

1. CÂU CHUYỆN THUNG LŨNG NGỌC ĐÁ ĐỎ

Kinh Lễ Chư Đạo Sư

Một lần, Đại Hành giả Yoga Milarepa ở Lâu Đài Chim Ưng trong Thung Lũng Ngọc [Đá Đỏ], (1) thâm nhập trong tu tập thiền định Đại Thủ Ấn (Mahāmudrā) (2). Cảm thấy đói bụng, ông quyết định sửa soạn bữa ăn, nhưng sau khi nhìn quanh ông thấy trong hang không còn lại gì cả, nước cũng không, củi cũng không, kể chi đến muối, dầu, hay bột mì. “Đường như mình đã chềnh mảng nhiều thứ quá chừng!” ông nói một mình, “Ta phải ra ngoài tìm ít củi.”

Ông đi ra ngoài. Nhưng khi ông vừa nhặt được một nắm cành cây, thì đột nhiên một cơn bão nổi lên, và gió mạnh đến nỗi thổi bay củi và xé toạc tấm y đã rách nát của ông. Khi ông cố gắng giữ tấm y lại, thì củi bị thổi bay. Khi ông cố gắng gom củi lại, thì tấm y bị thổi banh ra. [Thất vọng], Milarepa nghĩ, “Mặc dù mình đã tu tập Pháp (3) và sống nơi cô tịch trong một thời gian dài, mình vẫn không dứt bỏ được sự bám víu vào cái ta! Không hàng phục được ngã chấp thì tu tập Pháp để làm gì? Hãy để cho gió thổi bay tấm y của ta nếu nó muốn! Nghĩ như vậy, ông ngừng phản kháng. Nhưng vì thiếu thức ăn, ông trở nên yếu đuối, với cơn gió mạnh kế tiếp, ông không còn chống chọi nổi với bão, và ngã xuống ngất xỉu.

Khi ông tỉnh lại, bão đã hết. Trên cành cây cao, ông nhìn thấy tấm y của ông đu đưa theo gió nhẹ. Sự vô ích của thế gian này và tất cả những sự việc của nó đã đập mạnh vào Milarepa, và một cảm xúc khước từ mạnh mẽ đã bao trùm lấy ông. Ngồi lên một tảng đá, ông thiền định một lần nữa.

Chẳng bao lâu, một đám mây trắng nhô lên từ Thung Lũng Dro Wo (4) xa xa về hướng Đông. “Bên dưới bờ mây ấy là ngôi chùa của Đạo Sư (Guru) ta, đại Dịch giả Marpa,” (5) Milarepa ngẫm nghĩ, “Ngay trong giờ phút này, Ông và vợ Ông ắt đang giảng dạy các giáo lý Mật Điện, ban lễ Khai Thị và những chỉ dạy cho các huynh đệ của ta. Vâng, Đạo Sư của ta đang ở đó. Nếu ta có thể đến đó, ta sẽ gặp Người.” Sự mong muốn không thể đo lường, không thể chịu đựng được, về người Thầy của ông dâng lên trong lòng khi ông nghĩ một cách tuyệt vọng về vị Đạo Sư của mình. Mắt ông đầm lệ, và ông bắt đầu hát một bài hát, “Nghĩ Đến Đạo Sư của Con”:

*Khi nghĩ đến Thầy, ôi Sư Phụ Marpa,
nỗi khổ của con được vui bớt;
Con, người khát sĩ, bây giờ hát dâng Thầy
khúc hát nhiệt tâm.*

*Bên trên Thung Lũng Ngọc Đá Đỏ, ở phương Đông,
Bềnh bồng một cụm mây trắng;
Bên dưới, giống như con voi nhảy chồm,
một hòn núi khổng lồ vươn cao;
Bên cạnh, tựa như một con sư tử đang nhảy lên,
lờ mờ hiện lên một đỉnh núi khác.*

*Trong ngôi chùa ở Thung Lũng Dro Wo
một tòa đá kèch sù yên nghỉ;*

Bây giờ ai đang ngự trên đó?
Có phải là Marpa Dịch giả?
Dù giới hạn vì tôn kính, con ước mong được thấy Thầy;
Nếu Thầy ở đó, con sẽ vui và an lạc.
Dù lòng tin yếu ớt, con ước mong được hội họp cùng Thầy.
Càng thiền định, con càng mong ước Thầy.

Vợ hiền của Thầy, Dagmema, còn ở với Thầy không?
Đối với bà, con biết ơn còn hơn cả mẹ con.
Nếu bà ở đó, con sẽ vui và an lạc.
Dù đi xa, con ước mong thấy bà,
Dù đường hiểm nghèo, con vẫn ước mong đoàn tụ cùng bà.
Càng chiêm nghiệm nhiều, con càng nghĩ đến Thầy.
Càng thiền định, con càng nghĩ đến Đạo Sư của con.

Nếu con có thể cùng nhau tụ họp thì thực là an lạc,
Ở đó có lẽ Thầy đang dạy Mật Điển Hevajra. (6)
Dù tâm trí đơn giản, con mong muốn học.
Dù dốt nát, con ước mong tụng đọc.
Càng chiêm nghiệm, con càng nghĩ đến Thầy;
Càng thiền định, con càng nghĩ đến Đạo Sư của con.

Thầy bây giờ có lẽ đang ban Bốn Lễ Khai Thị
Thủ Ấn (7) của Dòng Đạo Khẩu Truyền; (8)
Nếu có thể đoàn tụ cùng nhau, con sẽ vui và an lạc.
Dù thiếu công đức, con ước mong được khai thị –
Dù quá nghèo không thể cúng dường nhiều,
con mong được khai thị.
Càng chiêm nghiệm, con càng nghĩ đến Thầy;
Càng thiền định, con càng nghĩ đến Đạo Sư của con.

Bây giờ có lẽ Thầy đang dạy Sáu Yoga
của [Sư ông] Naropa; (9)
Nếu con có thể ở đó, con sẽ vui và hạnh phúc.
Dù thiếu tinh tấn, con cần học;
Dù nghèo kiên trì, con ước mong tu tập.
Càng chiêm nghiệm, con càng nghĩ đến Thầy;
Càng thiền định, con càng nghĩ đến Đạo Sư của con.

Các huynh đệ từ Weu và Tsang có thể đang ở đó.
Nếu vậy, con sẽ vui và hạnh phúc.
Dù Kinh Nghiệm và Chứng Ngộ của con thấp kém,
Con mong so sánh sở đắc của con với họ.
Dù trong niềm tin và tôn kính sâu xa nhất
Con không bao giờ xa cách Thầy,
Giờ đây con khổ sở vì cần thấy Thầy.

*Mong ước nồng nhiệt này làm con thống khổ,
Sự dày vò to lớn này làm con nghệt thở.
Đạo Sư ân huệ của con,
nguyện giải thoát con khỏi sự dày vò.*

Ngay khi Milarepa kết thúc, Tôn giả (Jetsun) Marpa (10) xuất hiện trên đám mây cầu vồng giống như chiếc y năm màu. Với ánh [thiên] quang luôn gia tăng tuôn tràn trên khuôn mặt, và cười con sư tử với yên cương giàu có, Tôn giả đến gần Milarepa.

“Đại Phù Thủy (11), con ta, tại sao con gọi ta một cách tuyệt vọng, với xúc động sâu xa như vậy?” Ông hỏi. “Tại sao con tranh đấu như vậy? Con không có niềm tin nơi Đạo Sư của con và Phật Hộ Trì sao? Ngoại giới có hấp dẫn con vì những ý nghĩ quấy rầy không? (12) Tám Gió Thế Gian (13) có hú lên trong hang động của con không? Có phải sợ hãi và ước mong đã hút đi sức mạnh của con? Có phải con đã không liên tục phụng sự chư Đạo Sư và Tam Bảo (14) ở trên? Có phải con đã không hiến công đức của con cho chúng sinh (15) trong Sáu Nẻo? (16) Có phải bản thân con đã không đạt đến cảnh giới ân huệ để con có thể tẩy sạch tội lỗi của con và thành tựu công đức không? Bất kể là nguyên nhân gì, con có thể chắc chắn rằng chúng ta không bao giờ chia cách. Vì thế, vì pháp, vì lợi ích của chúng sinh, con hãy tiếp tục thiền định.”

Được thị kiến hân hoan tối thượng phấn khích như thế, Milarepa hát trả lời:

*Khi con thấy vẻ mặt của Đạo Sư và nghe lời Người nói,
Con, người khát sĩ, được Khí (Prāṇa) khuấy động
trong tim (17)
Khi nhớ đến những lời dạy của Đạo Sư,
Trong lòng con sinh tôn kính.
Những sự gia trì từ bi của Người đã vào tim con;
Tất cả những ý nghĩ phá hoại (18) đều bị xua tan.*

*Bài hát nhiệt thành, gọi là “Nghĩ Đến Đạo Sư của Con.”
Thầy của con, chắc chắn Thầy đã nghe;
Song con vẫn còn trong u tối.
Xin hãy thương xót con và ban cho con sự hộ trì!*

*Sự kiên trì không thể chế ngự
Là hiển vật cao nhất dâng lên Đạo Sư.
Cách tốt nhất để làm Người hài lòng
Là chịu khó thiền định!
Ở trong hang động này, một mình,
Là phụng sự cao quý nhất đối với các thiên nữ Đa-ki-ni! (19)
Tự hiến mình cho Thánh Pháp
Là phụng sự tốt nhất cho Phật Giáo –
Hiển dâng đời con cho thiền định, như vậy
Trợ giúp những chúng sinh không người trợ giúp!
Thương sự chết và bệnh tật là sự gia trì
Qua đó rửa sạch tội lỗi;
Từ chối thức ăn bị cấm giúp người ta
Đạt Chứng Ngộ và Giác Ngộ;*

*Đáp lại nhân từ độ lượng của Sư Phụ
Con thiền định và thiền định nữa.*

*Đạo Sư của con, xin người bảo vệ con!
Xin giúp người khát sĩ này ở lại mãi mãi nơi ẩn tu.*

Phấn khởi, Milarepa sửa lại tấm y và mang bó củi trở lại hang động. Vào đến bên trong, ông giật mình thấy năm con quỷ Ấn Độ với mắt to như những cái đĩa. Một con ngồi trên chiếc giường của ông và đang thuyết giảng, hai con khác đang lắng nghe thuyết giảng, một con nữa đang chuẩn bị dọn thức ăn, và con cuối cùng đang nghiên cứu các sách của Milarepa.

Sau cái giật mình lúc đầu, Milarepa nghĩ, “Đây phải là hiện hình ma thuật của các thần địa phương không thích ta. Mặc dù ta đã sống ở đây một thời gian lâu, ta chưa bao giờ cho họ thứ gì hoặc lời khen nào.” Rồi ông bắt đầu hát một “Khúc Ca Khen Tặng Các Thần của Thung Lũng Ngọc Đá Đỏ”:

*Chỗ cô đơn này chỗ túp lều tôi đứng
Là nơi làm chư Phật hài lòng,
Nơi các bậc thành tựu cư ngụ,
Chỗ trú tôi ở một mình.*

*Bên trên Thung Lũng Ngọc Đá Đỏ
Mây trắng đang lướt qua;
Bên dưới, sông Tsang dịu dàng chảy;
Linh thú hoang lượn vòng ở giữa.*

*Những con ong đang vo ve giữa các bông hoa
Say sưa vì mùi thơm của chúng;
Trong đám cây, những con chim vỗ mỗi phút giây,
Rót đầy hư không tiếng hót của chim.*

*Trong Thung Lũng Ngọc Đá Đỏ
Những con sẻ non học bay,
Những con khỉ thích đánh đu và nhảy,
Và dã thú đua nhau rượt đuổi,
Trong khi tôi tu tập Hai Tâm Bồ-đề (20)
và yêu thích thiền định.*

*Chư vị quỷ, (21) ma, (22) và thần thổ địa,
Tất cả bạn của Milarepa,
Hãy uống cam lồ từ bi,
Rồi trở về chỗ ở của các người.*

Nhưng các quỷ ma Ấn Độ không biến mất, mà nhìn trân trân Milarepa một cách thông khổ. Hai quỷ trong bọn tiến tới, nhăn nhó và cắn vành môi dưới, còn quỷ kia thì nghiêng răng khểnh. Quỷ thứ ba, từ sau đi tới, cười danh ác và hét to, tựa hồ như cả bọn cố đe dọa Milarepa với những cái nhăn nhó và điệu bộ hãi hùng.

Biết động cơ ác độc của họ, Milarepa bắt đầu phép Thiền Định Phật Thịnh Nộ và tụng mạnh mẽ một thần chú đầy năng lực.(23) Nhưng các quỷ vẫn không bỏ đi. Rồi với tâm đại bi, ông thuyết giảng Pháp cho họ, nhưng họ vẫn ở lại đó.

Cuối cùng Milarepa tuyên bố, “Nhờ lòng từ bi của đức Marpa, *tôi đã chứng ngộ đầy đủ rằng tất cả chúng sinh và vạn vật đều là của tâm tôi. Tâm chính là tính trong sáng của Tánh Không.*(24) Do đó, *tất cả cái này dùng để làm gì, tôi ngu ngốc làm sao cố gắng xua đuổi những hiện tượng ở bên ngoài này.*” (25)

Rồi, với tâm trạng không sợ hãi, Milarepa hát, “Khúc Ca Chứng Ngộ”:

Hỡi Sư Phụ, Người đã chiến thắng Bốn Quý, (26)

Con cúi đầu đánh lễ Người, Dịch giả Marpa.

Con, như Người nhìn thấy, là người với một cái tên,

Con của Darsen Gharmo (27)

Đã được nuôi dưỡng trong thai cung của mẹ,

Đang hoàn thành Ba Kênh (28)

Là em bé, con đã ngủ trong nôi;

Là thanh niên, con đã canh chừng cửa,

Khi trưởng thành, con đã sống trên núi cao.

Dù bão trên đỉnh tuyết là đáng kinh,

Con không có sợ.

Dù hố sâu dốc đứng và nguy hiểm,

Con chẳng sờn lòng!

Con, như Sư phụ nhìn thấy, là người với một cái tên,

Là con của Chim Ưng Vàng (29)

Con đã mọc cánh và lông trong trứng.

Là em bé, con đã ngủ trong nôi,

Là thanh niên, con đã canh chừng cửa,

Khi trưởng thành, con đã bay trên bầu trời.

Dù bầu trời cao và rộng, con không sợ hãi;

Dù đường cheo leo và hẹp, con chẳng sờn lòng.

Con, như Sư Phụ nhìn thấy, là người với một cái tên,

Là con của Nya Chen Yor Mo, (30) Vua của loài cá.

Trong thai cung của mẹ, con đã xoay đôi mắt vàng;

Là em bé, con đã ngủ trong nôi;

Là thanh niên, con đã biết bơi,

Khi trưởng thành, con đã bơi trong biển lớn.

Dù sóng gầm đe dọa, con không sợ hãi,

Dù lưỡi câu thả quanh, con chẳng sờn lòng.

Con, như Sư Phụ nhìn thấy, là người với một cái tên,

Là con của các Lạt-ma Ghagyu.

Niềm tin đã sinh ra trong thai cung của mẹ.

*Là em bé, con đã vào cửa Pháp;
Là thanh niên, con đã học lời Phật dạy,
Khi trưởng thành, con đã sống một mình trong hang.
Dù quỷ ma và bao nhiêu yêu quái, con chẳng sờn lòng.*

*Móng vuốt của sư tử tuyết không bao giờ bị đông cứng,
Hay dùng làm gì
Mà gọi sư tử là “Vua” –
Kẻ có Ba Lực Toàn Hảo. (31)*

*Con chim ưng không bao giờ rơi từ trời cao,
Nếu nó rơi từ trời cao, phải chăng ấy là phi lý?
Một khối sắt không thể bị hòn đá phá vỡ;
Nếu bị phá vỡ, sao tinh luyện quặng sắt làm chi?
Ta, Milarepa, không sợ ma cũng không sợ quỷ;
Nếu Milarepa sợ ma hay quỷ, thì có ích gì
Sự Chứng Ngộ và Giác Ngộ của y?*

*Các người, ma, quỷ, kẻ thù của Pháp,
Ta chào các người hôm nay!
Tiếp các người là thích thú của ta!
Ta cầu các người ở lại; đừng vội bỏ đi;
Chúng ta sẽ cùng nhau đàm luận và vui chơi.
Dù các người sẽ đi, hãy ở lại đêm nay;
Chúng ta sẽ đem Pháp Đen chơi nhau với Pháp Trắng (32)
Và sẽ thấy ai chơi giỏi nhất.
Trước khi đến, các người đã thể làm cho ta khó khăn.
Xấu hổ và ô danh sẽ theo sau
Nếu các người trở về mà không làm tròn thế nguyện.*

Với tin tưởng Milarepa đứng dậy xông thẳng vào lũ quỷ trong hang của ông. Kinh hoàng, chúng thu mình lùi lại, xoay tròn đôi tròn mắt trong tuyệt vọng và rùng mình dữ dội. Rồi chúng cùng nhau xoay vòng như một xoáy tròn, tất cả bọn chúng nhập thành một và biến mất.

“Đây là Quỷ Vương, Vināyaka, (33) Kẻ Tạo Chướng Ngại, đến tìm cơ hội xấu,” Milarepa nghĩ. “Bão cũng vậy, chắc chắn là do y tạo ra. Nhờ từ bi của Đạo Sư ta nó không có cơ hội nào để hại ta.”

Sau đó, Milarepa đã đạt được sự tiến bộ tinh thần không thể đo lường được.

Đây là câu chuyện kể lại cuộc tấn công của Vua Quỷ Vināyaka; chuyện có ba nghĩa khác nhau và vì vậy có thể gọi là “Sáu Cách Nghĩ Đến Đạo Sư của Tôi,” “Câu Chuyện Thung Lũng Ngọc Đá Đỏ,” hay “Câu Chuyện Milarepa Nhật Củi.”

Chú Thích Chuyện 1

(1) Lâu Đài Chim Ưng trong Thung Lũng Ngọc Đá Đỏ (T.T.: mChon.Lun. Khuyn.Gi.rDon.). Mặc dù “mChon” thường có nghĩa là nhảy hay chồm lên, ở đây dường như nên dịch là “Ngọc” thì tốt hơn hay “Châu báu” – là một nghĩa khác của chữ đó.

(2) Mahāmudrā dịch là Đại Ấn hay Đại Thủ Ấn hay Đại Biểu Tượng là giáo lý thực tiễn về Tánh Không (Śūnyatā). Tánh Không là nguyên lý nhấn mạnh sự không hiện hữu của “bản thể” của tất cả hiện thể, là giáo pháp quan trọng nhất của Phật Giáo Đại Thừa cũng như của Mật tông Tây Tạng. Theo một vài học giả Tây Tạng, Giáo pháp Trung đạo (Mādhyamika), là giáo lý về Tánh Không trong hình thức tổng quát, trong khi Đại Thủ Ấn (Mahāmudrā) là giáo lý về Tánh Không theo đó người ta có thể thực tế đưa các nguyên lý của Trung đạo vào tu tập. [Lược bỏ đoạn giải thích chi tiết về Tánh Không của bản tiếng Anh – ND]

Phái Khẩu Truyền (Ghagyuba) [Kagyupa] và Cổ phái (Ningmaba) ở Tây tạng xem Đại Thủ Ấn là cao nhất và quan trọng nhất trong tất cả mọi giáo lý của Phật Giáo, phái Mũ Vàng (Gelugba) không hoàn toàn đồng ý như thế. Đại Thủ Ấn (Mahāmudrā), trong nhiều cách, rất giống với Thiền Trung Hoa.

(3) Pháp (Ph.: Dharma): Thuật ngữ này, được dùng thường nhất trong văn học Phật Giáo, có hai cách dùng: chỉ lời dạy của đức Phật, đôi khi được dịch là Pháp hay Giáo pháp, và chỉ hiện thể hay vật thể. Ở đây nó được dùng theo nghĩa thứ nhất.

