoặc giống như nước muối. Nếu chúng ta uống nước muối, chúng ta càng thấy khát hơn và nó khiến chúng ta càng uống thêm nhiều nước muối nữa. Cũng vậy, nếu chúng ta mà làm các nghiệp lậu hoặc, nó sẽ khiến chúng ta cứ muốn làm đi làm lại như vậy hoài và theo đó lậu hoặc tăng trưởng. Các pandita và siddha Tây Tạng ví dụ việc này giống như một con heo chạy vào một khu vườn. Ngay khi con heo vào trong khu vườn, người ta phải lấy gậy đánh vào mõm nó để nó không trở vào trong vườn nữa. Nhưng nếu nó đã ở trong vườn rồi và đang bắt đầu ăn các rau cỏ, thì lúc ấy không dễ gì đuổi con heo ra khỏi vườn được nữa. Cũng vậy, chúng ta phải cố mà ngưng các pháp bất thiện và lậu hoặc lại khi chúng vừa thoát khỏi lên trong tâm của chúng ta ngay lần đầu, giống như chúng ta đánh vào mõm con heo ngay lần đầu khi nó vừa bước chân vào khu vườn.

Từ vô thủy chúng ta đã quen tạo tác với các lậu hoặc. Chúng ta không nên cố dừng các lậu hoặc này nhưng khi chúng ngay lần đầu khởi lên trong tâm, chúng ta không nên chạy theo chúng với thân và khẩu của mình. Nếu chúng ta không chạy theo các lậu hoặc này, thì dần dà tâm chúng ta sẽ liả bỏ được các lậu hoặc ấy. Khi các lậu hoặc giảm sút, sự tu tập thiền định sẽ tự động tăng tiến. Và như thế, mọi lợi lạc sẽ thành tựu.

Theo một số các tâm lý gia Âu Mỹ, nếu chúng ta đè nén các tâm tưởng của mình thì tâm thức sẽ bị tổn hại và vì thế chúng ta nên làm liền bất cứ gì khởi lên trong tâm mình. Thí dụ như, khi chúng ta cảm thấy hung hăng, chúng ta nên xé nát một tờ giấy và không đợi cho cơn hung hăng ấy thành hình bên trong mình. Có lần có người bảo tôi rằng khi họ nổi giận, thì họ dấm vào gối cho đỡ tức. Có thể đúng vậy.

Có thể khi một ý tưởng khởi dậy, chúng ta chỉ nên đợi xem những gì xảy đến với ý tưởng đó. Nhưng đó không phải là cách thức để trì giới. Chẳng hạn, nếu một người để kẹo lên bàn rồi nói với con mình : "Đừng ăn kẹo này" con cái của người ấy sẽ cảm thấy rất thèm ăn kẹo ấy. Nhưng trong trường hợp của chúng ta, là giữ giới, thì lại hoàn toàn khác hẳn. Nó giống như có người đặt thuốc độc trên bàn rồi nói với mọi người : "Đừng ăn thuốc độc này, nếu ăn anh sẽ chết". Không ai có ý nguyện muốn ăn thuốc độc hết; mà đúng ra ý nguyện của họ là bỏ thuốc độc ấy đi và cố tìm cách để vất nó đi.

Đức Phật dạy rằng chúng ta phải ngưng làm các pháp bất thiện và các lậu hoặc bởi vì theo chúng sẽ gây khổ đau cho chúng ta. Đó là lý do tại sao chúng ta không làm các nghiệp bất thiện và còn tích tập các lợi ích trong khi đoạn trừ các nghiệp bất thiện ấy.

Không hề phải rằng không thọ giới là chúng ta không thể đạt đến các tri kiến tăng thượng. Thực ra, trong truyền thống Kagyu, Tilopa, Naropa, Gampopa và Milarepa đều không có thọ giới, nhưng nhờ sự tinh cần và trí huệ của các ngài, các ngài đã có thể làm chủ các lậu hoặc của mình và như thế là cũng đạt đến cùng một mục tiêu như thọ giới. Tilopa, Naropa, Marpa, và Milarepa là những bậc thầy toàn hảo nhất và là những bậc nắm giữ sự truyền thừa trong truyền thống chúng ta và đã có thể đạt đến Phật quả ngay trong một đời sống này.

Hỏi : Rinpoche, tích tụ công đức nghĩa là thế nào ?

Rinpoche : Tích tụ công đức là karma của các nghiệp thân, khẩu, ý. Nghiệp có hai mặt: thiện và bất thiện. Nên thiện gồm bất cứ karma thiện nào được tích tụ qua các nghiệp thiện thuộc thân, khẩu, ý. Ngược lại, karma bất thiện là bất cứ karma nào được tích tụ qua các nghiệp bất thiện thuộc thân, khẩu, ý.

Hỏi : Chiếu theo các trường hợp thuộc về karma mà nói, thì bằng cách trì giới là chúng ta không tạo thêm karma nào nữa, hay là chúng ta đang sửa lại cả các karma cũ luôn ?

Rinpoche : Chiếu theo việc giữ giới mà nói, thì khi các bất thiện karma được xả bỏ, các karma tốt được tăng trưởng và kết quả là thiện. Karma giống như việc làm. Cuộc sống phàm của chúng ta dựa trên công việc mà chúng ta làm. Nếu chúng ta có việc làm tốt thì chúng ta có thể có một cuộc sống tốt không ít thì nhiều, nếu chúng ta không có một việc làm tốt thì chúng ta có thể không có được cuộc sống tốt như vậy. Thế nên bằng cách tu tập các karma thiện qua thân, khẩu, ý của chúng ta, chúng ta có thể đạt đến Phật quả.

Hỏi : Theo như tôi hiểu thì cắt ngang chuỗi xích karma sẽ đưa chúng ta đến quả vị Phật, chứ không phải là tích tụ karma thiện hay ác, bởi chúng ta vẫn cứ ở trong samsara, khi chỉ tích tụ karma thiện hay ác.

Rinpoche : Đây là một thí dụ đã xưa lắm rồi để nói cho vấn đề này. Cách đây đã lâu, để có được lửa, người ta phải chà hai khúc cây vào nhau thật là mạnh mẽ và khi lửa bắt lên nó đốt cháy luôn cả hai khúc cây. Vào lúc tích tụ karma tốt, karma xấu bị lìa bỏ và karma tốt được phát triển. Từ từ mọi lậu hoặc được chế phục. Qua tiến trình ấy, mọi pháp bất thiện dần dà bị đoạn trừ và karma tự

động dừng lại. Suốt thời gian tu tập, chúng ta cố gắng thành tựu các karma tốt và bỏ đi các karma xấu. Nó giống như hai khúc củi chà xát vào nhau. Dần dần chúng ta có thể đoạn trừ hết mọi bất thiện pháp và karma tự nó dừng đứng lại.

Hỏi : *Ngài có thể nói đôi chút về sự chín mùi của karma và làm thế nào để người tu tập thể nghiệm được điều ấy.*

Rinpoche : Tổng quát mà nói, giải thích về sự chín mùi của karma rất chủ quan và khó hiểu lắm. Ý nghĩa này chỉ bằng trí tuệ mới có thể tỏ rõ được. Nhưng nếu chúng ta ra sức quán sát chúng bằng các tỉ dụ, thì nó lại hoàn toàn dễ hiểu. Ví như, tôi sinh ở Tây Tạng và nếu tôi nghĩ rằng, "Tại sao mình lại sinh ở Tây tạng và tại sao mình không sinh ở Mỹ ?" Tôi không thể nghĩ gì về điều ấy được. Sự thể giản dị chỉ là vì do karma đời trước của tôi nên tôi phải sinh vào Tây Tạng. Tôi có thể nghĩ rằng sao mình lại sinh vào năm 1931 và sao mình không chết trước năm 1955 để tôi khỏi phải chịu đựng sự đau khổ trước cuộc xâm chiếm của Trung Hoa. Tôi cũng chỉ có một câu trả lời : mọi thứ xảy ra chỉ là do nơi karma quá khứ của tôi thôi. Nếu tôi muốn đi Mỹ tôi cần có visa. Nhưng nếu anh phân vân sao mình lại sinh ở Mỹ kia, và ai cho mình visa ? Karma của anh cho anh visa đó.