(4) Thung lũng Dro Wo: nơi có chùa của Marpa.

(5) Dịch giả Marpa là thầy của Milarepa. Ông là một học giả vĩ đại cũng là một hành giả Yoga vĩ đại, đã sáng lập Phái Khẩu truyền (Ghagyuba) của Phật Giáo Tây Tạng.

(6) Hevajra: tên tiếng Phạn; từ Tây Tạng tương đương là dGyes. Pa,rDor.rje. Để giúp độc giả không quen với những từ Tây Tạng, nhiều tên và từ Phạn ngữ được dùng trong bản dịch cũng như trong các Chú thích.

(7) Bốn Lễ Khai Thị Thủ Ấn (T.T.: dWan.bShi): Lễ Khai Thị đầu tiên gọi là “Lễ Khai Thị Cái Bình.” Người nhận nó được cho phép tu tập Mantra Yoga hay Yoga Chân Ngôn. Thứ hai gọi là “Lễ Khai Thị Bí Mật,” và cho người nhận đặc quyền tu tập Prāṇa Yoga hay Yoga Luyện Khí. Thứ ba gọi là “Lễ Khai Thị Trí Tuệ,” và cho phép người nhận tu tập Prāñña Yoga hay Yoga Luyện Trí Tuệ. Thứ tư gọi là “Lễ Khai Thị Thủ Ấn,” và xác nhận đặc quyền tu tập Mahāmudrā Yoga hay Yoga Đại Thủ Ấn.

(8) Khẩu Truyền (T.T.: bKah.rGyud.Pa), trong sách này được dịch theo nhiều cách khác nhau: Khẩu Truyền hay Truyền Thừa hay Dòng Truyền Rì Tai. Trường phái này (Ghagyupa) trong thời kỳ đầu tiên, nhấn mạnh phép tu tập Yoga và truyền thống – gồm sự mật truyền bằng miệng các giáo lý. Sau này, khi nó phát triển thành Giáo hội có tu viện lớn, truyền thống này đã bị mất một phần.

(9) Sáu Yoga của Naropa: 1. Yoga về Nhiệt, 2. Yoga về Mộng, 3. Yoga về Thân Huyền, 4. Yoga về Bardo [Thân Trung Âm], 5. Yoga về Chuyển Hóa [Chuyển Thức], và 6. Yoga về Ánh Sáng [Tịnh Quang].

(10) Jetsun (T.T.: rJe.bTsun.): Từ Tây Tạng chỉ sự tôn kính đối với các vị lãnh đạo tôn giáo, thánh tăng, và các đại sư. [Có thể dịch là Tôn giả, ND].

(11) Đại Phù Thủy là biệt hiệu của Milarepa. [Xem thêm tiểu sử trong “*Milarepa, Con Người Siêu Việt*” - ND.]

(12) Ý nghĩ quấy rầy, Nhamdog (T.T.: rNam.rTog.): là một thuật ngữ rất thường dùng trong văn học Phật Giáo cũng như trong sách này. Nhamdog có nhiều nghĩa, nghĩa thông thường nhất là “ý nghĩ quấy rầy” hay “ý nghĩ tuôn chảy.” Dòng niệm tưởng miên tục không bao giờ ngừng, dù người ta có thể không ý thức sự hiện hữu của nó. Be bờ hay chặn đứng dòng niệm tưởng không dứt này là một điều kiện tiên quyết cho sự đạt Chánh định. Nhamdog còn có nghĩa là những ý nghĩ cuồng loạn, những phán xét sai, những ảo tưởng, những thay đổi bất thường, sự tưởng tượng, sự xung động, và vân vân.

(13) Tám Gió (hay Pháp) Thế Gian: tám ngọn “gió” hay ảnh hưởng quạt lên phiền não, tức là, được, mất; chê bai, tán tụng; ca ngợi, cười nhạo; ưu sầu, vui vẻ. Trong sách này, nó còn được dịch là “Tám Tham Dục Thế Gian”.

(14) Tam Bảo là ba thứ quý: Phật, Pháp, và Tăng. Phật là người đã Giác Ngộ Viên Mãn; Pháp là những lời dạy của Phật; Tăng là các hiền giả đã giác ngộ Phật Giáo.

(15) Chúng sinh: thuật ngữ chỉ loài người và tất cả sinh vật, vì lợi ích tu tập Pháp mà tất cả công đức đều được cúng dường cho tất cả chúng sinh.

(16) Sáu Nẻo hay Sáu Cõi hay Sáu Đường, tức là: Địa ngục, Ngạ quỷ, Súc sinh, A-tu-la, Người, và Thiên thần [chúng sinh ở cõi trời].

(17) Tâm-Khí: Người ta tin rằng đa số những thị kiến và xúc động cảm thấy trong thiền định là do Khí (Prāṇa) từ Trung Khu Trái Tim gây nên.

(18) Những ý nghĩ phá hoại: những ý nghĩ phi-Pháp, hay trái nghịch với Pháp.

(19) Đa-ki-ni (T.T.: mKhah.hGro.Ma.) là những thiên nữ đi trên không trung [không hành nữ]. Họ giữ những vai trò rất quan trọng trong việc thực hiện nhiều hành động Mật Giáo khác nhau.

(20) [Lược bỏ đoạn dịch giả bản tiếng Anh cố gắng định nghĩa Tâm Bồ-đề, chỉ giữ lại các thí dụ và giải thích dưới đây, ND].

Hai Tâm Bồ-đề: Đây là các Tâm Bồ-đề Thế Tục và Siêu Việt; hay Tâm Bồ-đề Như Ý và Tâm Bồ-đề Như Hạnh.

a) Tâm Bồ-đề Như Ý, thí dụ: ước mong, nguyện vọng giải thoát chúng sinh khỏi tất cả khổ, và đưa họ đến cảnh giới Phật.

b) Tâm Bồ-đề Như Hạnh, thí dụ: nguyện vọng, quyết tâm, và tu tập tất cả những hành vi công đức trong ánh sáng của Pháp, bao gồm Sáu Ba-la-mật (Lục độ), và các hạnh tu khác của Bồ-tát.

c) Tâm Bồ-đề Thế Tục: Tâm Bồ-đề của một người chưa nhận ra chân lý Tánh Không (Śūnyatā).

d) Tâm Bồ-đề Siêu Việt: Tâm Bồ-đề của một người đã nhận ra chân lý Tánh Không (Śūnyatā).

e) Tâm Bồ-đề, “mượn” của Mật Giáo (Tantrism), được dùng để chỉ tinh chất của năng lực dương hay âm, như hạt giống hay tinh dịch (T.T.: Tig.Le).

Tâm Bồ-đề, tùy theo văn mạch đôi khi được dịch là Tâm Giác Ngộ hay Tâm Đại bi.

(21) Nghĩa đen: Jung Bo (T.T.: hByun.Po.): một loại quỷ ở Tây Tạng.

(22) Nghĩa đen: Phi nhân (T.T.: Mi.Ma.Yin.): từ chung chỉ quỷ, ma, A-tu-la, và thiên thần.

(23) Thần Chú đầy năng lực (T.T.: Grag.sNags): một chân ngôn (mantra) hay thần chú có năng lực đuổi yêu quái hay trừ chướng ngại. Nó gồm các chân ngôn (mantras), thủ ấn (mudras), quán tưởng, và các pháp thuật nghi thức khác.

(24) Theo Đại Thủ Ấn (Mahāmudrā), bản tánh của tâm, tốt nhất có thể miêu tả như là sự Chiếu Sáng của Tánh Không, hay Tánh Không Quang Minh (T.T.: gSal.sTon.). Nó cũng dạy rằng bản tánh nguyên sơ của tâm, trong yếu tánh, không những là “không” mà còn là tự-thức quang minh hiện thân trong Tánh Không.

(25) Nghĩa đen: “...tôi ngu ngốc làm sao tôi cố gắng xua đuổi ma quỷ và người gây chướng ngại bên ngoài.”

(26) Bốn Quỷ: bốn chướng ngại chính làm trở ngại sự tiến bộ tinh thần của con người, được gọi một cách bóng bẩy “Bốn Quỷ.” Đó là quỷ bệnh tật, quỷ chướng ngại, quỷ chết, và quỷ dục vọng và phiền não.

(27) Darsen Gharmono: tên của con sư tử tuyết cái. Xem bài hát đầu ở Chuyện số 4.

(28) Ba Kênh (Nāḍīs). Đây là ba kênh mạch huyền bí trong thân thể con người – Kênh Phải, Kênh Trái, và Kênh Giữa. Kênh Phải (T.T.: Ro.Ma. rTsa., Ph.: Piṅgalā Nāḍī), được cho là tương ứng với hệ thái dương; Kênh Trái (T.T.: rKyan.Ma.rTsa., Phạn: Idā Nāḍī), tương ứng với hệ thái âm; Kênh Giữa (T.T.: dBu.Ma.rTsa., Phạn: Suṣumṇā Nāḍī), tương ứng với sự Hợp Nhất Thể.

(29) Nghĩa đen: Chim Ưng Vàng, Vua loài Chim hay Kim-xí-điều (Ph.:Gāruḍa).

(30) Nya Chen Yor Mo: Vua của tất cả loài cá, theo truyền thuyết Tây Tạng.

(31) Không rõ ám chỉ ba lực gì.

(32) Pháp Đen là huyền thuật; Pháp Trắng là lời Phật dạy.

(33) Vināyaka (T.T.: Bi.Na.Ya.Ga.): Một loại qui đặc biệt. Theo một vài nguồn tin, ấy là một tên khác cho “Gaṇeśa” hay cho “Gāruḍa.”

2. HÀNH TRÌNH ĐẾN LASHI

Kinh Lễ Chư Đạo Sư

Một lần, khi Đại sư Yoga, Jetsun (1) Milarepa, ẩn cư trong Thung Lũng Ngọc, ông nghĩ, “Ta nên vâng lệnh Đạo Sư của ta đến Núi Tuyết Lashi và tu tập thiền định ở đó,” rồi ông đi đến đó.

Milarepa đến gần Nya Non Tsar Ma, cổng vào Núi Tuyết Lashi, nơi người dân Tsar Ma đang mở tiệc ăn uống. Khi họ nói chuyện, có người hỏi, “Các bạn có biết hiện thời có một đại hành giả yoga gọi là Milarepa sống ở đó không? Ông ta luôn luôn ở một mình trong các núi tuyết, những nơi hẻo lánh không người, theo giới hạnh khổ tu mà không một ai trừ đức Phật toàn hảo là có thể đạt được. Có bao giờ các bạn nghe nói đến ông ta chưa?” Trong khi họ đang ca ngợi Jetsun, thì Milarepa bước đến cửa. Một cô gái đẹp tên là Lesebum, trang sức bằng những món nữ trang nhà giàu, chào đón ông ở đó, hỏi, “Ông là ai và ông từ đâu tới?” “Nữ chủ nhân thân mến,” Milarepa đáp, “Tôi là hành giả yoga Milarepa, người luôn sống một mình ở những nơi trong núi sâu không ai biết. Tôi đến đây xin thức ăn.” “Tôi vui lòng tặng ông một ít,” cô gái nói, “nhưng có thực ông là Milarepa không?” Milarepa đáp, “Không có lý do gì tôi phải nói dối với cô.” Cô gái hân hoan, liền chạy nhanh trở vào nhà tung tin ra. Cô ta kêu những người vui chơi chè chén, nói, “Các người đang nói chuyện về vị hành giả yoga nổi tiếng sống ở những nơi xa xôi. Ông ta bây giờ đang đứng trước cửa đó.”

Mọi người vội vã chạy đến cửa, một số cúi chào Jetsun, những người khác hỏi ông nhiều câu hỏi khác nhau. Kết quả, tất cả đều biết rằng ông thực sự là Milarepa. Rồi họ mời ông vào, tỏ lòng kính trọng, ngưỡng mộ ông, và cho ông thức ăn.

Nữ chủ nhân, một cô gái nhà giàu tên là Shindormo, tỏ lòng hiếu khách nhiều hơn đối với Jetsun, hỏi, “Tôn giả, tôi có thể hỏi ngài rằng ngài đang đi đâu không?” Milarepa đáp, “Tôi đang trên đường đến núi tuyết Lashi để thiền định.” Lúc ấy cô gái nói, “Chúng tôi hy vọng rằng ngài có thể làm ơn ở lại Dreloon Joomoo và ban sự gia trì cho nơi này. Chúng tôi cung cấp tất cả thức ăn cho ngài mà ngài không cần phải cố gắng làm gì cả.”

Trong đám thực khách có một thầy giáo gọi là Shaja Guna, ông ta nói với Milarepa, “Nếu thầy có lòng từ bi ở lại đây ở Dreloon Joomoo, cái thung lũng ma, thì thầy cũng có ích và chúng tôi cũng có ích. Tôi sẽ cố gắng hết sức để phục vụ thầy.” Một cư sĩ nói, “Kỳ diệu làm sao nếu chúng ta có thể có được vị đại hành giả yoga ấy ở lại với chúng ta! Tôi có một nông trại nuôi bò tốt, nhưng ma quỷ trở nên quá bạo dạn đến nỗi chúng đã thực sự xuất hiện [ngay cả giữa ban

ngày]! Chúng rất xấu xa đến nỗi tôi không dám đi gần chỗ ấy nữa. Tôi van xin thầy, vì nhân từ và ân huệ, đến viếng nông trại tôi ngay trưa nay.” Tất cả thực khách cúi đầu chào Jetsun, cầu xin ông đến nông trại ấy.

Milarepa đáp, “Tôi sẽ đến đó ngay bây giờ – nhưng không phải vì nông trại và trâu bò của ông mà vì lòng tôn kính Đạo Sư của tôi.”

“Thầy hứa đi là chúng tôi mãn nguyện rồi,” họ tuyên bố. “Bây giờ xin hãy để chúng tôi chuẩn bị những thức ăn ngon nhất và sắp xếp chuyến đi cho thầy.” Lúc ấy, Milarepa nói, “Tôi đã quen với cô tịch...Tôi sống trong hang động và không cần sự đồng hành hay thức ăn ngon. Nhưng hãy vui lòng chấp nhận lời cảm ơn của tôi vì sự tưởng nghĩ hiến tặng của các người. Trước hết, tôi sẽ đi đến nông trại một mình. Sau đó, các người có thể đến xem tôi đã làm gì.”

Khi Milarepa đến dưới chân núi, bọn Phi-nhân đã tạo ra những ảo cảnh hãi hùng để đe dọa ông. Con đường mòn dẫn lên đỉnh núi, dường như đục trời, rung chuyển và tung lên. Sấm giập dữ dội vang, chớp rách bươm đánh khắp chung quanh, núi hai bên run rẩy và thay đổi. Dòng sông bỗng nhiên trở thành con suối rách rưới và phá tung các bờ, biến thung lũng thành một cái hồ mê mông, những năm sau này người ta gọi nó là Hồ Quỷ. Milarepa vươn lên và làm một dáng điệu [bất ổn], con lụt liền hạ xuống. Ông đi xuống vùng thấp hơn của thung lũng. Bọn quỷ đã làm hai bên núi tả tơi. Những cơn mưa giông đá tảng rơi xuống như mưa lớn. Rồi nữ thần Đồi tạo cho Milarepa một lối mòn giống như rắn bò chạy theo rặng núi, con đường mòn về sau gọi là Đường Mòn Nữ Thần Đồi [hay Cầu Đa-ki-ni]. Việc này hàng phục hết các quỷ nhỏ, nhưng các quỷ lớn và mạnh tức giận vì thua trận, cùng nhau tụ tập chung quanh cuối Đường Mòn Nữ Thần Đồi, và mở ra một cuộc tấn công mới. Milarepa tập trung tâm lại và làm một dáng điệu huyền bí [bất ổn] để hàng phục bọn quỷ. Đột nhiên tất cả những ảo cảnh ma quỷ biến mất. Một dấu chân in xuống còn lưu lại trên tảng đá nơi Milarepa đã đứng. (2) Ông bước đi vài bước và cả bầu trời trở nên quang đãng. Trong tâm thái cao vời, ông ngồi xuống trên đỉnh đồi, nhập Định Tâm Từ, (3) và bị tâm vô lượng hướng đến tất cả chúng sinh xuất hiện trong tâm ông. Vì vậy, Milarepa đã kinh nghiệm sự phát triển và hừng khởi lớn của tâm linh. Về sau, chỗ ông ngồi được gọi là Đồi Từ. Rồi Milarepa đi đến bờ sông [nghĩa đen: Con Sông Thiện] nơi ông tu tập Yoga Dòng Sông. (4)

Vào ngày thứ mười trăng mùa thu năm Con Rồng Lửa, một con quỷ gọi là Bha Ro từ Nepal đến, dẫn theo một đoàn quân quỷ đầy cả đất trời trong thung lũng Sông Thiện, đến thách thức Milarepa.

Lũ quỷ nhỏ núi ném vào Jetsun, tấn công ông bằng lưỡi tầm sét và mưa vũ khí. Chúng la hét, nhục mạ ông bằng cách đe dọa: “Tội tao sẽ giết mày! Tội tao sẽ trói mày lại, chẻ mày thành nhiều mảnh!” và những câu tương tự như vậy. Chúng cũng hiện ra những hình dáng xấu xí và đáng sợ để dọa ông.

Cảm thấy mục đích ác của đoàn quân quỷ, Milarepa hát “Chân Lý của Nghiệp”:

*Con qui y tất cả chư Đạo Sư ân huệ,
Và chỉ tâm đánh lễ các Ngài.*

*Qua bóng nước và ảo ảnh,
Các người những quỷ ma nam và nữ ác hại
Có thể tạo ra những khủng bố dị thường này.
Các người quỷ Ah Tsa Ma (5) đáng thương, ma đói,
Các người chẳng bao giờ hại được ta đâu.*

Bởi vì Nghiệp tội lỗi của các người trong quá khứ

Đã chín muồi, (6) và các người đã nhận
Thân quý trong đời này.
Với tâm và thân dị dạng,
Các người lang thang trong hư không mãi mãi.

Bị những ô nhiễm dữ (7) lèo lái
Tâm các người đầy những ý nghĩ thù hận, xấu xa.
Hành vi, ngôn ngữ các người thì ác và phá hoại.
Các người la hét, “ Giết hắn! Chặt hắn! Đánh hắn!
Chém hắn!”

Ta là một hành giả yoga vô niệm (8)
Biết rằng không có gì gọi là tâm.

Bước đi hùng dũng như một con sư tử,
Hành động không sợ hãi như những người dũng cảm,
Thân ta hòa nhập với thân Phật,
Lời ta như chánh ngữ của Như Lai,
Tâm ta thấm nhập trong Cõi Đại Quang. (9)
Ta thấy rõ ràng tánh không của Sáu Nhóm. (10)
Một hành giả yoga, như ta, bỏ qua sự lăng nhục
của loài ma đói.

Nếu luật Nhân Quả có giá trị,
Và người vi phạm đáng để
Nghiep lực chín muồi (11) đưa y xuống
Con Đường khốn khổ, ưu phiền.

Ấy là phiền não và khổ đau mà các người,
những quý ma
Không hiểu Chân Lý! (12)
Ta, Milarepa trông bình dị,
Bây giờ dạy các người bài Pháp ca này.

Tất cả chúng sinh sống bằng dưỡng chất
Là cha của ta và mẹ của ta!
Làm thương tổn những ai chúng ta mang ơn
Thì quả thực vô nghĩa và ngu ngốc!

Nếu các người từ bỏ những ý nghĩ xấu xa
Ấy không phải là hành động vui sướng sao?
Nếu các người tu tập Mười Đức Hạnh (13)
Ấy không phải là sự gia trì và vui vẻ sao?
Hãy nhớ lấy điều này và suy tư ý nghĩa,
Hãy tận sức mình và xét kỹ nó đi.