Hỏi : *Nó có vẻ như là chính cá nhân có trách nhiệm thành lập karma của riêng mình. Nhưng tôi thắc mắc về sự tự do quyết định. Karmapa hình như là người biết rõ về ba đời và Padmasambhava đã đoán trước về những gì xảy ra trong tương lai. Làm sao ngài tiên đoán được tương lai nếu karma vốn dựa trên tự do ?*

Rinpoche : Ta không nên hiểu lẽ "thấu thị" này theo nghĩa thông thường. Ví như một người có thể tiên đoán rằng trong tương lai sẽ có một người đến đây xây một nhà máy để làm ăn. Ngay lúc tiên đoán, ông ta không hề biết người kia có đến đây trong tương lai hay không, người kia có ý xây dựng nhà máy hay không. Cũng vậy, ở Tây Tạng, các lời tiên tri đoán rằng, trong tương lai, một người nào đó sẽ đến và sẽ chịu các đau khổ nào đó. Đó là karma của anh ta mà anh ta phải chịu, nhưng điều ấy có thể được tiên đoán.

Hỏi : *Nhưng không phải rằng như vậy là mâu thuẫn với lẽ tự do, năng lực tự do quyết định, quyết định hướng nào mình sẽ đi ?*

Rinpoche : Điều ấy không mâu thuẫn với việc quyết định cho chính mình bởi vì khi lời tiên đoán rằng sẽ có người làm như thế như thế trong tương lai, cái tự do quyết định đâu có bị tước mất đâu. Ngược lại, những gì được nói đó chỉ là có người sẽ làm điều đó trong tương lai.

Hỏi : Karma đôi khi có vẻ như luôn luôn từ quá khứ đến. Nhưng nó có thể đến từ một hình ảnh về một tương lai mơ ước không. Ví như nếu tôi thấy một hình ảnh xây dựng Gampo Abbey, thế nên nó là một phần của karma của tôi và một phần trong năng lực của tôi là phải làm sao để thành tựu hình ảnh ấy. Tôi cố gắng giải quyết karma và tự do trong tâm tôi. Những gì hiện đang diễn ra cho bất cứ ai trong chúng ta chỉ là kết quả của quá khứ. Có thể nó là kết quả của một hình ảnh trong tương lai. Ngài nói rằng Padmasambhava có tiên đoán. Có thể là sự tiên đoán ấy là hình ảnh một tương lai đáng mơ ước của ngài và ngài thấy rất có thể nó đúng là vậy, thế nên ngài nói lên lời tiên đoán ấy.

Rinpoche : Khi Padmasambhava đến Tây Tạng vào thế kỷ thứ tám, ngài tiên đoán rằng trong tương lai chim sắt sẽ bay về hướng tây và rằng dharma sẽ hưng thịnh ở xứ ấy. Vào lúc ấy không có phi cơ, không có chim sắt, nhưng giờ thì chúng ta có các thứ ấy. Vì vậy dường như không có mâu thuẫn gì về việc tiên đoán chuyện tương lai ngay dù chuyện ấy không hề có trong thời gian hiện tại.

Hỏi : Rinpoche nhấn mạnh sự quan trọng của việc thọ giới nguyện làm các điều thiện để có được một sự tích tập công đức hữu hiệu. Tôi thấy dường như là có hai phương diện khi nói không sát : chứng thực rằng không cần gì phải nổi giận và cả biết rõ là, sao để đối lại một cách từ bi trong hoàn cảnh ấy.

Rinpoche : Giả như nếu chúng ta nguyện không giết, chúng ta có cái ý nguyện không giết mạnh mẽ ấy thì nếu các tâm tưởng giết khởi lên trong tâm và các thân nghiệp không đi theo với tâm giết. Thì từ từ chúng ta sẽ quen dần với tâm không giết, và như thế các lậu hoặc của tâm sẽ từ từ được thanh tịnh. Thân và khẩu hỗ trợ cho tâm. Nếu các thân nghiệp luôn nghe theo tâm, thì tâm sẽ trở nên càng dần càng mạnh hơn. Nhưng nếu các nghiệp thân khẩu ngưng lại, thì tâm sẽ không còn được hỗ trợ bởi thân khẩu nữa và tâm sẽ trở nên yếu dần đi.

Hỏi : Hình như sẽ có lúc mình phải làm một hành động vụng tính như khi có kẻ thù định hủy diệt dharma hay làm hại bậc guru. Làm sao ngài có thể làm thế mà không phạm vào tâm nguyện bodhisattva và giới của ngài ?

Rinpoche : Có các khác biệt chút đỉnh về tâm nguyện trong ba cấp bậc giới. Chúng ta hãy hành động theo mức độ thích đáng nhất, mức độ mà mình có thể thấy là hợp lý nhất. Ba mức độ giới này liên hệ với nhau. Chẳng hạn ở mức độ pratimoksa, tức mức độ hinayana, người ta cho rằng mình phải "chế phục" các lậu hoặc. Theo Tạng ngữ chữ "chế phục" này có nghĩa là mình không nên đoạn trừ hoàn toàn các lậu hoặc đúng nghĩa là mà mình nên "chấn lên trên

đầu chúng" để chúng không thể đứng lên được. Làm vậy sẽ trợ giúp cho thiền định về các mức độ mahayana và vajrayana.

---o0o---

Chương V: Các Pratimoksa Ngoài, Trong, Và Bí Mật

Theo tantrayana, pratimoksa được phân thành ba loại ngoài, trong, và bí mật, tuân tự tương đương với ba con đườnghinayana, mahayana và vajrayana. Nhưng mục tiêu của cả ba tâm nguyện pratimoksa này là để điều phục tâm và để giải thoát khỏi các hoặc. Tuy nhiên cách thức thực hành giữa ba tâm nguyện có khác nhau. Pratimoksa của Hinayana được gọi là con đường thoát ly. Như chúng ta đã nói trước đó, theo hệ hống Theravada, chúng ta không nên để cho các hoặc khởi dậy và không nên để cho các hành động của thân, khẩu, và ý chạy theo các hoặc ấy. Sở dĩ chúng ta làm các nghiệp thân khẩu bất thiện cũng do các phiền não tham, sân, si, mạn, tật, thúc đẩy. Ngay niệm đầu tiên hoặc khởi lên trong tâm, chúng ta phải dừng nó lại, và phải ngưng các nghiệp thân khẩu bất thiện phát động theo sau đó.

Trong trường hợp mahayana hay Bồ tát nguyện, hoặc cũng cần phải đoạn, song lại theo một cách khác. Nghĩa là, thay vì bị loại bỏ, các hoặc được chuyển hóa qua sự thực hành từ bi. Năng lực từ bi tăng trưởng dần dần cho đến khi nó trở thành rộng lớn và thâm sâu, tức là khi chúng ta trở thành một bồ tát. Bồ tát chuyển hóa không phải chỉ các phiền não của riêng mình, mà còn của tất cả các hữu tình nữa. Với sự chuyển hóa các phiền não như thế, mọi hoặc tự động được đoạn trừ cho dù vài hành vi của một bồ tát có vẻ như phạm giới nếu như một người bên ngoài nhìn vào, chẳng hạn như sát sinh hay dâm dục. Tuy nhiên, ở bên trong, tâm nguyện thúc đẩy các hành động ấy lại là vì để lợi ích cho tất cả các chúng sinh.

Đoạn hoặc cũng là con đường Đạo trong tâm nguyện vajrayana. Khi người ta ở trong trạng thái thiền định (dhyana), người ta thấy ra được các hoặc khởi lên trong tâm mình và đồng thời giải thoát mình ra khỏi nó. Điều này được gọi là shar drol theo Tạng ngữ, theo đó các hoặc khởi lên và cùng lúc được giải thoát.