Lúc ấy bọn quỷ chế nhạo Milarepa: “Mày nói chuyện rồi rạc như thế không lừa được tui tao đâu. Tui tao sẽ không ngừng pháp thuật để mày tự do đâu.” Rồi bọn quỷ gia tăng gấp bội vũ khí thần thông và sức mạnh của đội quân quỷ để làm khốn khổ ông. Milarepa suy nghĩ một lúc rồi nói, “Hãy nghe đây, các người đội quân quỷ! Nhờ ân đức Đạo Sư, ta đã trở thành một hành giả yoga giác ngộ đầy đủ Chân Lý Tối Hậu. Đối với ta, những khốn khổ và chướng ngại do quỷ gây ra là những vinh quang của tâm hành giả yoga. Khốn khổ như thế càng lớn, ta càng đạt được nhiều hơn trên Đường Bồ-đề. (14) Bây giờ hãy lắng nghe bài hát “Bảy Món Trang Sức” của ta:

*Con kính lễ Marpa Dịch giả
Con, người thấy thể tánh tối hậu của hiện hữu,
Hát bài hát [Bảy] Món Trang Sức.*

*Các người những ác quỷ tụ hội nơi đây,
Hãy đưa tai ra và lắng nghe kỹ lời ta hát.
Bên cạnh Tu-di, (15) ngọn núi trung tâm,
Bầu trời xanh chiếu khắp Châu phía Nam (16)
Bầu trời là vẻ đẹp của trái đất,
Màu xanh của trời là đồ trang sức của nó.
Cao bên trên, Đại Thụ của núi Tu-di (17)
Chiếu những tia sáng rực rỡ của hai vầng nhật nguyệt.
Sáng cả Bốn Châu.
Với từ bi, Long Vương (18) thị hiện thần thông;
Từ bầu trời mệnh mông, Vua Rồng cho mưa rơi xuống.
Của trái đất, đây là đồ trang sức.*

*Từ đại dương hơi nước dâng lên,
Đến bầu trời mệnh mông,
Tạo thành những đám mây lớn;
Luật nhân quả điều hành sự biến hoá của các đại
[nguyên tố].*

*Mùa hè, cầu vồng xuất hiện trên bình nguyên,
Dịu dàng yên nghỉ trên đồi.
Cầu vồng là sắc đẹp và là đồ trang sức
Của bình nguyên và núi.*

*Ở phương Tây, khi mưa rơi trên biển lạnh,
Các bụi và cây mọc đầy trên mặt đất.
Với vạn vật trên đại Châu,
Đây là vẻ đẹp và là đồ trang sức.*

*Ta, hành giả yoga thích ở nơi cô tịch,
Thiền định về Tánh Không của Tâm.
Kính sợ vì định lực của ta,
Các người những quỷ ma ganh tị bị buộc dùng huyền thuật.
Những bùa phép quỷ ma*

*Là vẻ đẹp và là đồ trang sức
Của hành giả yoga.*

*Các người, những Phi-nhân, hãy lắng nghe ta
và nghe cho kỹ!
Các người biết ta là ai không?
Ta là hành giả Yoga Milarepa;
Từ tim ta hiện ra
Đóa hoa Tâm – Giác Ngộ.
Với giọng trong veo, (19) ta hát ẩn dụ này
cho các người nghe,
Với những lời thành thật, ta giảng Pháp cho các người,
Với trái tim ân huệ, ta cho các người lời khuyên này.
Nếu trong tim các người Tâm vì Bồ-đề (20) nấy mầm,
Dù các người không thể trợ giúp được ai,
Bằng cách khước từ Mười Ác Hạnh, (21)
Hãy biết rằng các người sẽ được vui và giải thoát.
Nếu các người theo những lời ta dạy,
Thành tựu của các người sẽ tăng tiến rất nhiều;
Nếu các người tu tập Pháp bây giờ,
Niềm vui miên viễn cuối cùng sẽ ôm lấy các người.*

Đa số bọn quỉ đã được bài hát cải hóa, trở nên tin tưởng, kính trọng Milarepa, và đã ngừng thi triển bùa phép hiểm ác. Chúng nói, “Ngài quả thật là một đại hành giả yoga có pháp lực kỳ diệu. Không có sự giải thích về Chân Lý và sự tiết lộ pháp lực kỳ diệu của ngài, chúng tôi sẽ không bao giờ hiểu. Vì thế chúng tôi sẽ không làm phiền ngài nữa. Chúng tôi cũng biết ơn ngài nhất vì sự giảng dạy của ngài về Chân Lý Nghiệp. Tâm của chúng tôi thấm ướt bùn lầy của những suy nghĩ ngoan cố do thói quen. (22) Do đó, xin ngài dạy cho chúng tôi một bài học có ý nghĩa sâu xa, nhiều lợi ích, đơn giản để chúng tôi có thể hiểu và theo được.”

Lúc ấy Milarepa hát “Bài Hát về Bảy Chân Lý”:

*Con kính lễ Người, Marpa Dịch giả.
Nguyện xin Người cho con tăng trưởng Tâm Bồ-đề.*

*Dù lời hát có đẹp đến bao nhiêu,
Ấy cũng chỉ là đúng giọng cho những ai
Không lãnh hội được lời Chân Lý.
Nếu một ngụ ngôn không hợp với lời Phật dạy,
Dù có nghe hùng biện đến đâu,
Ấy cũng chỉ là âm vang quảng cáo.*

*Nếu một người không tu tập Pháp,
Dù cho học nhiều Giáo pháp đến đâu như y có thể tuyên bố,
Cũng chỉ là tự lừa dối mình thôi.*

*Sống trong cô tịch là tự giam mình trong ngục thất,
Nếu người ấy không tu tập theo lời dạy Khẩu Truyền.
Lao động trên nông trường sẽ chỉ là tự trừng phạt mình,
Nếu người ấy bỏ bê lời Phật dạy.*

*Với những ai không sống theo giới luật,
Lời nguyện chỉ là sự suy nghĩ ước mơ.
Với những ai không thực hành những gì họ dạy,
Diễn thuyết chỉ là nói dối không niềm tin.*

*Tránh làm sai, tội tự tiêu trừ,
Làm điều thiện, công đức kia sẽ được.
Hãy ở lại nơi cô liêu và thiền định một mình;
Nói nhiều chỉ vô ích.
Hãy làm theo những gì ta hát, và tu tập Pháp!*

Niềm tin vào Milarepa đã được khơi dậy thêm nữa nơi những người nghe ông, và họ kính trọng ông rất nhiều. Họ đánh lễ và đi nhiều vòng quanh ông nhiều lần. (23) Rồi đa số trở về nhà của họ. Nhưng quý lãnh đạo, Bha Ro, và một vài quý theo y vẫn chưa đi. Một lần nữa, chúng lại triệu gọi những ma cảnh khủng khiếp đe dọa Milarepa, nhưng ông đáp lại bằng bài hát nói về thiện và ác:

*Con cúi đầu đánh lễ dưới chân đức Marpa ân huệ.
Có phải những con quỷ độc hại các người
vẫn còn giận dữ?
Thân của các người có thể bay dễ dàng trên không trung,
Nhưng tâm các người đầy những ý nghĩ lỗi lầm do tập khí.
Các người nhe những răng nanh giết người
đe dọa người ta,
Nhưng các người có thể chắc rằng khi các người hại họ,
Các người chỉ tự chuốc lấy ưu phiền.*

*Nghiệp Luật không bao giờ thất bại vận hành;
Không ai thoát được một khi quả chín. (24)
Các người chỉ tự chuốc lấy ưu phiền.
Ma dối các người, sai lầm và tội lỗi!
Ta cảm thấy tiếc và thương hại cho các người.*

*Vì các người đang mãi gây tội lỗi,
Xấu ác là tự nhiên đối với các người.
Vì Nghiệp sát sinh trói buộc,
Các người lấy thịt và máu làm thực phẩm.
Do lấy đi sinh mạng người khác,
Các người sinh ra làm ma dối.*

Những hành vi tội lỗi đưa dẫn các người

*Đến những chỗ sâu của Con Đường hạ đẳng.
Hãy quay lưng lại, các bạn ơi, với Nghiệp cạm bẫy này,
Và cố gắng đạt chân hạnh phúc
Ở bên kia tất cả hy vọng và sợ hãi!*

Các qui chế điều: “Ông đóng vai nhà giảng Đạo lý thiện xảo gây ấn tượng nhất, nhưng ông đã có được niềm tin quyết nào do tu tập Pháp đem lại chưa?”
Milarepa đáp bằng “Khúc Hát Niềm Tin Chắc Hoàn Toàn”:

Chỉ tâm đánh lễ đức Marpa toàn hảo.

*Ta là hành giả yoga nhận thức Chân Lý Tối Hậu.
Trong Bản nguyên Bất Sinh, ta trước tiên đạt niềm tin chắc;
Trên Con Đường Bất Diệt, dần dần hoàn thiện
năng lực của ta;
Với các biểu tượng và chân ngôn đầy ý nghĩa
Lưu xuất từ tâm đại bi
Bây giờ ta hát khúc hát này
Từ cõi tuyệt đối của Pháp Tánh.*

*Bởi vì Nghiệp tội lỗi của các người đã tạo
Dày mù lòa và chướng ngại không thể vượt qua,
Các người không thể hiểu nghĩa
Của Chân Lý Tối Hậu.
Vậy, hãy lắng nghe Chân Lý Phương Tiện. (25)*

*Trong các Kinh xưa không tì vết,
Tất cả chư Phật trong quá khứ đã nhiều lần
Khuyến nhủ bằng Chân Lý Nghiệp vĩnh viễn –
Rằng mọi chúng sinh đều là người thân thuộc.
Đây là Chân Lý vĩnh viễn chẳng bao giờ thất bại.
Hãy lắng nghe kỹ lời dạy của Bi Tâm.*

*Ta, hành giả yoga đã phát triển nhờ các phép tu hành,
Hãy biết rằng các chướng ngại bên ngoài chỉ là bóng diễn,
Và thế gian ma cảnh
Một trò chơi huyền thuật của tâm bất sinh.*

*Bằng cách nhìn vào trong tâm sẽ thấy
Bản tánh của Tâm – không bản thể, vốn là không.
Qua thiền định trong cô liêu, ân huệ
Của chư Đạo Sư Truyền Thừa và giáo lý
Của Naropa (26) vĩ đại, đạt được.
Chân Lý bên trong của Phật
Sẽ là đối tượng của thiền định.*

*Nhờ sự chỉ dạy ân huệ của Đạo Sư ta,
Mà hiểu được nội nghĩa khó hiểu của Mật Điện.
Qua tu tập các Yoga Phát Sinh và Hoàn Thiện, (27)
Lực Sống phát sinh
Và nhận ra duyên cớ của tiểu vũ trụ bên trong.
Như vậy ta không sợ
Những chướng ngại hư huyền ở thế giới bên ngoài.*

*Ta thuộc Dòng Truyền Thừa Thần Diệu vĩ đại,
Với vô số hành giả yoga nhiều như tất cả Hư không to lớn.*

*Khi một người trong tâm ngấm ngấm
Về trạng thái bản nguyên của Tâm,
Những ảo tưởng của y tiêu tan
Vào trong Pháp giới. (28)
Không thể thấy ai gây khổ và ai bị khổ.
Học hết các Kinh
Cũng không dạy gì hơn thế.*

Lúc bấy giờ quỷ lãnh đạo và các quỷ tùy thuộc dâng những chiếc sọ người (29) của chúng cho Milarepa, cúi đầu làm lễ, và đi nhiều quanh Milarepa nhiều lần. Chúng hứa đem cho ông một tháng thực phẩm, và biến mất như cầu vồng trên trời.

Sáng hôm sau lúc mặt trời mọc, quỷ Bha Ro từ Mon mang theo những nữ ma trang phục quần áo nhà giàu và một đám tùy tùng. Chúng mang theo những ly ngọc đầy rượu nho, những đĩa bằng đồng chất đầy nhiều món ăn khác nhau, gồm cả cơm và thịt, dâng cho Jetsun. Hứa rằng từ đây về sau sẽ phục vụ và vâng lời ông, chúng cúi đầu chào nhiều lần rồi biến mất. Một trong các quỷ đó, gọi là Jarbo Ton Drem, là lãnh đạo của nhiều Thiên thần (Deva).

Qua kinh nghiệm này, Milarepa đạt được sự tiến bộ lớn trong Yoga. Ông đã ở lại đó một tháng, đầy tinh thần và niềm vui, không có những cơn đau vì đói.

Một hôm, [khi tháng ấy đã qua], Milarepa nhớ lại một nơi ở Lashi đã nổi tiếng vì nước tốt, và quyết định đến đó. Trên đường đi, ông đến một vùng thảo nguyên điểm xuyết những cây tần hà liễu sum sê. Ở giữa vùng thảo nguyên nhô lên một tảng đá với một chứng vật vươn lên bên trên nó. Milarepa ngồi trên tảng đá ấy một lúc; nhiều nữ thần xuất hiện, cúi đầu chào ông, và biểu ông những vật đáng ưa thích. Một trong các nữ thần cũng để lại dấu hai bàn chân in trên tảng đá, rồi biến mất như một chiếc cầu vồng.

Khi Milarepa tiến tới trên đường, một đám quỷ tụ tập và dùng phù chú tạo ra những ảo ảnh các cơ quan của người nữ trên đường đi để kích động ông. Lúc ấy Jetsun nhiếp tâm mình và bày ra cơ quan người nam dựng đứng của mình với một dáng điệu [bất ổn]. Ông còn đi xa hơn, xuyên qua ma ảnh chín cơ quan của người nữ, đến một chỗ có một hòn đá có hình dạng giống như âm đạo đứng ở chính giữa – tinh yếu của khu vực. Ông đút một hòn đá có hình giống như dương vật vào lỗ hồng của tảng đá, [một hành động tượng trưng] (30) hiện ra những hình ảnh kích thích tình dục do các quỷ tạo nên. Chỗ ấy về sau gọi là Ladgu Lungu.

Khi Milarepa đến giữa thảo nguyên, quỷ Bha Ro trở lại chào đón ông. Y chuẩn bị giảng tòa cho Jetsun, tặng phẩm vật và phục vụ, rồi yêu cầu ông giảng Phật Giáo. Milarepa thuyết giảng khái quát về Nghiệp, rồi quỷ biến thành một khối đá lớn ở trước giảng tòa.

Milarepa, trong tâm trạng rất vui, đã ở lại trên trung tâm thảo nguyên một tháng, rồi du hành sang Nya Non Tsa Ma. Ông bảo người ở đó rằng thảo nguyên quả thực đã là vô danh cho đến khi ông hàng phục các quỷ và biến nó thành một nơi thích hợp để tu tập Pháp. Ông cũng bảo họ rằng ông muốn trở lại đó để thiền định càng sớm càng tốt. Sau sự việc này, người dân ở Nya Non có lòng tin sâu xa nơi Milarepa.

Đây là câu chuyện về “Cuộc Hành Trình đến Lashi.”

Chú Thích Chuyện 2

(1) Jetsun: Tôn giả. Xem Chuyện 1, Chú thích 10.

(2) Người Tây Tạng tin rằng những người giác ngộ tâm linh có khả năng thi triển những việc làm phi thường hay thần thông. Để lại dấu chân trên những vật cứng, như đá chẳng hạn, được xem như là bằng chứng của năng lực huyền bí và sự thành tựu của một hành giả yoga. Nhiều bằng chứng về niềm tin này có thể tìm thấy ở Tây Tạng.

(3) Định Tâm Từ: Theo Phật Giáo, Định (Samādhi) chỉ là một trạng thái của tâm tập trung sâu xa. Nó có thể áp dụng hay lợi dụng cho bất cứ một mục đích tôn giáo nào.

(4) Yoga Dòng Sông: Trong Định này hành giả kinh nghiệm sự đồng nhất của mình với dòng Vũ trụ, song hành giả siêu vượt nó. Hành giả không bao giờ rút mình ra khỏi dòng, cũng không có ý định làm ngơ nó; hành giả ở trong đó, nhưng không bị nó ràng buộc. Định này là hình thái năng động hay thể hoạt năng của Yoga Đại Thủ Ấn.

(5) Tên Tây Tạng đặt cho quỷ Án Độ.

(6) Nghiệp chín muối hay thuần thực (T.T.: rNam.sMin.Gyi.Las.; Ph.: Vipāka Karma): Luật về Nghiệp nói rằng thông thường một hành vi không chỉ mang lại một hậu quả mà là nhiều hậu quả. Ví dụ, nếu một người phạm tội giết người, y sẽ bị lương tâm, pháp luật, sự sụp đổ thanh danh và đời sống của y, v.v...trùng phạt. Nhưng đây không phải là tất cả. Sức mạnh của nghiệp chưa kiệt quệ. Trong tương lai sự đầu thai, hay nhiều kiếp đầu thai, người sát nhân sẽ chịu Nghiệp lực huyền bí này cản ngăn sinh mạng và đem đến nhiều bệnh tật cho y; hoặc y sẽ có khuynh hướng tái sinh vào những lúc và nơi thường có chiến tranh và hiểm nghèo. Sức mạnh này, Nghiệp chín muối trong nhiều kiếp khác nhau, dường như là khía cạnh nền tảng nhất và huyền bí nhất của giáo lý Phật Giáo.

(7) Ô nhiễm dữ (Ph.: Kleśa): Đây là những dục vọng và đam mê mãnh liệt gây ra tất cả đau khổ và phiền não trong cuộc sống luân hồi.

(8) Vô Niệm: Một hành giả yoga thành tựu sẽ giải thoát mình khỏi tất cả mọi ý nghĩ hay khái niệm, dù đơn giản hay phức tạp, thiện hay ác, nhất nguyên hay nhị nguyên,... đây gọi là đạt Trí Bình Đẳng hay Trí Vô Phân Biệt.

(9) Cảnh giới Đại Quang Minh là cảnh giới của Phật Tánh nguyên thủy. Chữ “Quang Minh” không nên hiểu theo nghĩa đen là chỉ cái gì đó chiếu sáng. Nó thực sự ở bên kia mọi diễn đạt và gán ghép. Nó là sự sáng láng tự do và phổ biến, không có chút gì bám víu hay dính mắc. “Đại Quang Minh” có lẽ là từ tốt nhất dùng miêu tả nó.

(10) Sáu Nhóm (T.T.: Tsogs Drug.): là sáu thức và sáu trần. Sáu thức là thức của mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, và ý thức phân biệt. Sáu trần là: màu sắc hay hình thể, âm thanh, mùi, vị, xúc chạm, và pháp.

(11) Xem Chú thích 6

(12) Câu này cũng có thể dịch là “... không hiểu Chân Lý Nội tại.”

(13) Mười Đức Hạnh (Điều Thiện): Trái với Mười Ác Hạnh (Điều Ác), xem Chú thích 21.

(14) Đường Bồ-đề: Con Đường đưa đến Phật Tánh. Đây là pháp tu của Bồ-tát, như đã dạy trong Phật Giáo Đại Thừa.

(15) Núi Tu-di (Sumeru): Theo truyền thuyết là trung tâm Vũ trụ, một ý tưởng Phật Giáo mượn của Ấn Độ Giáo, và một vài học giả hiện đại tin rằng nó chỉ một nơi trong rừng Hy-mã-lạp-sơn.

(16) Châu phía Nam: Theo truyền thuyết Phật Giáo, trái đất mà chúng ta đang sống trên đó là Châu phía Nam. Có bốn châu trong vũ trụ này, trôi nổi trên biển: Nam, Bắc, Đông, và Tây. Đứng chính giữa bốn châu là núi Tu-di vĩ đại. [Bốn châu: Bắc Cu-lu-châu (Uttara-kuru), Nam Thiêm bộ châu hay Diêm phù đề (Jambudvīpa) là trái đất chúng ta ở, Đông Thắng thần châu (Purva-videha), và Tây Ngưu hóa châu (Godara), ND].

(17) Đại Thọ của Núi Tu-di: Ấm chỉ một truyền thuyết khác của Phật Giáo: Từ đáy đại dương, một cây mọc lên cao đụng đỉnh trời. Các A-tu-la sống trong đại dương đó, gây lộn và đánh nhau với chư Thiên để dành lấy quyền sở hữu cây này.