Chúng ta cần phải tu tập cả ba cấp tâm nguyện (pratimoksa, mahayana và vajrayana) cùng một lúc. Chúng ta phải tu luật nghi bên ngoài thuộc pratimoksa theo đó chúng ta có được tâm nguyện giải thoát cho chính mình thôi động. Kế đến phải tu tập luật nghi bên trong của mahayana và phải chấp nhận hạnh của bồ tát. Sau cùng, theo luật nghi của vajrayana, chúng ta vẫn phải tu quán theo các tâm nguyện pratimoksa và mahayana, nhưng khi chúng ta chứng được thực tướng của các pháp rồi, thì lúc đó chúng ta sẽ tu tập thiền định theo yidam. Đây là ba pháp tâm nguyện. Người gương mẫu trong

việc trì giữ các tâm nguyện này chính là Milarepa, bề ngoài ngài không có vẻ gì là một vị tăng thọ giới qua các y áo của thầy tu và theo các oai nghi của Vinaya (Luật nghi). Tuy nhiên, bên trong tâm ngài thanh tịnh hết mọi thứ hoặ, và vì thế nên tại sao ngài lại là một hành giả hoàn hảo. Milarepa nói : "Tôi không biết gì về Vinaya, nhưng điều phục tâm mình chính là Vinaya".

Theo pratimoksa, có ba loại phạm giới : khinh tội, trung tội, và trọng tội. Phạm các giới trọng là điều không được làm. Còn phạm các giới nhẹ là do chúng ta bị chi phối bởi các nghiệp ác đã làm từ các kiếp trước. Cho dù chúng ta có thể phạm các tội nhẹ này, chúng ta không nên để chúng tích tụ thêm nhiều. Mà cần phải thanh tịnh hay sám hối chúng theo cách thức sojong (bổ tát, posadha). Chữ so của Tạng ngữ có nghĩa là "sửa" hay "chữa" và chữ jong có nghĩa là "từ bỏ" hay "thanh tịnh". Trong lễ sojong này, mọi người được hỏi là mình có nhận ra được các lỗi lầm mà mình đã phạm hay không và rồi mình phải hứa là không được lập lại lỗi lầm ấy nữa trong tương lai. Cách thức này giúp cho chúng ta giữ tâm nguyện giới của mình được đúng đắn.

Sau khi nhận ra lỗi mình, chúng ta có thể áp dụng bốn lực đối trị. Thứ nhất là lực chuyển ngược hay hối quá, tức biết ra các lỗi lầm mình đã phạm và rất là chán ghét chúng. Và rồi chúng ta có thể xả bỏ hết mọi thứ bất thiện ấy. Thứ hai là lực ra sức chữa trị, tức khi đã biết các pháp chữa trị các hành động bất thiện kia rồi, thì áp dụng chúng một cách tinh cần và không gián đoạn. Thứ ba là lực nương tựa, tức nương tựa vào Tam Bảo, với đức Phật là người chỉ đường, Pháp là con đường tu tập, và Tăng là các đồng bạn trên con đường ấy. Thứ tư là lực quyết tâm không làm lại lỗi lầm ấy trong tương lai nữa. Hai pháp đối trị quan trọng nhất là lực hối quá và quyết tâm không tái tạo nghiệp ấy nữa.

Nếu chúng ta phạm một lỗi lầm lần đầu, chúng ta phải quyết tâm không tái phạm nữa; nhưng nếu chúng ta phạm lỗi ấy lần thứ hai, chúng ta lại phải quyết tâm không phạm nó nữa và cứ vậy. Bằng cách cứ quyết tâm không tái tạo lỗi lầm mỗi lần chúng ta phạm một nghiệp bất thiện, tâm chúng ta sẽ trở nên mạnh ra để không phạm lần nữa, và bằng cách ấy các phiền não sẽ lắng dịu. Lễ sojong được thực hành cốt là để như vậy. Nhưng thanh tịnh không có nghĩa là chúng ta trước hết phạm một lỗi và sau đó thanh tịnh nó. Mà nó có nghĩa là bằng năng lực của hối quá chúng ta sám hối lỗi mình và bằng năng lực đối trị chúng ta dứt khoát không đọa vào năng lực của phiền não để sau đó lại tái phạm lỗi lầm ấy nữa. Một khi không bị các ác bất thiện pháp và các hoặ chi phối nữa, tâm chúng ta trở nên an tĩnh.