(18) Long Vương hay Vua Rồng điều khiển mưa.

(19) Người ta nói rằng Milarepa có giọng hát rất hay. Xem Tiểu sử của ông “Tibet’s Great Yogi, Milarepa” của W. Y. Evans-Wentz. [Cũng xem “Milarepa, Con Người Siêu Việt.” ND].

(20) Hay, Tâm-vì-Bồ-đề, Trái-tim-vì-Bồ-đề hay Tâm Bồ-đề (Phạn: Bodhicitta, T.T.: Byan.Chub.Sems.): “Bồ-đề” chỉ trạng thái giác ngộ Phật Tánh. “Tâm-vì-Bồ-đề” là sự ham muốn đạt được sự giác ngộ như thế; nhưng từ này thường ám chỉ còn nhiều hơn sự ước muốn; nó cũng ám chỉ lời thệ nguyện cứu độ tất cả chúng sinh qua những việc làm công đức và tu tập tinh thần, gồm sáu Ba-la-mật [Lục độ]. “Tâm Bồ-đề” là một từ bao hàm nhiều ý nghĩa. Nó không những chỉ ước muốn hay “trái tim” vì Phật Tánh và sự tu tập dẫn đến chứng ngộ Phật Tánh, nhưng trong nhiều trường hợp, nó chỉ Trí Tuệ trực giác nhận ra Chân Lý Tối Hậu – Pháp Thân. Do đó, “Tâm Bồ-đề” được dịch bằng nhiều từ khác nhau như trên, tùy theo văn mạch.

(21) Mười Ác Hạnh: sát sinh, trộm cắp, tà dâm, lừa gạt, nói hai chiều, nói lời thô bạo, nói chuyện vô nghĩa, tham dục, giận dữ, tà kiến. Mười Ác hạnh đối nghịch với Mười Đức Hạnh ở đoạn trước.

(22) Tư tưởng hay ý nghĩ do thói quen hay tập khí: sức mạnh lèo lái chúng sinh hữu tình trong luân hồi sinh tử.

(23) Đi nhiều quanh ông: Để tỏ lòng kính trọng đối với Phật, Pháp, và Đạo Sư hay các tăng nhân đáng kính khác, tín đồ Phật Giáo có thói quen đi vòng quanh người hay vật được kính trọng ba lần theo chiều kim đồng hồ rồi quỳ lạy. Tuy nhiên, phong tục này đã chết ở nhiều quốc gia Phật Giáo ngày nay.

(24) Nghiệp Chín muối (thuần thực), hay đôi khi Quả Chín muối (T.T.: rNam.sMin.): Xem Chú thích 6.

(25) Chân Lý Phương Tiện (T.T.: Dran.Don.): Bởi vì có những cá nhân và nhóm người có căn cơ khác nhau nên không thể ban giáo lý tối thượng cho tất cả. Những lời dạy phương tiện dẫn dắt con người hướng về Chân Lý Tối Hậu là cần thiết cho đa số. Tuy nhiên, những lời dạy phương tiện, theo nguyên tắc phải phù hợp và trong tu tập phải đưa dẫn đến Chân Lý Tối Hậu. Như vậy, chúng cũng được biết đến như là những “*Chân Lý Phương Tiện*.” Theo ánh sáng này, các nhà Phật học Đại Thừa đánh giá những giáo lý khác nhau của các trường phái và tôn giáo khác nhau.

(26) Naropa: Thầy của Marpa.

(27) Yoga Phát Sinh và Hoàn Thiện (T.T.: sKyed.Rim.Dan.rDsogs. Rim.): Trong Anuttara Tantra (Mật Điện Vô Thượng) có hai pháp tu chính:

a) Giáo lý “Các Bước Tuần Tự Hướng Đến Sáng Tạo,” có thể dịch là “Yoga Phát Sinh hay Tăng Trưởng.” Nó là giáo lý và sự tu tập để đồng nhất mình với sự Sáng Tạo của Mật Điện (Tantra).

b) Giáo lý “Các Bước Tuần Tự để Hoàn Thành hay Hoàn Thiện, có thể dịch là “Yoga Hoàn Thiện.” Đây là loại Yoga cao cấp, phương pháp tu tập khiến người tu tập đồng nhất mình với Toàn Hào Tối Hậu, hay Đại Niết Bàn.

(28) Pháp giới (Phạn: Dharmadhātu): Tính Phổ Biến Tuyệt Đối hay Chân Lý Tổng Thể.

(29) Theo truyền thống Mật Giáo, dâng chiếc xương sọ người là chứng vật trang nghiêm nhất mà qui hay ma có thể làm được. Nó tượng trưng cho sự đầu hàng hoàn toàn của thân và hồn cho người nào mà chúng đã lập lời thề.

(30) Ý nghĩa của đoạn văn này có tính cách Mật Giáo, do đó, không rõ ràng. Vì vậy, có thể có những cách giải thích khác nhau. Đây là phỏng dịch.

3. KHÚC CA RĂNG NÚI TUYẾT

Kinh Lễ Chư Đạo Sư

Danh tiếng của Jetsun Milarepa chinh phục quỷ ma lan rộng vì kết quả sự viếng thăm của ông ở vùng Núi Tuyết Lashi. Tất cả dân làng Nya Non trở thành những người bảo trợ của ông, cúng dường và phục vụ ông. Trong bọn họ có một người đàn bà tên là Wurmo, với lòng tin sâu xa nhiệt tình tìm cầu Giáo Pháp. Bà có một cậu con trai nhỏ gọi là Joupuva mà bà đã định tâm tặng cho Milarepa làm người hầu cận khi cậu bé lớn lên.

Milarepa được dân làng Nya Non Tsar Ma mời ở lại, và có Shindormo, nữ bảo trợ, hầu cận. Jetsun ở lại làng một thời gian, nhưng trở nên chán ngán trầm trọng vì tính cách thế gian của mọi người. Tỏ ra không an lạc, ông bảo dân làng rằng ông muốn trở lại Núi Tuyết Lashi.

Lúc ấy dân làng khóc, “Tôn Giả! Chỉ vì chúng tôi mà không phải vì lợi ích của những chúng sinh khác mà chúng tôi yêu cầu ngài ở lại làng và dạy chúng tôi mùa đông này. Ngài có thể hàng phục quỷ bất cứ lúc nào. Mùa xuân tới mọi thứ sẽ sẵn sàng cho ngài đi.” Dunba (1) Shajaguna đáng kính [một giáo sĩ] và Shindormo đặc biệt nhiệt tâm trong các thỉnh cầu: “Mùa đông đang đến, ngài sẽ gặp rất nhiều khó khăn và cực nhọc trên núi tuyết. Xin vui lòng hoãn lại việc ra đi cho đến sau này.”

Bất chấp sự thỉnh cầu nhiều lần của họ, Milarepa quyết định đi. “Tôi là con cháu của Dòng Truyền Thừa Naropa,” ông nói “tôi không sợ khó nhọc và bão táp trên núi tuyết. Với tôi, ở lại trường kỳ trong làng còn tệ hơn là chết. Đạo Sư Marpa của tôi cũng đã ra lệnh cho tôi tránh những sự phân tâm thế gian mà ở lại trong cô tịch để theo đuổi sự sùng mộ của tôi.”

Lúc ấy dân làng Tsar Ma nhanh chóng sửa soạn lương thực cho ông. Trước khi ra đi, ông hứa sẽ gặp những ai đến với ông để được chỉ dạy Pháp trong mùa đông. Dunba Shajaguna, Shindormo, và bốn người khác, tăng nhân và cư sĩ, đã mang đồ uống đến cho bữa tiệc tiễn đưa, cùng đi với Jetsun. Họ băng qua một ngọn đồi và đến một cao nguyên nhỏ.

Mang theo bột mì, gạo, một miếng thịt, và một miếng bơ, Milarepa bước đi một mình về phía Động Hang Ma, nơi ông định ở đó.

Trên đường trở về nhà, sáu đệ tử gặp một trận bão khủng khiếp trên sườn núi xa bên kia, quá mù mịt họ khó có thể thấy được đường đi. Họ phải gom tất cả sức lực để chống lại bão, và họ chỉ đến làng sau khi mọi người đã mệt nhọc trong đêm.

Tuyết rơi mười tám ngày đêm, cắt đứt liên lạc giữa Drin và Nya Non sáu tháng. Tất cả đệ tử của Milarepa cho rằng Đạo Sư của họ đã bị chết trong bão, và để tưởng nhớ ông, họ đã tổ chức một bữa tiệc lễ cúng trọng thể xá tội.

Vào tháng Saga [phần của tháng ba và tháng tư], các đệ tử mang theo rìu và các dụng cụ khác, đi tìm thi thể của Jetsun. Vì thiếu định hướng, họ ngồi xuống nghỉ một lúc lâu. Xa xa họ thấy một con báo tuyết đang ngáp và vươn mình như sắp leo lên một tảng đá to. Họ nhìn nó một

lúc lâu, cho đến khi nó hoàn toàn biến mất. Họ chắc chắn rằng họ sẽ không tìm thấy thi thể của Jetsun, vì họ tin rằng con báo đã giết và ăn thịt ông rồi. Họ thì thầm, “Vẫn có thể tìm được chút ít quần áo hay tóc ông còn lại chứ?” Chính ý nghĩ này làm họ khóc trong sầu khổ. Rồi họ chú ý thấy có những vết chân bên cạnh lối đi của con báo. Sau này, con đường mòn hẹp nơi hình ảnh của con báo [hay cạp] đã xuất hiện được biết đến như là “Đường Mòn Cạp Beo.” [Thấy cảnh quái lạ về con báo], dân làng bị huyền hoặc. Họ nghĩ, “Đây có phải là phù chú của Thần hay ma?” Trong bối rối, họ đến gần cái Động Hàng Ma, và họ nghe Milarepa đang hát. Họ tự hỏi, “Có thể nào các tay thợ săn tặng thịt cho Jetsun, hay ông ta đã tìm được con mồi nào đó còn sót lại, vì vậy ông ta không chết?”

Khi họ đến cái động, Milarepa khiển trách họ: “Các người những kẻ chậm chạp, các người đã đến sườn núi bên kia lâu rồi. Tại sao lại mất nhiều thời gian như thế mới đến đây? Thức ăn đã được chuẩn bị lâu rồi, chắc phải nguội lạnh mất. Nhanh lên! Hãy vào đi!” Các đệ tử quá vui, la lên và sung sướng nhảy múa. Họ nhanh chóng chạy đến Jetsun và cúi đầu làm lễ. Milarepa nói, “Bây giờ không phải là lúc bàn cãi chuyện này; bây giờ là lúc để ăn.” Nhưng trước hết họ cúi đầu làm lễ, chào mừng ông và hỏi thăm sức khỏe của ông. Rồi họ nhìn quanh hang động và thấy bột lúa mì họ tặng ông vẫn còn chưa dùng hết. Một đĩa lúa mạch, cơm, và thịt đã sẵn sàng. Dunba Shajaguna kêu với Jetsun, “Quả thật, đây là bữa ăn chiều cho chúng tôi, nhưng chắc ngài đã biết rằng chúng tôi đang đến.” Milarepa đáp, “Khi tôi đang ngồi trên tảng đá, tôi thấy tất cả mọi người đang nghỉ phía bên kia đèo.” “Chúng tôi thấy một con báo ngồi trên đó,” Dunba Shajaguna nói, “nhưng chúng tôi không thấy ngài. Lúc ấy ngài ở đâu?” “Tôi chính là con báo,” Milarepa đáp. “Với một hành giả yoga đã hoàn toàn làm chủ được Tâm-Khí, (2) cũng hoàn toàn kiểm soát được yếu tánh của Bốn Đại. Ông ta có thể tự biến mình thành bất cứ hình thể nào tùy ý chọn. Tôi đã cho các người thấy huyền lực của tôi biểu hiện những hành động siêu nhiên bởi vì tất cả các người là những đệ tử tài năng và tiên tiến. Tuy nhiên, các người chớ nói chuyện này với ai.” Shinmordo nói, “Jetsun, mặt và thân của ngài dường như có vẻ có nhiều sức khỏe hơn năm ngoái. Những con đường mòn cả hai bên sườn núi đều bị tuyết lấp hết, không ai có thể đi qua được để đem thức ăn cho ngài. Ngài được thần tiên nuôi ăn hay là tìm được con vật nào bị đã thú giết chết? Bí mật là gì?”

Milarepa đáp. “Phần lớn thời gian, tôi ở trong Định, nên không cần thức ăn. Vào những ngày có thức ăn thịnh soạn, nhiều nữ thân Đa-ki-ni (3) đã cho tôi thức ăn trong những cuộc hội họp lễ tiệc Mật Giáo của họ. Có khi tôi ăn một ít bột mì khô trên đầu muông, như tôi đã ăn ngày hôm qua và mấy ngày trước. Vào cuối tháng con Ngựa, tôi đã có một thị kiến rằng tất cả các người, những đệ tử của tôi, vây quanh tôi và tặng tôi rất nhiều thứ để ăn và uống trong nhiều ngày sau đó tôi không cảm thấy đói gì cả. Nhân tiện, các người đã làm gì cuối tháng con Ngựa?” Các đệ tử đếm ngược thời gian và họ thấy rằng đó là ngày họ đã tổ chức tiệc cúng dường trọng thể cho Jetsun vì tin rằng ông đã chết. Milarepa phê bình, “Khi người thế gian cúng dường, chắc chắn có ích cho Cảnh Giới Trung Gian Bardo (4) của họ. Tuy nhiên, chúng ngộ được Cảnh Giới Trung Gian Ổ-Đây-và-Bây-Giờ thì còn tốt và có ích hơn nhiều.” (5)

Các đệ tử nhiệt tâm tìm kiếm Milarepa nài nỉ ông xuống Nya Non, nhưng ông từ chối và nói rằng, “Tôi rất thích ở lại đây. Định (Samadhi) của tôi cũng tỏ ra tiên bộ. Tôi muốn ở lại, các người hãy trở về mà không có tôi vậy!” Nhưng các đệ tử phản đối, “Nếu Tôn giả không xuống núi với chúng con lần này, dân làng Nya Non sẽ trách chúng con đã bỏ ngài một mình đi xuống mồ. Rồi họ sẽ hành hung và chửi mắng thậm tệ chúng con.” Wurmo khóc, “Nếu ngài không xuống, chúng con sẽ khiêng ngài xuống hoặc sẽ ngồi lại đây cho đến chết vậy.” Milarepa không thể phản kháng sự khẳng khái thỉnh cầu của họ, và bắt buộc phải nhượng bộ, đồng ý xuống núi với họ.

Lúc ấy các đệ tử nói, “Có thể các nữ thần Đa-ki-ni không cần ngài, nhưng các đệ tử trong Truyền Thừa của ngài chắc chắn cần. Bây giờ hãy để chúng con cho các nữ thần Đa-ki-ni thấy làm cách nào chúng con có thể chinh phục tuyết mà không có giày tuyết.”

Sáng hôm sau, tất cả bọn họ từ giả hang động và đi xuống Nya Non. Shindormo đi trước đem tin lành cho dân làng rằng Jetsun vẫn còn sống và đang trở về với họ.

[Khi họ đến gần làng], Milarepa và các đệ tử đến một tảng đá khổng lồ phẳng có hình dạng giống như cái sàn, những người nông dân đã đập lúa mì của họ trên đó. Vào lúc ấy, tin ông về đến làng đã lan rộng. Đàn ông và đàn bà, người lớn và trẻ con, già và trẻ, tất cả tụ thành đám đến với Milarepa, nhìn ông, ôm ông, khóc đầy xúc động, hỏi thăm sức khỏe của ông, trân trọng chào mừng ông, và cúi đầu làm lễ với ông. Đáp lại, Milarepa, với đôi giày tuyết vẫn còn trên chân, đứng tựa cằm trên đầu gậy hát:

*Các người và tôi – những bảo trợ nam và nữ,
và ông già Milarepa,
Dưới tầng lộng gia trì của bầu trời cát tường này,
Hãy gặp một lần nữa trước khi kiếp sống thế gian
của chúng ta qua mắt.
Tôi hát để trả lời câu hỏi các người về sức khỏe của tôi.
Hãy lắng nghe, và hãy chú ý những gì tôi hát!*

*Vào cuối năm con Cọp
Trước khi năm con Thỏ bắt đầu,
Vào ngày thứ sáu Wa Jal,
Một cảm xúc khước từ chỗi dậy trong tôi.
Milarepa, kẻ ẩn tu, đến Núi Tuyết Lashi xa xôi
Bám vào nơi cô tịch.
Dường như trời và đất đã đồng ý với nhau; ở giữa,
Một cơn gió xé da được gửi đến;
Những dòng sông chảy, những con suối sóng dâng;
Mây đen bị quét đến từ mọi hướng;
Mặt trời và mặt trăng bị nhốt trong u tối;
Và Hăm Tám Chòm Sao (6) bị giữ chặt.
Giải Ngân Hà bị đóng chốt,
Và Tám Hành tinh (7) bị xích sắt xiềng.
Bầu trời phủ kín sương mù;
Trong hơi mù, tuyết rơi chín ngày đêm.
Càng lúc càng nhiều trong mười tám ngày đêm nữa.
Tuyết rơi, to như những bao lông cừu,
Rơi như chim bay giữa bầu trời,
Rơi như những bầy ong lượn.
Những bông tuyết rơi nhỏ như vòng thoi,
Rơi tí hon như những hạt đậu,
Rơi như những chùm bông vải.*

Tuyết rơi ở bên kia tất cả mọi đo lường,

Tuyết phủ tất cả núi và còn đọng cả trời
Rơi xuyên qua các bụi cây và đọng lại dưới cành.
Núi đen biến thành trắng,
Tất cả hồ đóng băng.
Nước trong đông cứng dưới đá;
Thế giới biến thành bình nguyên phẳng, trắng;
Đồi và thung lũng bằng nhau.
Tuyết như thế dù kẻ ác cũng không mạo hiểm ra ngoài. (8)
Dã thú và súc vật trên đồng cũng đói chết,
Bị người bỏ rơi trong núi sâu,
Đáng thương, đói, và yếu ớt.
Trong cây mù, chết đói tấn công chim,
Khi chuột lớn chuột nhỏ trong hang ẩn nấp.

Trong đại nạn này, tôi ở trong cô tịch hoàn toàn.
Tuyết rơi trong bão tuyết cuối năm
Đánh tôi, người áo vải, cao trên Núi Tuyết,
Tôi đánh trả khi nó rơi lên tôi
Cho đến khi nó trở thành mưa bụi.
Tôi chinh phục những cơn gió giận dữ –
Làm chúng dịu xuống im lặng nghỉ ngơi.
Tắm áo vải (9) tôi mặc giống như một miếng cây đang cháy.

Cuộc đấu tranh của sinh và tử,
Như khi những tên khổng lồ vật nhau và đao va chạm.
Tôi, hành giả yoga có tài, đã chiến thắng –
Tôi lập một kiểu mẫu cho tất cả những người Phật tử,
Một tấm gương cho tất cả những đại hành giả yoga.

Năng lực của tôi vượt qua Sinh Nhiệt (10)
và hai Kênh như thế đã lộ ra.
Bằng quan sát cẩn thận Bốn Bệnh (11) do thiền định gây ra,
Và tiếp tục tu tập bên trong,
Các Khí lạnh và nóng trở thành Yếu Tánh.
Đây là lý do cơn gió giận dữ trở nên thuần hòa,
Và trận bão, lắng dịu, và mất toàn năng lực;
Ngay cả đoàn quân của chư Thiên cũng không
sánh được với tôi.
Cuộc chiến này, tôi, hành giả yoga, đã thắng.

Một đứa con trung thành của Pháp trong lớp da cạp,
Ta không bao giờ mặc áo lông chồn.
Con của người khổng lồ, ta không bao giờ
Chạy vì phần nộ.
Con của sư tử – vua của tất cả các loài dã thú –
Ta đã từng sống trong núi tuyết.

Làm công việc của đời chỉ là trò cười đối với ta.

*Nếu các người tin những gì ông già này nói
Hãy nghe lời ông ấy tiên tri:*

*Giáo lý của Kế Thừa Tu Tập (12) sẽ phát triển và lan xa;
Lúc ấy trên trái đất sẽ xuất hiện một vài người thành tựu;
Danh tiếng của Milarepa sẽ lan rộng khắp thế gian.
Các người, những đệ tử, trong ký ức con người
Sẽ sinh ra nhiều tin tưởng;
Danh tiếng và lời ca ngợi chúng ta
Sẽ được người ta nghe mãi sau này.*

*Để trả lời sự quan tâm của các người về sức khỏe của ta,
Ta, hành giả Yoga Milarepa, quả thực rất khỏe.
Còn các người thế nào, những người bảo trợ thân mến
của ta?
Tất cả các người có khỏe và an lạc không?*

Khúc ca an lạc của Jetsun khởi hứng dân làng khiến họ nhảy múa, ca hát vì vui, và Milarepa, trong tâm thái vui vẻ, cũng nhập bọn. Cái sàn đá khổng lồ họ nhảy múa trở thành nơi in dấu chân và dấu tay của họ, giống như tạc lên đó. Chính giữa sàn bị lún xuống, tạo thành một bồn tắm nhỏ với những vết chân không đều, do đó, trước kia gọi là “Tảng Đá Bước Chân Trắng,” giờ đây trở thành “Tảng Đá Giày Tuyết.”

Rồi dân làng hộ vệ Milarepa tới làng Nya Non Tsar Ma, phục vụ và cúng dường ông. Nữ bảo trợ Lesebum nói, “Thưa Tôn giả, không có gì làm chúng con vui hơn là biết được ngài còn sống và trở về làng bình an vô sự. Sắc mặt của ngài rạng rỡ hơn bao giờ hết, ngài đầy năng lực và tinh thần. Có phải đây là do các nữ thần đã cúng dường khi ngài ở nơi cô tịch?”

Trả lời câu hỏi, Milarepa hát rằng:

Con cúi đầu đánh lễ dưới chân Đạo Sư Marpa của con.

*Món quà gia trì được các nữ thần Đa-ki-ni ban tặng;
Nước cam lồ Samaya (13) là dưỡng chất phong nhiêu;
Qua sùng mộ thành tín, các giác quan được nuôi sống.
Những công đức thuận lợi như thế được các đệ tử của ta
cất giữ.*

*Tâm tức không bản thể;
Nó là không, nhỏ hơn cả vi trần.
Khi cả hai, người thấy và vật bị thấy được loại bỏ,
Cái “Thấy” được thực sự nhận ra.*

*Về “Tu Tập” – trong Dòng Quang Minh,
Không giai đoạn nào có thể tìm thấy.
Kiên trì trong Tu tập được xác nhận*

Khi cả diễn viên và diễn cảnh không còn.

*Trong Cõi Quang Minh,
Nơi chủ và khách là một,
Ta thấy không nguyên nhân, vì tất cả là Không.
Khi diễn cảnh và diễn viên biến mất,
Tất cả hành động đều trở thành đúng hết.*

*Tư tưởng hữu hạn (14) tan biến trong Pháp giới;
Tám Gió Thế Gian không đem đến hy vọng hay sợ hãi.
Khi giới luật và người giữ giới biến mất,
Giới luật được giữ tốt nhất.*

*Khi biết rằng Tự Tâm là Pháp Thân (15) –
Thân Phật tuyệt đối –
Do thế nguyện nhiệt thành, vị tha,
Việc làm và người làm biến mất.
Như vậy Pháp vinh quang khả hoàn.*

*Để trả lời câu hỏi của các đệ tử,
Đây là khúc ca an lạc ông già này hát!*

*Tuyết rơi vậy bọc
Căn nhà thiền định của ta; (16)
Các thiên nữ đã tặng ta thức ăn và dưỡng chất;
Nước của Tuyết Sơn là nước uống tinh khiết nhất.
Tất cả đã làm xong không gắng sức;
Không cần làm nông khi không có nhu cầu [thức ăn].
Nhà kho của ta đầy mà không có chuẩn bị hay dự trữ.
Bằng cách quán tự tâm, sẽ thấy tất cả sự vật.
Bằng cách ngồi ở chỗ thấp, sẽ lên đến ngai vua.
Hoàn thiện đạt được nhờ ân huệ của Đạo Sư;
Ân huệ này đền đáp được bằng tu tập Pháp.
Hỡi các tín đồ và người bảo trợ tu tập nơi đây,
Hãy phụng sự với niềm tin.
Hãy an lạc và vui đi, tất cả.*

Dunbar Shajaguna lễ bái Milarepa, nói, “Thực kỳ diệu và thích thú khi biết rằng tuyết rất nhiều mà không làm hại được Jetsun, và chúng con, những đệ tử của thầy, đã có thể đưa thầy về làng an toàn. Vui sao tất cả đệ tử có thể thấy được Đạo Sư của họ. Chúng con sẽ biết ơn sâu xa và sung sướng nếu thầy giảng Pháp về các kinh nghiệm thiền định mùa đông này của thầy, như là một món quà khi đến cho chúng con.”

Đáp lại lời yêu cầu của Shajaguna và như là món quà khi đến cho các đệ tử ở Nya Non, Milarepa hát khúc hát “Sáu Tinh Yếu của Kinh Nghiệm Thiền Định”:

Chỉ tâm đánh lễ Đạo Sư của con với Ba Hoàn Thiện.

Chiều hôm nay, vì yêu cầu
Của các đệ tử Shajaguna và thí chủ Dormos,
Ta, Milarepa, kể lại những gì ta kinh nghiệm khi thiền định,
Ta mãi trú trong những hang động xa xôi.
Lời nguyện thuần khiết khiến cho hội này khả hữu;
Giới luật thuần khiết của Pháp hợp nhất ta với
những người bảo trợ.
Các con! Những gì các con hỏi, ta,
Người cha, sẽ tặng như món quà khi đến.

Ta khước từ thế gian, và tiếc thương cho nó.
Ta, Milarepa, đến Núi Tuyết Lashi
Một mình chiếm lấy Động Hàng Ma.
Trong sáu tháng tròn, kinh nghiệm thiền định
đã phát triển;
Bây giờ ta tiết lộ nơi đây, trong bài hát Sáu Tinh Yếu.

Thứ nhất là Sáu Ngụ ngôn về Hình Tượng Bên Ngoài;
Thứ nhì, Sáu Hành Xử Không Tốt Bên Trong,
Mà một người nên xem xét kỹ;
Thứ ba, Sáu Cái Áo trói buộc chúng ta trong Sinh Tử;
Thứ tư, Sáu Con Đường qua đó đạt Giải Thoát;
Thứ năm, Sáu Tinh Yếu của Tri Thức
Qua đó đạt tin tưởng;
Thứ sáu, Sáu Kinh Nghiệm Cực Lạc của Thiền Định.

Nếu một người không giữ bài hát này cho kỷ ức,
Thì không có ấn tượng gì để lại trong tâm.
Hãy cẩn thận chú ý, rồi ta giải thích.

Nếu có vật cản trở,
Không thể gọi hư không;
Nếu có những con số,
Không thể gọi sao trời.
Người ta không thể nói,
“Đây là một hòn núi,”
Nếu nó di động và lung lay.
Không thể là đại dương
Nếu nó phình ra và teo lại.
Không thể gọi là người bơi
Nếu y cần chiếc cầu.
Nếu có thể nắm bắt,
Nó không phải cầu vòng.
Đây gọi là Sáu Ngụ Ngôn Bên Ngoài.

*Giới hạn của xác định
Giới hạn sự hiểu biết.
Hôn trầm và phân tán
Không phải là thiền định.
Chấp nhận và từ chối
Không phải là hành động của ý chí.
Dòng niệm tưởng miên tục
Không phải là Yoga.
Nếu có Đông và Tây, (17)
Chẳng phải là Trí Tuệ;
Nếu sinh và tử
Ấy chẳng phải là Phật.
Đây là Sáu Lỗi Bên Trong.*

*Cư dân của Địa ngục thì bị ghét trời buộc,
Ma đói do khốn khổ,
Súc sinh do mù quáng,
Người do tham dục buộc,
A-tu-la do ganh tị,
Thiên thần do kiêu hãnh.
Sáu Xiềng xích này là Chướng Ngại cho Giải Thoát.*

*Đại tín, nương tựa
Vào Đạo Sư trí và nghiêm,
Giới luật tốt,
Cô tịch ở trong am,
Quyết tâm, kiên trì
Tu tập và thiền định –
Đây là Sáu Con Đường đưa đến Giải Thoát.*

*Trí Bản Lai Bất Sinh (18) là
Tĩnh cầu nguyên thủy.
Không “ngoài” cũng không “trong” là tĩnh cầu Tĩnh Giác;
Không sáng cũng không tối là tĩnh cầu Nội kiến;
Phổ hiện và bao khắp là tĩnh cầu của Pháp;
Không đột biến hay nhanh chóng là tĩnh cầu Tig Le; (19)
Không có sự gián đoạn là tĩnh cầu Kinh Nghiệm. (20)
Đây là Sáu Cõi Bất Động của Tự Tánh.*

*Cực Lạc dâng lên khi Nhiệt Sóng được quạt cho,
Khi khí từ các Kênh (21) lưu chuyển trong Kênh Giữa,
Khi Tâm Bồ-đề (22) lưu chuyển từ bên trên,
Khi nó được thanh tẩy bên dưới,
Khi trắng và đỏ gặp nhau ở giữa,
Và niềm vui của thân không rỉ lậu làm mất nguyên,
Đây là Sáu Kinh Nghiệm Cực Lạc của Yoga.*

*Để làm hài lòng các người, các con và những kẻ theo ta,
Ta hát khúc hát này về Sáu Tinh Yếu,
Về kinh nghiệm của ta trong mùa đông vừa qua
khi thiên định.
Nguyện tất cả tại cuộc hội họp thích thú này
Uống cam lồ cõi trời trong khúc ca ta hát.
Nguyện mọi người vui vẻ và đầy an lạc.
Nguyện ước muốn thuần khiết của các người
thành hiện thực.*

*Đây là khúc hát ngây ngô do ông già này hát;
Chớ xem nhẹ nó, đây là món quà của Pháp.
Mà với lòng hân hoan bước dài tiến tới
Trên Con Đường của Giáo Pháp Gia Trì!*

Shindormo kêu lên, “Jetsun! Bạc Quý Nhất! Ngài giống như chư Phật quá khứ, hiện tại, và vị lai. Cơ duyên được phục vụ ngài và học ngài thật là hiếm có. Nhưng ai không tin ngài quả thật còn ngu ngốc hơn cả súc vật.”

Milarepa đáp, “Có thể không quan trọng đến thế đối với một người tin tưởng nơi thầy. Cũng không thành vấn đề mấy. Nhưng nếu các người có được thân người quý giá và được sinh vào lúc và nơi Phật Giáo chiếm ưu thế, mà không tu tập Pháp thì quả thật rất ngu ngốc.” Milarepa hát như vậy:

*Dưới chân Dịch giả Marpa, ta quì lạy,
Và hát cho các con, những người bảo trợ trung thành.*

*Thật ngu si là phạm tội mà không lo lắng
Trong khi Pháp thanh tịnh rải khắp chung quanh.
Thật ngu ngốc là tiêu phí đời mình không ý nghĩa,
Khi thân người quý giá là món quà hiếm có.
Thật buồn cười là bám vào các phố thị giống như ngục tù
và ở lại đó.
Thật đáng cười là tranh cãi, đánh vợ và thân nhân,
Những người đến chỉ để thăm viếng các người.
Thật vô nghĩa là áp ủ những lời ngọt dịu
Ấy chỉ là âm vang trống rỗng trong mơ.
Thật ngốc nghếch là bất chấp sinh mạng mà đánh kẻ thù
Mà đây chỉ là những đóa hoa mỏng manh.*

*Thật ngu ngốc khi chết do tự dày vò vì nghĩ đến gia đình,
Ấy là buộc người vào lâu đài Ma-ya huyền hóa. (23)
Thật ngu ngốc là dành dụm cho nhà ở và tiền bạc
Ấy chỉ là món nợ vay từ người khác.
Thật buồn cười là làm đẹp và trang điểm bản thân,
Nó chỉ là cái thùng đầy bả thối.
Thật ngốc nghếch căng thần kinh cho giàu sang, của cải,*

Và chênh mảng cam lồ của giáo lý bên trong!

*Trong đám ngu, kẻ khôn lanh và nhạy cảm
Nên tu tập Pháp như ta.*

Những người trong hội chúng nói với Milarepa, “Chúng con biết ơn thầy sâu xa vì những bài hát Trí Tuệ của thầy. Nhưng chúng con không thể thi đua với thầy về sự cần mẫn và trí thông minh. Chúng con chỉ có thể tránh những điều ngu ngốc mà thầy đã kể. Ước mong duy nhất của chúng con là vì đặc quyền tiếp tục hiện diện của thầy và những người sống có thể phục vụ thầy và được thầy chỉ dạy, và người chết cũng được độ qua ân huệ của thầy.”

Milarepa đáp, “Tuân lệnh Đạo Sư của ta, ta đã thiên định trên Núi Tuyết Lashi. Ta có thể ở lại đây một thời gian, nhưng ta không bao giờ ở lại đây như các con, những người thế gian làm. Nếu ta ở lại giữa các con thì kết quả sẽ là không kính trọng, và không thiện chí. Rồi ông hát:

Chỉ tâm đánh lễ Marpa Dịch giả.

*Cầu cho tất cả những bảo trợ nam và nữ tỳ hội nơi này
Có tín tâm không lay chuyển,
và cầu cho con với lòng chân thành, không giả dối.*

*Nếu một người ở lại quá lâu với bạn bè,
Họ sẽ sớm chán y;
Sống gần gũi như thế sẽ dẫn đến không thích và ghét.
Ấy chỉ vì con người mong muốn và đòi hỏi quá nhiều
Khi một người ở lại quá lâu trong tình bạn.*

*Tính chiến tranh nơi con người sẽ dẫn đến giới luật bị phá;
Bạn bè xấu phá hoại hành vi tốt;
Lời lương thiện khi nói giữa đám đông sẽ đem đến điều ác;
Tranh luận đúng sai chỉ tạo thêm kẻ thù.*

*Bám vào cuồng tín và giáo điều môn phái
Khiến người ta xấu và thêm tội lỗi.*

*Sự đáp ứng miễn cưỡng đối với những cúng dường
của kẻ trung thành luôn luôn gây nên những ý xấu.
Hưởng thụ Thức Ăn của Người Chết (24) là có tội
và nguy hiểm.
Những cống hiến của người thế gian thì thấp kém
và không giá trị.*

*Tình bạn bè tự gây khinh khi;
Từ khinh khi sinh gớm ghét và không ưa.*

*Càng có nhiều nhà, khi chết càng thêm khổ.
Những nỗi khổ này và thương tiếc quả thực khó chịu mang,*

Nhất là với những hành giả yoga sống trong cô tịch.

Ta, Milarepa, sắp đi đến am tịch tĩnh, sống một mình.

Các người bảo trợ trung thành, nhiệt tình của các người tích lũy công đức thực là tuyệt diệu;

Các người bảo trợ của ta, nam và nữ, tốt là

Cúng dường và phục vụ Đạo Sư.

Ta xác nhận ta ước mong sớm gặp các người,

Và thấy các người nhiều lần nữa.

Tất cả những người bảo trợ nói với Milarepa, “Chúng con không bao giờ nhàm chán nghe thầy chỉ dạy và giảng giải; có thể là thầy nhàm chán chúng con. Bất kể chúng con nhiệt tình đối xử với thầy như thế nào, chúng con biết sẽ là vô dụng. Chúng con chỉ hy vọng rằng thỉnh thoảng thầy sẽ từ Lashi đến thăm chúng con.”

Rồi dân làng tặng Milarepa nhiều lương thực và các vật dụng khác, nhưng ông không lấy. Tất cả mọi người phấn khởi với lòng ngưỡng mộ và tỏ kính trọng sâu xa. Trong tâm trạng rất hân hoan và sung sướng, dân làng mạnh mẽ xác nhận niềm tin không lay chuyển của họ nơi Jetsun.

Đây là Ca Khúc Rặng Núi Tuyết.

Chú Thích Chuyện 3

(1) Dunba (T.T.: sTon.Pa.): một giáo sĩ cao cấp thông hiểu kinh điển Phật Giáo và có khả năng cống hiến tín đồ Phật Giáo những chỉ dạy tinh thần. [Pháp sư].

(2) Tâm-Khí: Theo giáo lý Mật Điển, Tâm và Khí (Prāṇa) biểu hiện như là hai hình thái của một nhất thể. Tâm là cái mà nó ý thức; Khí là hoạt lực yểm trợ cho sự ý thức đó. Người nào làm chủ được tâm thì tự động làm chủ được Khí, và ngược lại. Mục tiêu của bất cứ một phương pháp thiền định nào cũng là để kiểm soát hay làm chủ Tâm-Khí. Một hành giả yoga thành tựu là một người đã làm chủ được Tâm-Khí của mình.

(3) Xem Chuyện 1, Chú thích 19.

(4) Cảnh Giới Trung Gian Bardo (T.T.: Bar.Do.) [Thân Trung Ấm]: cảnh giới hiện hữu giữa chết và tái sinh. Theo Phật Giáo Tây tạng, cảnh giới rất quan trọng này giống như một ngã ba đường, số mệnh và sự may mắn trong sự tái sinh của một người tùy thuộc rất nhiều vào nó.

(5) Cảnh Giới Trung Gian của Ở-Đây-và-Bây-Giờ: Theo quan điểm của giáo lý Mật Giáo, Cảnh Giới Trung Gian (Bardo) không bị hạn chế trong trạng thái sau khi chết. Chính cuộc sống này là một Cảnh Giới Trung Gian. Con người trong hiện hữu thân xác, như chúng ta biết, trải qua những kinh nghiệm giống như trong cảnh giới Bardo, chỉ là trong “cách có thể chất” hơn. Đối với một cư dân trong cảnh giới Bardo, thì người hiện hữu trong thân xác dường như là ở trong cảnh giới Bardo, và lại, hai cảnh giới sống và chết thực ra là tương liên và tương tự.

(6) Hăm Tám Chòm Sao (T.T.: rGyu.sKar.Ner.brGyad.: theo nguyên văn là hai mươi tám hành tinh): Đó là những chòm sao mặt trăng đi qua khi quay vòng trên bầu trời.

(7) Tám Hành Tinh: chỉ Mặt Trời, Mặt Trăng, sao Hỏa, sao Thủy, sao Kim, sao Mộc, sao Thổ, và sao La Hàu (Rahu).

(8) Ở Tây Tạng đôi khi tuyết rơi nhiều đến nỗi tất cả mọi sinh hoạt phải tạm ngừng. Như vậy, dù cho kẻ muốn làm những chuyện xấu cũng bị ngăn chặn.

(9) Tắm áo vải: Hành giả yoga Mật Giáo tu tập hơi nóng “huyền bí” không được mặc áo lông thú – mà chỉ được mặc tấm vải đơn giản ngay cả ở một xứ lạnh như Tây Tạng.

(10) Sinh Nhiệt, Dumo [Tumo] (T.T.: gTum.Mo.): khí nóng “huyền bí” [lửa tam-muội] sinh ra từ Trung Khu Rốn (đan điền) trong các thiền định Tantra. Nó là một trong những phép tu quan trọng nhất của Mật Giáo Tây Tạng. Xem “The Six Yoga of Naropa” trong “The Tibetan Yoga and Secret Doctrines” của Evans-Wentz. [Cũng xem *Du già Tây Tạng, Giáo lý và Tu tập*, ND].