Hỏi : Tôi không rõ theo mahayana chuyển hóa các hoặ có nghĩa là gì ?

Rinpoche : Các hoặc như tham, sân, và si khởi lên là do nơi ái thủ chính mình, ái thủ cái "Tôi". Khi thực hành con đường bồ tát, thay vì ái thủ chính mình, chúng ta ái thủ các người khác vì chúng ta đã quyết tâm làm lợi ích cho các hữu tình khác, và chính nhờ đó, chúng ta có thể chuyển hóa được mọi hoặc. Chúng ta yêu thích và giữ lấy cái "Tôi" của mình và chỉ tìm cách làm lợi cho mình mà thôi từ vô thủy kiếp đến nay. Thái độ ấy đã chẳng có lợi cho chúng ta mà cũng chẳng lợi cho người khác, mà lại chính là nguyên nhân làm chúng ta luân chuyển không cùng trong luân hồi (samsara) đau khổ. Biết được các lỗi lầm của sự ái thủ chính mình như thế, chúng ta có thể thay đổi đối tượng của ái thủ. Thay vì yêu mình, chúng ta chuyển nó thành yêu người, và thế là chúng ta có được từ, bi và bodhicitta (bồ đề tâm). Bằng cách ấy, chúng ta không tập trung vào các hoặc, chúng ta không phán đoán các phiền não là ác, là bất thiện, hoặc là sai lầm. Đó là lý do tại sao chúng được chuyển hóa một cách tự nhiên.

Nếu chúng ta yêu chính mình và coi mình là quan trọng, thì sân khuể sẽ khởi lên khi chúng ta có ý tưởng là ai đó làm hại mình, hay ngay cả đến các người như cha mẹ hay bạn bè của mình mà đi giúp kẻ thù của mình. Thế nên cơn sân hận ấy nổi lên là dựa trên sự đánh giá bản ngã. Nhưng nếu chúng ta thay đổi thái độ và quan tâm đến sự lợi lạc cho các hữu tình, thì các hoặc sẽ tự nhiên chuyển hóa bởi vì chúng ta không còn coi mình là quan trọng nhất nữa.

Hỏi : *Chúng ta bắt đầu từ hinayana bảo rằng, "Đừng làm các điều ấy, các điều ấy là ác" và kể đến là mahayana nói rằng, "Hãy làm các điều này, các điều này là tốt". Vậy, có phải chẳng vajrayana là cách duy nhất để dẹp hết mọi lậu hoặc một cách cứu cánh ?*

Rinpoche : Thực ra, cả ba thừa đều có cách làm cho chúng ta giải thoát khỏi các hoặc, nhưng pháp môn vajrayana thì mau lẹ hơn và mạnh mẽ hơn.

Hỏi : *Theo như tôi hiểu, ba trong bốn pháp đối trị đều nằm trong lễ bố tát (sojong).*

Rinpoche : Thực ra, chỉ có hai trong bốn pháp đối trị là bao gồm trong lễ bố tát. Đó là năng lực nương tựa, theo đó chúng ta phát lộ trước chư tăng và năng lực quyết tâm không làm lại việc lỗi lầm ấy nữa trong tương lai. Hai năng lực kia không bao gồm trong lễ bố tát, mà được thực hành trong mọi lúc.

Hỏi : *Hình như rằng lực đối trị đầu tiên, lực hối quá, cũng được gồm vào luôn, bởi vì vị thuyết giới sẽ hỏi : "Ông có thấy các lỗi lầm của ông là sai quấy không ?" và chúng ta phải nói : "Vâng, tôi thấy đó là những gì sai quấy", và chấp nhận những gì mình đã làm. Thế nên tôi thấy hình như cái lực đầu tiên cũng được gồm luôn trong buổi lễ.*

Rinpoche : Thực ra chúng ta có cái lực đầu tiên đó ở trong mình trước khi hành lễ bố tát. Trong khi làm lễ chúng ta được hỏi là có lỗi hay không. Dầu có đến bốn cách đối trị, nhưng chỉ có hai là gồm luôn trong lễ bố tát, hai pháp kia phải được thực hành suốt mọi thời.