(11) Bốn Bệnh: Những bệnh do sự mất quân bình trong sức mạnh và hoạt động của bốn đại [bốn nguyên tố] – đất, nước, gió, và lửa – trong thân của hành giả yoga.

(12) Kế Thừa Tu Tập (T.T.: sGrub.brGyud.): một tên khác của Ghayuba [Kagyupa], tông phái của Marpa và Milarepa. Lý do có danh biểu này là vì tinh thần và truyền thống của phái này nhấn mạnh vào tu tập Yoga và kinh nghiệm thực tại hơn là thâm vấn học giả. Truyền thống này khác hẳn với Truyền Thống phái Mũ Vàng (Gelugpa) và phái Mũ Xám (Sajyaba) của Tây Tạng.

(13) Nước Cam Lô Samaya: Samaya [Mật nguyện] ám chỉ các giới luật Mật Giáo. Những ai giữ các giới luật này sẽ nhận ân điển và sự giá trị, dưỡng chất cần thiết cho sự phát triển tâm linh.

(14) Cũng có thể dịch như vậy: “tư tưởng của khuôn mẫu giới hạn” (T.T.: Phyogs.Chahi.rTog.Pa.): khuôn mẫu tư tưởng của chúng sinh có bản chất giới hạn và hữu cùng. Khi một người nhận ra chân lý Tánh Không (Śūnyatā), cách thức hữu hạn của tư tưởng được biến đổi tận nền tảng. Dùng thuật ngữ Phật Giáo, chúng “tan biến” trong Pháp giới – cảnh giới tuyệt đối, phổ biến, và tương nhập của tất cả các hình thái hiện hữu trong ánh sáng Tánh Không.

(15) Pháp Thân (Ph.: Dharmakāya): “Pháp Thân” thì tối hậu, vô hình, phổ hiện, và không có bất cứ thuộc tính nào.

(16) Khi một hành giả yoga chuẩn bị thiền định qua một thời kỳ dài, ông ta vẽ những đường trên mặt đất vòng quanh chỗ trú của mình, ông ta sẽ không ra ngoài giới hạn đó. Trong trường hợp này, Milarepa không cần phải làm dấu giới hạn, vì tuyệt đã lấp đầy và nặng đủ để vây ông ở bên trong.

(17) Đông và Tây: Nếu ý niệm về phương hướng vẫn còn, thì không có Trí Tuệ, bởi vì phương hướng ám chỉ giới hạn và phân biệt, trong khi Trí Tuệ siêu việt cả hai.

(18) T.T.: lHan.cig.skyes.Pahi.Ye.Ces. Từ này như được dịch trong sách này là Trí Bản Lai Bất Sinh hay Trí Bẩm Sinh hay Vô sinh. Dịch theo nghĩa đen sẽ là Trí Sinh Cùng Xuất hiện hay Sinh Đồng Thời, ám chỉ rằng nó ở bên trong người ta lập tức và trong tất cả mọi thời. Tuy nhiên, vì tiện lợi, đã dùng chữ Trí Bẩm Sinh hay Trí Bất Sinh.

(19) (T.T.: Thig.Le.; Ph.: Bindu): Từ nay có nhiều nghĩa, như “cái chấm,” “cái rắn chắc,” “tinh yếu,” [Giọt Tinh Chất] v.v... Nó cũng được dùng để chỉ tinh dịch của nam hay “máu” của nữ tượng trưng cho Tinh Yếu Sự Sống của thân xác vật lý. Ở đây Tig Le ám chỉ yếu tánh hay sự bất biến của Chân Lý Tuyệt Đối.

(20) Tinh cầu Kinh Nghiệm: Hành giả yoga, trong tất cả sinh hoạt hàng ngày, hoặc đi, ăn, ngủ, nói, hay những cái tương tự, không bao giờ mất cảm giác hay cảm xúc về kinh nghiệm Yoga của mình.

(21) Các Kênh (Ph.: Nāḍīs, Roma và Junna): các Kênh huyền bí trái và phải (xem Chuyên 1, Chú thích 28).

(22) Tâm Bồ-đề: ở đây có nghĩa là Tig Le.

(23) Huyền hóa (Ph.: Mayā): có nghĩa là mê hoặc hay ảo hóa. Phật Giáo xem thể giới hiện tượng là như mộng, như ảo ảnh, như trò ảo thuật, như ảnh phản chiếu – tóm lại, nó chỉ có sự hiện hữu hư huyền và không thực.

(24) Thức Ăn của Người Chết: Các Lạt-ma Tây Tạng tin rằng nhận cúng dường từ thân nhân của người quá cố, nhân danh y, phải chịu trách nhiệm lớn. Một khi nhận lấy “Thức Ăn của Người Chết,” vị Lạt-ma phải chịu trách nhiệm

giải thoát cho “linh hồn” ấy khỏi đau khổ và nguy hiểm. Do đó, ở Tây Tạng, nhận cúng dường vì người chết được xem là một sự việc rất nghiêm trọng.

4. THÁCH THỨC CỦA NỮ QUI KHÔN NGOAN

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Một lần Milarepa ở lại Nya Non [một thời gian ngắn]. Người ở đó thỉnh ông ở lại nhưng ông không bằng lòng, và tuân theo mệnh lệnh của Đạo Sư, ông đến Riwo Balnbar tu tập thiền định trong một cái hang gần Linba. Bên phải chỗ ông ngồi là một kẽ đá. Một đêm khuya, Milarepa nghe tiếng lách cách từ trong kẹt đá vọng ra. Ông từ chỗ ngồi đứng lên và nhìn quanh. Nhưng vì thấy không có gì, ông nghĩ rằng đó chỉ là ảo giác, và ông trở lại sàn ngồi. Bỗng nhiên một luồng ánh sáng rọi ra từ kẹt đá. Trong màn ánh sáng có một người đàn ông màu đỏ cười trên lưng một con nai đen do một người đàn bà đẹp dắt đi. Người đàn ông đánh Milarepa một cú cùi chỏ kèm theo một luồng gió ngộp thở, rồi biến mất. Người đàn bà trở thành một con chó cái màu đỏ, liền vồ lấy bàn chân ông. Milarepa nhận ra rằng đây là một bóng ma hiện hình do [nữ qui] Draug Srin Mo triệu gọi, vì thế ông hát bài hát sau đây cho nữ qui:

Con đánh lễ Marpa, bậc ân huệ.

*Ngươi, Draug Srin Mo ác độc của Linba Draug,
Ngươi, nữ ma tội lỗi
Xuất hiện trong hình thức phù chú ác ôn,
Trong khinh thường, ngươi đến tìm cơ hội [hại ta].
Ta không lừa dối trong khúc ca đầy giọng điệu:
Ta chỉ hát lời hiền lương và sự thật.*

*Giữa bầu trời xanh,
Năng lực của mặt trăng và mặt trời đem lại sự giàu sang.*

*Từ Cung Trời kỳ diệu chiếu ra ánh sáng
Nhờ đó tất cả chúng sinh được soi sáng và được thấy.
[Ta cầu cho] sao Chamju (1) sẽ không đối địch với
Mặt trời và mặt trăng khi chúng quay quanh Bốn Châu. (2)*

*Ở phương Đông, trên đỉnh Tuyết Sơn,
Darsen Gharmo, con sư tử tuyết cái, đem lại
sự thịnh vượng;
Nó là nữ hoàng của loài thú,
Không bao giờ ăn thịt thối.
Khi nó xuất hiện ở chân trời*

Chớ hại nó bằng con bão táp!

*Ở phương Nam, giữa những cây rừng,
Con cọp núi cái, Dagmo Ridra, mang lại sự thịnh vượng;
Nó là vô địch của tất cả trong các loài dã thú, hào hùng
và không gì thắng được.
Khi nó đi trên lối mòn hẹp và nguy hiểm,
Chớ phục kích nó bằng bẫy của thợ săn!*

*Ở phương Tây, trong biển lớn Ma Păm, xanh bát ngát,
Con cá [Bụng Trắng] Dogar Nya đem lại sự thịnh vượng;
Nó là vũ nữ tối thượng của thủy đại,
Trong cách thức tuyệt vời nó xoay tròn tròn mắt.
Khi nó tìm thức ăn ngon,
Chớ hại nó bằng lưỡi câu!*

*Ở phương Bắc, bên trên Tầng Đá Đỏ rộng,
Shajageubo, con linh thú vĩ đại đem lại sự thịnh vượng;
Nó là nữ hoàng của loài chim.
Kỳ diệu thay, nó không lấy mạng sống của những con khác.
Khi nó tìm thức ăn trên ba đỉnh núi,
Chớ bẫy nó bằng lưới giăng!*

*Trong động Linba nơi những con linh thú sống,
Ta, Milarepa, đem lại sự thịnh vượng.
Mục tiêu của ta là lợi ích của ta và những người khác,
Từ bỏ cuộc sống thế gian.
Với tâm giác ngộ, (3)
Ta cố gắng thành Phật trong chỉ một đời.
Tinh tấn và không phân tán, ta tu tập Pháp.
Draug Srin Mo, cầu chớ làm khổ ta!
Cầu hãy nghe bài hát này với năm ngũ ngôn và sáu ý nghĩa,
Khúc hát với nhịp điệu, khúc hát giống sợi dây vàng.*

*Draug Srin Mo đáng thương! Người hiểu ta chăng?
Kết Nghiệp ác là một tội nặng.
Người sẽ không chú ý đến Nghiệp tội lỗi này sao?
Người sẽ không kiểm soát những suy nghĩ nguy hại và
trái tim độc ác của người sao?
Nếu người không nhận ra tất cả sự vật chỉ là tâm,
Những ma ảnh của Nhamdog (4) sẽ không bao giờ
ngừng lại.
Nếu không nhận ra rằng Tự Tánh của Tâm là không,
Làm sao có thể đuổi đi ác quỷ?
Người, mục phù thủy già quỷ ma tội lỗi! Chớ làm khổ ta!
Chớ hại ta, và hãy trở về chỗ ở của người!*

Lập tức nữ qui biến mất. Tuy nhiên, vẫn nắm bàn chân của Milarepa, nó đáp:

*Ôi, ông, người con tài năng của Pháp,
Người một mình can đảm và cương nghị,
Hành giả yoga đi Con Đường Nghĩa Địa, (5)
Phật tử thánh thiện theo con đường khổ hạnh,
Khúc hát của ông là lời Phật dạy.
Quý hơn vàng.
Đổi vàng để lấy đồng là đáng hổ thẹn.
Nếu tôi không chuộc những tội lỗi tôi đã phạm,
Tất cả những gì tôi từng nói là dối láo.*

*Để trả lời cho bài hát Nghiệp
Mà ông vừa mới hát cho tôi,
Hãy nghe kỹ những ẩn dụ của tôi.*

*Giữa bầu trời xanh,
Chiếu ánh sáng của hai vầng nhật nguyệt
Đem lại thịnh vượng cho địa cầu.*

*Như ông vừa nói,
Những tia sáng chiếu từ Cung Vô lượng (6) của chư Thiên
Xua đi bóng tối trong Bốn Châu,
Trong khi mặt trăng và mặt trời lượn vòng quanh Bốn Đảo,
Thoải mái ban cho ánh sáng;
Nếu không phải chúng bị chói lòa vì ánh sáng của chúng,
Làm sao sao La-hầu (7) có thể hại chúng?*

*Ở phương Đông, nơi núi tuyết như thủy tinh cao ngất,
Darsen Gharmo đem lại sự thịnh vượng;
Nó là nữ hoàng của loài thú;
Nó ra lệnh chúng như những tôi thân.
Khi nó xuất hiện ở chân trời,
Bão tố sẽ không làm hại nó
Nếu nó không trở nên quá kiêu hãnh, kiêu căng.*

*Ở phương Nam, giữa cây rừng dày đặc,
Con cọp núi cái đem lại sự thịnh vượng;
Nó vô địch trong tất cả loài thú.
Với kiêu hãnh nó khoe những cuộc chinh phục
bằng móng vuốt;
Khi đến gần một lối mòn hẹp và nguy hiểm,
Nó phô trương niềm kiêu hãnh với dáng kiêu kỳ.
Nếu nó không phô trương những đường vằn và
nụ cười mê hoặc,*

Không bao giờ nó bị sập bẫy thợ săn.

*Ở phương Tây, dưới sâu của đại dương xanh ngát,
Con cá Bụng Trắng đem lại sự thịnh vượng;
Nó là vũ nữ trong thủy đại.
Nó xưng là nhà tiên tri của các thần vĩ đại.
Bởi vì tham ăn nó đi tìm thức ăn khoái khẩu.
Nếu nó không dùng thân huyền hóa
Đi tìm thức ăn của người,
Làm sao lưới câu hại nó được?*

*Ở phương Bắc, trên Tầng Đá Đỏ rộng,
Con linh thú, nữ hoàng của loài chim,
mang lại sự thịnh vượng.
Nó là Thần (8) của loài chim, cư ngụ trên cây.
Nó kiêu hãnh tuyên bố rằng nó đặt định cho tất cả
loài chim.
Khi nó tìm máu và thịt để ăn,
Nó bay qua ba núi.
Nếu nó không bắt ngờ đột kích con mồi,
Làm sao lưới bắt nó được?*

*Nơi Tầng Đá chim linh thú ở, ông, Milarepa, đem lại
sự thịnh vượng.
Ông tuyên bố rằng ông đang làm điều tốt cho chính ông
và kẻ khác. (9)
Với Tâm Bồ-đề Toàn hảo nở hoa, ông chú tâm thiền định;
Tham vọng của ông là thành Phật trong một kiếp.
Hy vọng của ông là độ chúng sinh trong Sáu Nẻo. (10)
Khi ông chú tâm tu tập thiền định,
Sức mạnh đầy năng lực của ý nghĩ do tập khí phát sinh, (11)
Nó khuấy động Tự Tâm và dấy lên phân biệt mê hoặc.
Nếu trong tâm ông, ý nghĩ phân biệt, “Kẻ thù,”
không bao giờ xuất hiện,
Làm sao tôi, Draug Srin Mo, làm khổ được ông?*

*Ông nên biết cái ác của ý nghĩ do thói quen
Là chỉ từ tâm mà đến.
Tôi theo sự hướng dẫn của ông để làm gì
Nếu ông chưa chứng ngộ Tâm Chân Như? (12)
Tốt hơn ông đi đường ông, trong khi tôi đi đường tôi.
Ai không chứng ngộ tánh không của tâm,
Không bao giờ thoát được ảnh hưởng của ác.
Nếu một người tự biết Tự Tâm,
Tất cả chướng ngại và khó khăn trở thành trợ giúp.
Ngay cả tôi, Draug Srin Mo, cũng vui vẻ làm người phục vụ.*

*Ông, Milarepa, vẫn còn những ý tưởng sai lầm,
Ông chưa vào được bản tánh của Tự Tâm.
Ông chưa thấu triệt căn nguyên của hư vọng.*

Khi Draug Srin Mo hát xong, Milarepa cảm kích rất nhiều vì sự khôn ngoan của nữ quý. Ông tỏ vẻ rất hài lòng [và có chút ngạc nhiên] vì sự bày tỏ như thế từ một nữ quý, để đáp lại, ông hát bài “Tám Ngũ Ngôn về Suy Nghĩ”:

*Phải! Phải! Những gì người vừa nói là đúng, quả thật đúng.
Ôi! Người, Draug Srin Mo xấu nét,
Khó tìm được lời nào đúng hơn thế.
Dù ta đã du hành xa và rộng,
Mà chưa từng nghe được bài hát nào đẹp như thế.
Dù cho có trăm đại học giả tụ tập nơi này,
Cũng không thể đưa ra được chứng minh nào hay hơn nữa.
Người, một yêu quái, đã hát những lời rất tốt;
Chúng giống như một thỏi vàng,
Đập vào ngay trái tim ta.
Như thế Tâm-Khí, (13) sự chấp Pháp (14) đã được hóa giải.
Sự mù quáng vô minh của ta như vậy đã được sáng soi.
Đóa sen trắng Trí Tuệ như vậy nở ra;
Ngọn đèn soi sáng Tự Tỉnh Giác (15) được thắp sáng;
Và chú tâm của tỉnh thức được giải thoát hoàn toàn.*

*[Khi quán nó] sự chú tâm này được giải thoát
Ta nhìn lên bầu trời xanh vĩ đại,
Chứng ngộ hoàn toàn tánh không của hiện thể;
Của hiện hữu hiển nhiên,
Ta không có lo âu hay sợ hãi.*

*Khi ta nhìn mặt trời và mặt trăng
Ta nhận ra sự trần trỗng của chúng, hào quang
Yếu Tánh của Tâm;
Về phân tán và hôn trầm (16) ta không có sợ.*

*Khi ta nhìn lên đỉnh núi,
Ta nhận ra Tam-muội bất động rõ ràng;
Về thay đổi và chuyển lưu, ta không có sợ.*

*Khi ta nhìn xuống dòng sông chảy,
Ta nhận ra đầy đủ tánh chảy của tất cả dòng;
Về tà kiến không nguyên nhân, ta không có sợ
hay nhầm lẫn.*

*Khi ta chiêm nghiệm [hiện hữu hư huyền] giống như
cầu vòng*

*Ta thấy rõ ràng tính đồng nhất của Sắc và Không;
Về các tà kiến thường còn và đoạn diệt,(17) ta không có sợ.*

*Khi ta thấy những cái bóng và trắng trong nước,
Ta hoàn toàn nhận thức được sự tự-sáng của
Không chấp trước;
Về những ý nghĩ chủ quan và khách quan,
ta không có sợ. (18)*

*Khi ta nhìn vào trong tâm tự tỉnh giác,
Ta thấy rõ ràng ánh sáng của ngọn đèn bên trong;
Về mù quáng vô minh, ta không có sợ.*

*Khi ta nghe những gì người, con ma tội lỗi, đã hát,
Ta đã nhận ra đầy đủ bản tánh của tự tỉnh giác;
Về chướng ngại và khó khăn, ta không có sợ.
Người, yêu quái, quả thật là nói năng hùng biện!
Người có thực hiểu bản tánh của tâm như người đã nói?
Hãy nhìn sự sinh xấu xa của một yêu quái già xấu xí mà người đã làm công đức!
Người không làm gì trừ những hành vi xấu ác.
Đấy bởi vì sự vô minh về Pháp và bất chấp đạo đức
của người.
Người nên chú ý cần mẫn hơn
Những cái xấu và khổ đau của luân hồi.
Người nên triệt để khước từ Mười Ác Hạnh! (19)
Một hành giả yoga, như sư tử, ta không sợ cũng
không kinh hoàng.
Người, con quỷ tội lỗi, chẳng nên nghĩ lời bông đùa (20)
của ta là thực.
Ta chỉ chế nhạo người thôi.
Ôi ma quỷ! Chiều nay người đã cười nhạo ta!
Nhưng bây giờ chúng ta có thể theo truyền thuyết về Phật
và Năm Con Quỷ, (21)
Và hãy cầu cho Tâm Bồ-đề Toàn Hào xuất hiện nơi người!
Với thế nguyện thuần khiết của người, kết hợp với
bì tâm của ta,
Hãy nguyện cho người trở thành một trong những đệ tử
của ta trong đời vị lai.*

Xúc động vì lời đáp của Milarepa, một niềm tin đầy đủ nơi Jetsun trở hoa trong lòng Draug Srin Mo. Nữ quỷ buông bàn chân của Milarepa ra và hát với giọng ngọt ngào:

*Nhờ đức hạnh của Công Đức tích lũy (22)
Mà ông, ôi hành giả yoga tài năng,
Có thể tu hành Pháp
Và ở một mình trong cô tịch núi non này!*

Đôi mắt từ bi của ông nhìn khắp tất cả chúng sinh!