Hỏi : Rinpoche, trong pratimoksa của hinayana, ngài nói đến các hoặc khởi lên và vài ý nghĩa về việc điều phục các hoặc ấy. Điều phục dầu sao cũng ám chỉ là hoặc không thực sự bị tiêu trừ, nhưng chỉ được đẩy đi, thế nên nó thực ra vẫn còn có mặt trong chúng ta.

Rinpoche : Không có chỗ nào cho phiền não trú ở trong tâm được. Phục hoặc có nghĩa là chúng ta không để cho hoặc khởi lên trong tâm mình. Santideva cho một thí dụ về việc ấy như sau. Nếu chúng ta ra sức diệt kẻ địch, thì kẻ địch ấy sẽ đi đến một nơi khác, và khi hấn đủ mạnh để trả thù, hấn sẽ trở lại trả hận. Nhưng hoặc rất là yếu; chúng không có chỗ nào để đi hết, và cũng không có chỗ để trở lại. Một khi chúng bị loại trừ rồi, chúng không thể trở lại nữa.

Hỏi : Rinpoche nói rằng phạm các giới khinh là do nơi nghiệp của các đời trước. Rinpoche có thể vui lòng cho các thí dụ về việc phạm các giới trung tội và trọng tội, và có phải chẳng chúng cũng đều do nghiệp của các đời trước ?

Rinpoche : Có hai điều cần phải lìa xa: các nghiệp ác và các chướng nạn. Nếu các nghiệp thân, khẩu, và ý của chúng ta làm hại các hữu tình khác, dù trực tiếp hay gián tiếp, các nghiệp này là các nghiệp ác bất thiện. Các nghiệp này chẳng có liên quan gì với karma đời trước hay tập khí đời trước, mà đúng hơn chúng có liên hệ với các ý muốn hiện tại. Khởi lên một ý muốn sát hay trộm là chỉ tùy theo chính mình và chúng ta có công năng để ngưng mình lại không cho làm các hành động ấy.

Các chướng ngại, vốn thuộc về tâm, cũng không hề do nơi karma, mà do nơi các thói quen của chúng ta. Từ vô thủy đến nay, tất cả chúng ta quen thói các phiền não tham, sân, và si. Có người thì tham mạnh, có người sân mạnh, và có người thì si mạnh, tùy theo họ quen thói các phiền não ấy nhiều ít thế nào. Các thói quen này cần phải được lìa bỏ. Có hai chữ mà hầu như là đồng nghĩa với nhau trong Tạng ngữ. Đó là chữ gom (viết theo Tạng ngữ là sgom) có nghĩa là tu tập hay thiền định, và chữ khom (viết là goms) có nghĩa là các thói quen tập khí. Khi chúng ta tu tập hết sức tinh cần và sự tu tập của chúng ta có lực, thì đó là gom, tức thiền định. Khi chúng ta không hết lòng tu tập, không ra sức tu tập, thì nó trở thành khom, tức chỉ là một thói quen. Vì thế để lìa xa các chướng ngại, chúng ta phải thay thế khom bằng gom.

Về ba cấp độ phạm giới thì phạm giới khinh đôi khi chưa chín thành ác nghiệp nhưng sau đó có thể trở thành chủng tử của ác nghiệp. Chẳng hạn, vài vị tu sĩ không mặc y dưới, sham thab cho đàng hoàng. Vào lúc ấy, nó không phải là một ác nghiệp, nhưng nó có thể từ từ chín dần thành một ác nghiệp thực sự.

Hỏi : *Trong sự tu tập "hậu thiên định" theo vajrayana, thì tự lià hoặc là luật nghi nào ?*

Rinpoche : Chúng ta cần phải có hai pháp niệm và quán trong hậu thiên định. Chữ Tây tạng tương đương với chữ "hậu" (post) này của tiếng Anh là je thop. Âm je có nghĩa là chúng ta đem cái bản thể của sự tu tập ấy vào trong mình và không để đánh mất nó đi.