*Tôi theo Dòng Truyền Thừa của Bedma Tutrin (23)
Và đã nghe chuỗi lời quý giá trong thánh Pháp.
Dù tôi đã lắng nghe nhiều giảng dạy,
Và dự các đại hội [thỉnh chúng],
Lòng tham và chấp trước của tôi còn nhiều quá độ.*

*Tôi đưa những người theo Pháp đến điều lành;
Tôi chỉ Đường đúng cho các Phật tử tài năng.*

*Dù ý định của tôi thân thiện và động cơ của tôi tốt.
Tôi phải tìm thức ăn cho thân thể suy đồi này.*

*Tôi lang thang trên trái đất trong hình dạng ác hại này,
Ham máu thịt làm thực phẩm.*

*Tôi nhập vào hồn bất cứ người nào tôi gặp;
Tôi kích thích trái tim của những trinh nữ, xinh và hấp dẫn;
Tôi làm cho máu của những thanh niên, đẹp trai và
khỏe mạnh điên lên vì nhục dục.
Với mắt tôi, tôi vui nhìn tất cả những màn thảm kịch;
Với tâm tôi, tôi xúi giục những thêm khát nơi mọi quốc gia;
Với thân tôi, tôi làm cho người ta kích động và bất an.*

*Nhà tôi ở Linba,
Chỗ tôi ở là trong Tảng Đá.*

*Đây là những việc tôi làm,
Đây là câu trả lời thành thật và tự thú thiện lương.
Đây là lời chào mừng sự gặp gỡ của chúng ta,
Đây là bằng chứng niềm tin của tôi nơi ông, và
của những gì tôi cống hiến.
Hát bài hát lương thiện này,
Chúng ta hãy phấn khởi và vui sướng.*

Milarepa nghĩ, “Sự dò hỏi nhiệt tình của nữ quý này phải được trả lời khéo léo, và sự kiêu hãnh của y thị đã lắng xuống rồi.” Rồi ông hát:

*Hãy nghe, hãy nghe cho kỹ, mụ phù thủy già đôi bại.
Đạo Sư tốt, nhưng đệ tử xấu.
Những ai chỉ nghe và đọc lời dạy về Pháp,
Chỉ là nắm lấy lời.
Họ chẳng hiểu chân Pháp.
Hùng biện và thuyết phục như lời nói có thể âm vang,
Chẳng hữu dụng và cũng chẳng giá trị gì trong đó.*

*Những câu nói gạt găm và cuộc nói chuyện trống rỗng
Không giúp gì trong sự tẩy sạch ô nhiễm của tâm.*

*Bởi vì tập khí xấu của người đã thành hình trong quá khứ,
Và những việc làm ác của người trong hiện tại,
Người đã phạm các Giới và Thệ Nguyên của người. (24)
Do sức mạnh của những vi phạm này,
Người đã sinh ra trong thân đàn bà hạ đẳng.
Thân của người lang thang trong ám ảnh khốn cùng
của loài ăn thịt người;
Lời người nói là tự lừa gạt;
Tâm của người ứ đầy những ý nghĩ làm khổ người.*

*Ấy là vì người bất chấp Nghiệp Luật,
Mà sinh nơi hạ đẳng mang thân xấu xí,
Nếu bây giờ người nghĩ đến những cái xấu của luân hồi
Người nên thú nhận lỗi lầm, và hứa làm điều thiện.*

*Như sư tử, ta không sợ hãi;
Như con voi, ta không có lo âu;
Như người điên, ta không có giả vờ và hy vọng.
Ta nói với người sự thật lương thiện của ta.*

*Gây phiền nhiễu và làm khổ ta
Chỉ đem lại cho người thêm sầu muộn.*

*Hãy lập nguyện hướng về thanh tịnh Pháp.
Hãy lập ước mong làm đệ tử của ta trong vị lai.
Ôi, người, mù phù thủy già, lắm lần, hư đốn,
Hãy suy nghĩ cẩn thận những lời này!*

Draug Srin Mo bây giờ hiện hình như trước, và với lòng lương thiện, thị hát:

*Trong chư Phật Thánh Thiện của Ba Thời, (25)
Phật Vajradhara (Kim Cương Trì) là chính;
Ngài cũng là Chủ Tể của Diệu Pháp.
Sự khởi phát của Tâm Bồ-đề quả thật phi thường.*

*Ông có thể gọi tôi mù phù thủy già hư đốn, nhưng tôi
thật có những Công Đức lớn.
Sự hiểu đúng đã phát sinh khi tôi nghe ông cảnh cáo.
Trước kia tôi đã mê vâng theo những chỉ dạy của
Đạo Sư tôi,
Tôi đã nghiên cứu và học thánh Pháp.
Nhưng rồi tôi tự đắm mình, cấu kết với những hành vi ác.*

Với những ô nhiễm (26) xấu xa thiêu đốt điên cuồng,
không thể chịu được trong trái tim tôi.
Tôi sinh ra trong thân hình xấu xí của một nữ quỷ.
Tôi đã có ý muốn giúp tất cả chúng sinh,
Nhưng bao lần đều mang kết quả xấu.

Ông, đại hành giả yoga, đã đến vào đầu năm ngoái;
Ở một mình trong hang động, ông thiền định trong cô tịch.
Đôi khi tôi thích ông, nhưng đôi khi tôi không thích!
Áy là vì tôi thích ông nên tôi đến đêm nay;
Áy cũng vì không thích, tôi đã nắm chân ông.
Bây giờ tôi hối tiếc vì hành vi xấu ấy.

Từ đây về sau, mù phù thủy già khốn khổ này sẽ từ bỏ những việc làm sai trái;
Với tất cả trái tim, mù sẽ tu tập Pháp;
Sẽ phụng sự Phật Giáo với hết sức mình.
Từ đây về sau, với bóng mát của cây ân điển,
Xin làm ơn bảo vệ mù khỏi Năm Dục Độc. (27)

Tôi, người đàn bà hư đốn với thân hình xấu xí,
quí y nơi ngài,
Và nương tựa những điều ngài chỉ dạy.
Cũng từ đây tôi từ bỏ những móng tâm độc ác.
Từ bây giờ cho đến khi thành Phật,
Tôi sẽ bảo vệ các hành giả yoga, và thân thiện
với tất cả những ai thiền định.
Tôi sẽ phục vụ và trợ giúp những người theo Giáo Pháp,
Và những người giữ Giới Luật.
Với những hành giả yoga thượng đẳng và Pháp,
tôi sẽ là người phục vụ thiện lương.

Vì vậy, Draug Srin Mo đã thề trước Milarepa rằng trong tương lai bà sẽ không bao giờ hại
bất cứ người nào. Bà cũng nguyện bảo vệ tất cả những ai thiền định. Để hướng dẫn Draug Srin
Mo, lúc ấy Milarepa hát:

Ta là một kẻ tôn nghiêm đã từ khước luân hồi;
Ta là đứa con cao quý của Đạo Sư ta;
Trong ta chứa những lời dạy quý báu;
Một Phật tử với lòng thành và sùng mộ rất nhiều.

Ta là hành giả yoga nhận biết tự tánh của hiện thể;
Ta như một bà mẹ đối với tất cả chúng sinh;
Ta là người đàn ông can đảm, kiên trì,
Kẻ ôm giữ tinh thần của Phật Cồ-đàm,
Ông chủ của Tâm Bồ-đề phát nguyện.

Ta là người luôn dính liền với từ ái;

Với đại bi, ta đã làm tắt cả những ý nghĩ xấu xa lắng xuống.
Ta là kẻ ở trong hang động Linba,
Tu tập thiền định mà không phân tán.

Người có nghĩ người bây giờ an lạc? Người, mù
phù thủy già khôn nạn, lắm lần!
Nếu người không thấy an lạc, ấy là lỗi của người.
Hãy coi chừng! Sự chấp ngã (28) của người còn lớn hơn chính người;
Hãy chú ý! Xúc cảm của người còn mạnh hơn chính người.
Ôi, tình ma, ý chí xấu xa của người còn tệ hại hơn
chính người;
Ý nghĩ theo thói quen của người còn nhiều đặc tính hơn chính người;
Tâm hành không ngừng (29) của người còn cuồng loạn hơn chính người!

Chủ trương ma hiện hữu,
Chỉ đem lại điều ác;
Hiếu rằng ma không hiện hữu
Là con đường của Phật;
Biết rằng ma và Thực tại là một
Là con đường đưa đến Giải Thoát.
Biết rằng ma là tất cả cha mẹ của một người
Là hiểu đúng;
Nhận ra rằng chính ma ấy là Tự Tâm
Là vinh quang tối thượng.

Người sẽ được giải thoát khỏi tất cả xích xiềng
Nếu người nhận ra sự thật mà ta vừa nói;
Đây là lời chỉ dạy của ta cho người, nữ quý!

Trở thành đệ tử của ta, người phải giữ giới.
Không vi phạm luật của Kim Cang Thừa, (30)
Không làm giảm giá đại Bi,
Không làm khổ thân, khẩu, và ý của hàng Phật tử.
Nếu khi nào người vi phạm các luật này,
Người chắc chắn rơi thẳng xuống Ngục Vajra!(31)
Hãy đọc lại ba lần các luật quan trọng này;
Hãy nhớ ý nghĩa và thực hành những luật đó.

Bây giờ chúng ta hãy lập lời ước nguyện, và cầu cho
ân huệ chóng đến với người!
Với Tâm Bồ-đề vô song, to lớn không thể nghĩ bàn,
Nguyện cho người được sự gia trì lớn.
Trong kiếp sau của người,
Nguyện cho người lúc ấy trở thành đệ tử lớn của ta,
Ôi, nữ nhân của Dorje Semba. (32)

Sau khi Draug Srin Mo thề trước Jetsun, bà đánh lễ với ông và cũng đi nhiễu quanh ông nhiều lần. Bà thề rằng từ đây về sau bà sẽ vâng theo tất cả những mệnh lệnh của ông. Rồi bà biến mất vào bầu trời như một chiếc cầu vồng.

Lúc ấy, trời đã bình minh, mặt trời chiếu sáng. Sau một lúc Draug Srin Mo trở lại, đem theo anh chị em và đám tùy tùng, tất cả đều có bộ mặt đẹp, với áo quần đẹp nhất, đến gặp Jetsun. Họ dâng ông nhiều lễ vật.

Draug Srin Mo nói với Milarepa, “Con là một con ma đầy tội lỗi. Bị ác Nghiệp ép buộc, con bị vướng trong hình dáng sinh trong hạ đẳng; bị niệm tưởng tập khí xấu đưa đẩy, con đã làm cho những kẻ khác cũng trở thành xấu. Con xin thầy tha thứ cho con. Những ý định xấu đã khiến con làm điều ác với thầy. Con xin thầy tha thứ cho con vì những việc con đã làm. Từ nay về sau, con sẽ nghiêm túc vâng lệnh thầy và cố gắng làm người phục vụ lương thiện của thầy. Xin thầy hãy ân huệ nói cho chúng con nghe Chân Lý tối thượng mà thầy đã giác ngộ được.” Để tạo nó thành thính nguyện, Draug Srin Mo hát:

*Ôi, Ngài! Ngài [bậc vĩ đại]! Con của các đấng đại hùng!
Đã tích lũy rất nhiều công đức,
Thầy đã trở thành một bậc tài năng;
Thuộc Truyền Thừa khác biệt, (33)
Thầy được phú cho những Làn Sóng Ân Huệ. (34)*

*Thầy là người thiên định với đại kiên trì, chịu ở một mình,
Tinh tấn tu hành những lời dạy sâu xa.
Với thầy không quỷ ma, không chướng ngại!
Qua chứng ngộ tiểu vũ trụ của các Kênh và Khí,
Thầy có thể làm những kỳ tích phi thường.*

*Chúng con và thầy trong quan hệ hài hòa.
Những ước mong thuần khiết của chúng ta trong những
đời trước đã đem lại cuộc gặp gỡ này.
Dù con đã gặp nhiều bậc thánh thành tựu,
Chỉ qua thầy con mới nhận được ân huệ và dẫn dắt.
Con, một phù thủy già ma quỷ, nói với lòng chân thành!*

*Chân Lý Phương Tiện của Tiểu Thừa (35) có thể
không bảo đảm;
Quá thật khó khắc phục các nhiễm ô vì Nghiệp!
Người ta có thể hùng biện thuyết Pháp,
Nhưng không ích dụng gì khi khổ và khốn cùng đến.
Loại Đạo Sư đổ lạc mất con đường Pháp,
Sẽ không giúp được chính mình và chỉ oán ghét.*

*Thầy! Hiện thân của Phật (36) trong Ba Thời,
Chứng ngộ chân lý bất động của Pháp Tánh. (37)
Với nội giáo, thầy tu hành tinh hoa của Pháp.
Ở chỗ gia trì này, nơi Giác Ngộ Tối Hậu sinh ra,
Chúng con, Draug Srin Mo và đám tùy tùng,
Cầu mong thầy minh giải cho chúng con giáo lý Tối Mật.*

*Khẩn nguyện! Ban cho chúng con mật ngữ Kim Cang Thừa,
Chân Lý Tối Hậu;
Khẩn nguyện! Dạy cho chúng con Trí Tuệ đại quang minh,
Khẩn nguyện! Ban cho chúng con hào quang Ánh sáng!*

*Nhờ nghe Chân Lý bất động, Mật Giáo thâm sâu,
Người ta sẽ không rơi vào đường hạ đẳng.
Qua tu tập lời dạy của Mật Giáo,
Người ta sẽ không lang thang trong các nẻo luân hồi.
Không cất dấu và giữ kín,
Chúng con cầu mong thầy khai mở cho chúng con
Chân Lý vẹn toàn.*

Lúc ấy Milarepa nói, “Theo ta thấy, bây giờ không phải tất cả các người đều có thể tu tập giáo lý tối thượng về Chân Lý bất động. Nếu người khẳng định đòi học Nội Giáo thì phải thể với mạng sống và dâng tín vật làm lời trọng thệ.”

Vì vậy, Draug Srin Mo thề rằng từ đây bà sẽ tuân theo tất cả mọi mệnh lệnh của Jetsun, phải phục vụ và trợ giúp tất cả mọi Phật tử. Để trả lời các câu hỏi của bà, Milarepa hát một ca khúc, “Pháp Chân Thật và Bất Động về Hai Mươi Bảy Sự Biến Mất”:

*Với đức Phật bí mật trong thân người,
Với Dịch Giả vô song, Marpa, Sư phụ của con,
Dưới chân Người con đánh lễ, ôi Bạc Ân Huệ!*

*Ta không phải là một ca sĩ thích biểu diễn
tài nghệ của mình,
Nhưng người, nữ quý, yêu cầu ta hát và lại hát.
Hôm nay ta sẽ hát cho người về Chân Lý Tối Hậu.*

*Sấm, chớp, và mây,
Xuất hiện như vậy từ bầu trời,
Biến mất và lui về trong đó.*

*Cầu vồng, sương mù, và hơi nước,
Xuất hiện như vậy từ bầu trời,
Biến mất và lui về trong đó.*

*Mật ong, trái cây, và hoa màu sinh ra từ trái đất;
Tất cả đều biến mất và lui về trong đó.*

*Hoa, lá, và rừng,
Xuất hiện như vậy từ đất,
Biến mất và lại trở về với đất.*

*Sóng lẫn tăn, thủy triều, và dòng nước,
Xuất hiện như vậy từ đại dương,*

Cũng biến mất và trở về với đại dương.
Niệm tưởng do tập khí, chấp trước, và dục vọng,
Xuất hiện như vậy từ Thức A-lại-da, (38)
Tất cả biến mất và trở về với A-lại-da.

Tự tỉnh giác, tự chiếu sáng, và tự giải thoát,
Xuất hiện như vậy từ Tự Tánh của Tâm,
Tất cả biến mất và tan lại trong tâm.

Không sinh, không diệt, không hình tướng,
Xuất hiện từ Pháp Tánh
Và tất cả lại trở về Pháp Tánh.

Ma cảnh, ảo ảnh, và thị kiến ma quỷ,
Tất cả sinh ra từ Yoga,
Và tất cả lại trở về và biến mất trong Yoga.

Nếu một người bám vào thực tại của ảo ảnh, (39)
Y sẽ bị nhầm lẫn trong thiền định.
Nếu y không biết rằng tất cả chướng ngại
Đều hiển lộ Không, hiện tướng của Tâm,
Y sẽ bị dẫn dắt sai lầm trong thiền định.
Chính căn nguyên của tất cả nhầm lẫn
Cũng từ tâm mà đến.
Kẻ nào nhận ra bản tánh của tâm,
Sẽ thấy đại Quang Minh không đến cũng không đi.
Quán sát bản tánh của tất cả hình tướng bên ngoài,
Y chứng ngộ rằng chúng chỉ là thị kiến hư vọng của tâm.
Y cũng thấy tính đồng nhất của Không và Sắc.

Hơn nữa, thiền định là một vọng tưởng;
Không thiền định cũng là vọng tưởng.
Người thiền định hay không thì cũng giống nhau.

Phân biệt cái “hai” (40) là nguồn gốc của tất cả
những cái thấy sai.
Theo quan điểm tối hậu thì không có cái thấy nào cả.
Đây là bản tánh (41) của Tâm.
Giáo lý quán sát về
Pháp Tánh được minh họa bằng tỉ dụ hư không.
Người, Draug Srin Mo, nên nhìn vào nghĩa của
bên kia niệm tưởng;
Người nên nhập vào cảnh giới không phân tán trong
thiền định;
Người nên hành động tự nhiên và tự phát,
Luôn luôn ý thức về Tự Tánh.

*Thành tựu thì ở bên kia ngôn từ, không sợ hãi và hy vọng.
Ta không có thì giờ để hát cho vui, lái nhái với
những lời rỗng tuếch.
Ôi, tình ma! Hãy nghĩ về Pháp cát tường.
Hãy hỏi ít, đừng nêu nhiều câu hỏi;
Nhưng hãy thư giãn và ngồi thoải mái!*

*Ta đã hát như người yêu cầu;
Đây là những lời hát điên của ta. (42)
Nếu người có thể tu tập chúng,
Khi đói, người sẽ ăn thức ăn Đại Cực Lạc, (43)
Và sẽ uống Cam Lộ (44) khi khát.
Rồi người có thể giúp các hành giả yoga bằng hành động.*

Vì vậy Draug Srin Mo và đám tùy tùng tràn ngập sùng mộ Jetsun, đánh lễ và nhiễu quanh ông nhiều lần. Họ kêu lên, “Tôn giả, chúng con thực biết ơn ngài sâu xa!” và họ biến đi như một chiếc cầu vồng, mất dạng trong bầu trời. Từ đó về sau, họ tuân lệnh Milarepa; họ phục vụ các hành giả yoga, không bao giờ làm hại, và trở thành bạn tốt của họ.

Đây là câu chuyện về [cuộc gặp gỡ của Milarepa với] Draug Srin Mo ở hang Linba.

Chú Thích Chuyện 4

(1) Sao La-hầu (Ruha) hay Sao Chamju (T.T.: Khyab.hJug): một hành tinh truyền thuyết cho là xấu ác đối với định mệnh loài người, và được biết đến vì liên tục trả thù mặt trời và mặt trăng cho hả giận.

(2) Bốn Đại Châu: Xem Chuyện 2, Chú thích 15, 16, và 17

(3) Tâm giác ngộ – Tâm Bồ-đề (Ph.: Bodhicitta; T.T.: Byan. Chub.Sems.): Thuật ngữ quan trọng nhất và thường được dùng trong Phật Giáo Đại Thừa có nghĩa là tinh thần, giáo pháp, và triết lý nền tảng của Đại Thừa. Hai nghĩa quan trọng nhất trong các nghĩa và áp dụng của thuật ngữ này là: thứ nhất, lời nguyện và hành động giải thoát tất cả chúng sinh khỏi đau khổ và đưa họ đến Phật Tánh; thứ nhì, sự trực tiếp nhận ra Chân Như. Để làm rõ nghĩa những hình thái khác nhau này chữ ‘Bodhicitta,’ các thuật ngữ Tâm Bồ-đề, Tâm giác ngộ, v.v..., được dùng thay nhau trong sách này. Xem Chuyện 1, Chú thích 20.