Sự tu tập trong vajrayana nhấn mạnh vào trong tâm hơn là luật nghi bên ngoài. Như Milarepa có nói : "Điều phục tâm mình chính là Vinaya (Luật nghi)". Để điều phục tâm mình, chúng ta phải tu tập thiên định và để có một sự tu tập mạnh mẽ chúng ta phải có niệm và quán.

Hỏi : *Ngài có thể nói đôi chút về các chướng ngại bí mật được không ?*

Rinpoche : Trước đây, nhiều dịch giả đã dịch chữ sang của Tạng ngữ là "bí mật" thế nên vajrayana được dịch là "mantrayana bí mật". Nhưng dịch thế không được đúng lắm. Con đường tắt đưa chúng ta đến chỗ mình muốn đến được gọi là sang lam, có nghĩa là "một lối tắt" hay "một con đường nhanh hơn". Vì thế sang ngụ ý nói cho lối thoát chính yếu của vấn đề. Ví dụ như, nếu chúng ta muốn bật đèn, chúng ta phải đi bật nó lên, chúng ta không thể cứ loay hoay với bóng đèn mà bật đèn được. Vì vậy cách chính yếu để làm sao đèn được bật lên được gọi là sang theo Tạng ngữ. Khi sang được dịch ra Anh ngữ là "bí mật" (secret), nó gây ra nhiều bối rối. Lấy thí dụ khác như chiếc xe hơi, bộ máy là chìa khóa chính, là phần quan trọng nhất. Nếu chúng ta muốn lái xe hay muốn dừng lại hay muốn bất cứ gì, thì đều phải làm qua máy. Thế nên bộ máy xe chính là sang pa.

---o0o---

Chương VI: Chín Phương Diện Của 1 Bậc Thánh

Trong truyền thống Phật giáo có ba loại tu tập khác nhau, đó là kiến (darsana), tu (bhavana), và hành (carya). Các sutra Pratimoksa là để đối ứng với các vấn đề giới luật hay hành. Sống trong 1 tự viện hay abbey đòi hỏi phải có luật lệ. Nó đòi hỏi chính hành để lợi cho cả mình và cả các hữu tình khác trong các thế hệ hiện tại này và tương lai và giới luật cũng làm cho chính pháp được trụ lâu bền. Các bậc thánh nỗ lực để lợi ích cho chúng sinh, có 9 cách

khác nhau để giúp ích người khác; 3 cách thuộc tự lợi, 3 cách để lợi tha, và 3 cách sau cùng là tự lợi lẫn lợi tha.

Tự Lợi

Ba cách tự lợi là vãn (thos pa), tư (bsam pa), tu (gom pa). Chúng ta phải tùy thuộc vào người khác để chỉ ra con đường chính chân và thế nên chúng ta lắng nghe giáo pháp của đức Phật. Theo quan điểm của hinayana đức Phật dạy cách giải thoát khỏi tham trước trong Vinaya, giải thoát khỏi sân khúế trong Sutra, và giải thoát khỏi vô minh trong Abhidharma. Đó là Tripitaka (nghĩa đen là "ba rổ") của hinayana. Trong mahayana cũng có một Tripitaka và trong vajrayana cũng có một Tripitaka.

Các Sastra (Luận) hay các bộ luận giải để giúp cho chúng ta hiểu được các pháp rất thâm sâu của đức Phật. Bốn bộ luận giải quan trọng nhất về Phật pháp là Madhyamika, Prajnaparamita, Vinaya và Abhidharma. Bộ Madhyamika sastra luận về tính Không, Prajnaparamita sastra nói về trí huệ, Vinaya sastra bàn về giới luật hay hành, và Abhidharma sastra trình bày tiến trình trên con đường Đạo.

Sau khi lắng nghe bốn bộ luận ấy rồi, chúng ta sẽ tư duy về chúng. Chúng ta tư duy và quán sát đi đi lại lại những gì mình đã được nghe để phát triển trí huệ của mình. Cuối cùng, chúng ta tu tập về bốn bộ luận ấy và những giáo pháp mà chúng ta đã tiếp nhận để tu tập bằng nhiều cách.

---o0o---

Hết