(4) Nhamdog (T.T.: rNam.rTog.): Đây cũng là một thuật ngữ rất thường dùng trong các bản văn Phật Giáo. Nó có nhiều nghĩa, như là, dòng niệm tưởng miên tục, ý niệm hư huyền, những ý nghĩ cuồng loạn không thể kiểm soát. Xem Chuyện 1, Chú thích 12.

(5) Đì Con Đường Nghĩa Địa: Các hành giả yoga Mật Điển (Tantra) được thúc giục tu tập thiền định trong nghĩa trang, khung cảnh chung quanh như thế được xem là cực kỳ hữu ích cho sự tiến bộ xa hơn.

(6) Cung Vô Lượng (T.T.: gShal.Yas.Khan): “nơi cư ngụ” trên trời của đức Phật trong cõi “Tịnh Độ,” siêu vượt sự giới hạn của không gian, và không thể đo lường được.

(7) Đây ám chỉ nguyệt thực hay nhật thực. Xem Chú thích 1.

(8) Thần (Phạn: Deva; T.T.: lHa.): Trong kinh sách Tây tạng, tất cả chư Phật, Bồ-tát, thiên, thần, đều gọi là “Lha,” nhưng ở đây chỉ dùng theo nghĩa tượng trưng.

(9) Phật Giáo Đại Thừa dạy rằng tất cả những tu tập tôn giáo và nỗ lực tâm linh đều phải cống hiến cho lợi ích và giải thoát tất cả chúng sinh.

(10) Sáu Nẻo [Lục đạo]: Sáu Giới hay Cõi (Ph.: Lokas) là những nơi các loại chúng sinh khác nhau sống dưới những điều kiện khác nhau. Thần, người, a-tu-la sống ở ba Cõi trên; súc sinh, ngạ quỷ (quỉ đói), và cư dân của địa ngục sống ở ba Cõi dưới.

(11) Ý nghĩ do tập khí (T.T.: Bag.Chags.; Phạn: Vāsana): Theo Phật Giáo Đại Thừa, nhất là Duy Thức Tông (Yogacara), “thức” của chúng sinh bị những ý nghĩ do thói quen đem ra chơi đùa. Nhân và quả tất cả đều được tạo ra từ “những nội dung tâm thần” tích lũy đã được chứa nhóm trong thức A-lại-da hay Hàm tàng thức.

(12) Như Tánh (T.T.: De.bShin.Nid.; Ph.: Tathatā): cũng được dịch là “Tánh đó” hay “Tánh ấy,” ám chỉ Chân Như hay Thực tại Tuyệt Đối, nhất thiết không thể diễn tả được, nó luôn như vậy trong tất cả mọi thời.

(13) Xem Chuyện 1, Chú thích 17.

(14) Cháp Pháp: Theo Phật Giáo, có hai hình thức chấp: (1) Chấp ngã (xem chú thích 28), và (2) Chấp pháp. Chấp pháp ám chỉ khuynh hướng bám sinh chấp hữu, sự hiện thân là có thực và tồn tại. Chính quan niệm về “hữu,” Phật Giáo Đại Thừa tuyên bố, là một sản phẩm của Chấp pháp.

(15) Tự Tĩnh Giác (T.T.: Ran.Rig.): Tự Tĩnh Giác hay khả năng tự chứng kiến của ý thức mà nó là, theo Duy Thức Tông, chính là tâm. Nhiệm vụ của tự tĩnh giác là ý thức về chính ý thức; nó là thức thuần túy không có bất cứ nội dung chủ thể nào. Tu dưỡng thức thanh tịnh này là tu tập tốt cùng của Đại Thủ Ấn.

(16) Phân tán và hôn trầm: Tất cả những người tu tập thiền định đều kinh nghiệm hai chương ngại này – hai kẻ thù chính của hành giả yoga.

(17) Tâm con người có khuynh hướng hoặc bám vào cái “Thấy hiện hữu và thường còn” hay cái “Thấy đoạn diệt và không hiện hữu.” Cái trước bám vào sự hiện hữu vĩnh viễn của hiện thể thực hữu, và cái sau bám vào sự hủy diệt tối hậu của toàn bộ hiện hữu. Phương thuốc chữa trị cho cả hai cực đoan hay “tà kiến” này là Giáo lý Trung Đạo mà Phật Giáo chủ trương.

(18) Hay chủ thể và khách thể: Tất cả những quan niệm và cảm xúc được đặc trưng bằng mô hình chủ-khách – cái biết và cái được biết, người yêu và người được yêu, v.v... Mô hình tư tưởng nhị nguyên này là nguyên nhân nền tảng của luân hồi [samsāra]. Giác ngộ chỉ là sự biến đổi và giải thoát ra khỏi *hai mép nắm giữ của chiếc kềm* nhị nguyên.

(19) Xem chuyện 2, Chú thích 21

(20) Những lời nói đùa: Ở đây Milarepa ám chỉ những nhận xét của ông tán dương nữ quỷ Draug Srin Mo, ở đầu ca khúc thứ nhất, chỉ là sự chế nhạo.

(21) Đức Phật và Năm Con Quỉ: Vào buổi chiều trước khi Giác Ngộ, Phật Cồ-đàm đã hàng phục những con quỉ của Năm Dục Vọng đến hại Ngài.

(22) Sự tích lũy hay kho chứa công đức (T.T.: Tshogs.bSags.): Một ngữ cú khác thường dùng trong Phật Giáo. Thuật ngữ này ám chỉ một giáo pháp khá phức tạp của đạo đức Phật Giáo. Vắn tắt, toàn bộ “trạng thái lành mạnh,” hoặc thể gian hay tôn giáo, vật chất hay tinh thần, luân hồi hay niết bàn, đều được mang đến hiện hữu qua những hành vi công đức. Phật Tánh được xem như là sự hoàn thành của tất cả mọi công đức.

(23) Bedma Turin (T.T.: Pat.Ma.Thod.Phrin.): Đây là một tên khác của Padma Sambhava (Liên Hoa Sanh), đại hành giả yoga Ấn Độ, người sáng lập phái Ningmaba [phái Cổ Mật] của Tây Tạng.

(24) Phạm Giới và các Thệ nguyện: Nữ qui này đã một lần thề trước ngài Liên Hoa Sanh (Padma Sambhava) bảo vệ Pháp và giữ Giới Luật.

(25) Ba Thời: Quá khứ, hiện tại, và vị lai.

(26) Ô nhiễm (Ph.: Kleśas; T.T.: Non.Mon.Pa.): Từ này rất khó dịch sang tiếng Anh một cách chính xác, bởi vì nó có nhiều nghĩa khác nhau. Thường nó có nghĩa là những đam mê và dục vọng bùng cháy, như ham nhục dục, ghét, giận, mù quáng, phân tán, và những cái tương tự. Những dục vọng bẩm sinh và có được [từ bên ngoài] mà chúng cản trở đường đến Niết Bàn, là những ô nhiễm.

(27) Năm Dục Độc, hay Năm Ô Nhiễm: nhục dục, ghét, mù quáng, kiêu hãnh, và ganh tị [Tham, Sân, Si, Ngã mạn và Ganh tị]

(28) Chấp ngã (Phạn: Ātma-grāha; T.T.: bDag.hDsin.): sự mê hoặc về một cái *ta* thường hằng, vô điều kiện, tạo nên sự miên tục của hiện hữu luân hồi. Sự chấp ngã tự hiện thân trong hai hình thức: (1) Ngã bẩm sinh hay bất sinh, khái niệm nền tảng của cái “ta”; và (2) Ngã sở đắc, được phát triển qua kinh nghiệm và học vấn.

(29) Tâm hành không ngừng hay dòng niệm tương miên tục: Niệm tưởng của con người không bao giờ ngừng, dù ý thức hay không. Chúng tiếp tục chảy không ngừng, giống như một thác nước.

(30) Luật của Kim Cương Thừa: Các giới luật Mật Giáo hay Samaya [Mật nguyện].

(31) Ngục Vajra: Luyện Ngục là nơi mà tất cả những ai vi phạm các Giới Luật Mật Giáo đều đến đó [nơi ăn năn hối lỗi].

(32) Dorje Semba [Phạn: Vajrasattva, Việt: Kim Cang Tát Đỏa]: Trong năm vị Phật của “Man-đa-la,” đây là vị ngồi ở chính giữa, đôi khi cũng gọi là Dorje Chang [Phạn: Vajradhara, Việt: Kim Cương Trì], tất cả các giáo lý của Tantra đều phát xuất từ vị Phật này.

(33) Truyền Thừa: Sự thừa kế các giáo lý Mật Giáo.

(34) Làn Sóng Ân Huệ: Năng lực gia trì phát xuất từ các Đạo Sư của Truyền Thừa. Năng lực gia trì này, hay làn sóng ân huệ, được xem như là một trong những yếu tố quyết định sự thành công của một hành giả yoga trong sự sùng mộ của ông ta. Người ta nói rằng tốc độ của sự thành tựu của hành giả phần lớn tùy thuộc vào cường độ và mức lượng của những làn sóng ân huệ mà ông ta có thể nhận được từ vị Đạo Sư của mình.

(35) Tiểu Thừa (Ph.: Hinayāna): có nghĩa đen là cái Xe Nhỏ, ám chỉ hình thức nguyên thủy của Phật Giáo phát triển sau khi đức Thích Ca Mâu Ni diệt độ. Phật Giáo Tiểu Thừa hiện thời đang chiếm ưu thế ở Tích lan (Ceylan), Miến điện, và Thái lan, vì thế nó còn được biết như là Phật Giáo Nam tông đối lại với Đại Thừa (Mahāyāna), có nghĩa là chiếc Xe Lớn, hiện chiếm ưu thế ở Tây Tạng, Trung hoa, Triều tiên, và Nhật bản. [Giáo sư Chang nói đây là vào các thập niên của cuối thế kỷ 20, và ông đã không nhắc đến Việt Nam. ND].

(36) Vì tôn kính, Draug Srin Mo gọi Milarepa là “Trolgu,” Hiện thân hay Hóa Thân của Phật (T.T.: sPrul.sKu.). Tuy nhiên, bản thân Milarepa không bao giờ tuyên bố rằng mình là một hiện thân của Phật hoặc một hiện thể bề trên, tài năng nào cả. Ông khẳng định rằng ông là một người bình thường.

(37) Pháp Tánh (Ph.: Dharmata; T.T.: Chos.Nid.): có nghĩa là bản tánh hay chân lý của hiện thể.

(38) Thức A-lại-da (Ph.: Ālaya) hay thức Hàm tàng: Thức thứ tám [Tàng thức]. Thức này có hơn mười tên khác nhau, xuất hiện trong các bản văn khác nhau của Phật Giáo, mỗi tên chỉ một trong những hình thái hay đặc tính của nó. Triết học Duy thức của Yogacara nhấn mạnh chủ yếu vào sự nghiên cứu về Thức này. Tiếng Tây Tạng “Kun.gShi.rNam.Ces.” có thể dịch là “Thức Phổ Biến hay Nguyên Sơ,” “Thức của Tất Cả Mọi Căn Nguyên,” “Thức của Nghiệp Thuần Thực,” v.v... Sự nghiên cứu tốt về Thức này là cần thiết để hiểu tốt hơn các giáo lý của Phật Giáo Đại Thừa và Phật Giáo Mật Thừa. Xem Chuyện 10, Chú thích 1.

(39) Dịch theo nghĩa đen là: “ảo ảnh của ma.” Milarepa ám chỉ những ma thuật biến hiện của Draug Srin Mo.

(40) Ý niệm về “Có và Không,” xác định và phủ định.

(41) Nghĩa đen: Sắc Tánh (T.T.: mTshan.Nid.): Từ này vốn có nghĩa là sự xác định, lý do, thể tính, bản tính, v.v... Ở đây Milarepa dùng nó theo một nghĩa rất lơ lửng ám chỉ một cái gì đó hoàn toàn khác với cách dùng thông thường của từ này.

(42) Các hành giả yoga đã giác ngộ thường có óc khôi hài tốt. Ý thức đầy đủ về giới hạn của lời nói và tính cách phi lý của những khái niệm của con người, đôi khi họ chế nhạo lời nói của họ, mà nó cũng không thể thoát được tình trạng lưỡng nan và vốn có trong cách suy nghĩ và diễn đạt của con người.

(43) Đại Cực Lạc (T.T.: bDe.Chen.): ám chỉ sự xuất thân ngây ngất mà hành giả yoga kinh nghiệm trong thiền định.

(44) Cam lồ: Dịch theo nghĩa đen là, “Cam lồ không rỉ lậu” (T.T.: Zag.Med.). Dùng Định Lực Yoga, hành giả có thể làm tăng sự tiết ra nước miếng của các hạch để làm dịu cảm giác khát nước.

5. MILAREPA Ở RAGMA

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Khi Jetsun Milarepa quyết định rời Linba Draug đi Riwo Balnbar để tu tập thiền định, ông thông báo cho những người bảo trợ của ông biết. Họ nói, “Gần Riwo Balnbar có một ngôi chùa ở một địa điểm rất thích thú. Chúng con giới thiệu thầy ở đó. Về Riwo Balnbar, chúng con không biết nhiều lắm. Tôn giả, lúc đầu thầy có thể ở lại trong ngôi chùa đó, chúng con sẽ gửi người đến giám định vùng đó cho thầy.”

Milarepa tự nghĩ, “Trước tiên ta đến ngôi chùa ở một lúc, rồi ta sẽ tiến đến Riwo Balnbar.” Rồi ông bảo họ, “Thầy không cần các con dẫn đường; thầy có thể tự tìm đường cho thầy.” Khi những người bảo trợ hỏi, “Thầy có ai dẫn đường không?” Milarepa đáp, “Có, thầy có.” “Ai thế? Hãy cho chúng con biết y là ai.”

Milarepa hát trả lời:

*Đạo Sư vinh quang và thành tựu
Xua tan u tối, là người dẫn đường.*

*Lìa xa lạnh và nóng, những chiếc áo vải này (1)
Nhờ đó ta từ bỏ ham thích lông thú, là người dẫn đường.*

*Các Yoga Khẩn Nguyện, Đồng Nhất, và Biến Hóa (2)
Nghiền nát mê hoặc của Trung Giới, là người dẫn đường.*

*Cái chỉ cho các người con đường trong tất cả mọi hành trình qua khắp các cõi miền –
Sự làm chủ hoàn toàn Tâm-Khí (3) là người dẫn đường.
Từ bỏ thân mình là một cúng dường tốt (4) –
Lời dạy Hàng Phục Bản Ngã – là người dẫn đường.*

*Ở lại trong cô tịch và tu tập thiền định,
Đưa đến Giác Ngộ, là người dẫn đường.*

*Được sáu người dẫn đường này, và trú trong
Jaung Chub Tsong, (5)
Tất cả sẽ tốt với ta.*

Vì vậy, Milarepa đi đến phần thượng lưu của Ragma, từ đó về sau được gọi là Jaung Chub Tsong. Rồi ông tự nhập Định Dòng Sông. (6) Một hôm lúc nửa đêm, ông nghe tiếng ồn lớn và tiếng kêu la, tù và thổi trên không trung tựa như một đoàn quân chiến đấu đang tiến tới. Milarepa nghĩ, “Có đánh nhau trong xứ này chăng?” Rồi ông tự nhập Định Đại Bi. Nhưng âm thanh càng lúc càng gần. Cả trời và đất dường như tắm trong ánh sáng màu đỏ. Milarepa thắc mắc việc gì đang xảy ra. Ông nhìn quanh và thấy cả đồng bằng đang cháy, không còn gì trên đất hay trên trời. Một đoàn quân [quỉ] bận rộn đốt lửa, tạt nước, ném sập núi. Dường vô số bùa chú, những con quỉ đe dọa Milarepa bằng nhiều thứ vũ khí, cào sập đá và hang động, và cũng chửi mắng ông thậm tệ. Milarepa biết rằng lũ quỉ đang tụ tập để làm hại ông. Ông nghĩ, “Thương thay, từ vô thủy đến nay những con quỉ Ah Tsa Ma (7) đây tội lỗi này đã làm những chuyện ác trong Sáu Cõi, như thế trở thành quỉ đói bay trong không trung. Với những ý niệm xấu và những ý định ác chúng đã hại bao nhiêu sinh linh, và Nghiệp đen tối này, chúng chẳng còn lựa chọn mà chỉ vào địa ngục trong đời vị lai.” Với tâm đại bi, Milarepa hát:

*Con kính lễ Thầy, Marpa Dịch giả.
Trong bầu trời bi tâm mệnh mỏng của Thầy
Các đám mây từ ái đã từ mọi phương tụ hội
Mà từ đó cơn mưa ân huệ phong nhiêu rơi xuống.
Như vậy sự gặt hái của đệ tử được gia tăng.
Vô lượng chúng sinh vô hạn như hư không,
Xin ban cho sóng ân huệ của Thầy để đạt thành Giác Ngộ.
Các người bọn Phi-nhân và quỉ,
Các người phi hành trên không trung
Luôn luôn mong có thức ăn,
Các người những con quỉ đói!
Bị lèo lái bởi Nghiệp lực đã chín muồi, (8)
Trong kiếp này các người sinh ra làm quỉ đói;
Cũng vì Nghiệp của những chuyện ác đã làm,
Do làm hại kẻ khác,
Các người sẽ rơi xuống địa ngục trong kiếp vị lai.
Ta hát về những sự thật của Nghiệp.
Hãy suy nghĩ kỹ những lời ơn ích đó.*

*Ta là con của những bậc Đạo Sư phái Khẩu truyền;
Với niềm tin phát khởi trong tim,
Ta đang học Pháp.
Khi biết Luật Nhân Quả,
Ta tu tập sống đời khổ hạnh;
Cần mẫn và kiên trì,*

Ta thấy chân tánh của Tâm.

*Ta nhận ra rằng tất cả hình tướng đều là huyễn hóa.
Như thế ta thấy mình thoát khỏi bịnh ngã chấp,
Như thế ta cắt đứt Sợi Xiềng Chủ-Khách (9) luân hồi
Và đạt đến Cảnh Giới Phật, Pháp Thân bất động.*

*Ta là hành giả yoga đã vượt qua bên kia tâm [người];
Làm sao các người có thể làm khổ được ta, những tên
quấy nhiễu?
Những hành vi ác và những ý định xấu của các người,
Làm các người mệt mỏi, nhưng chẳng hại được ta.*

*Lại nữa, các người phải biết rằng tâm là nguồn oán ghét.
Dù từ đáy sâu của mười tám tầng địa ngục bên dưới
Đến cõi Phạm Thiên ở trên,
Các người gom hết tất cả sức lực ở đó ném vào ta,
Cũng khó làm Trí Trùm Khấp của ta gọn sóng,
Vì trong tâm ta không sợ hãi nào có thể phát sinh.*

*Các người những quỷ và Phi-nhân tụ tập,
Với tất cả phù chú và vũ khí ma thuật,
Các người cũng không thể đả thương ta được;
Tất cả những gì các người đã làm đều vô dụng.
Thật lãng phí và đáng thương nếu các người trở về
mà không hại được ta!
Hãy tận lực làm những gì tệ nhất, các người những
con quỷ đáng thương.*

Rồi Milarepa nhập Định Như Tánh. [Vì kinh sợ và do đại hùng lực của ông trấn áp], tất cả bọn quỷ sám hối trước ông và trở nên trung thành với ông. Chúng đánh lễ và nhiễu hành quanh ông nhiều lần, nói: “Quả thật chúng tôi mù quáng, không biết ngài là một hành giả yoga thành tựu như thế. Cầu mong ngài tha thứ cho chúng tôi vì những gì chúng tôi đã làm đối với ngài. Từ giờ trở đi chúng tôi sẽ theo bất cứ sự chỉ dạy nào ngài có thể ban cho. Cầu mong ngài ban cho chúng tôi giáo lý, như vậy mối liên hệ trong Pháp giữa ngài và chúng tôi có thể thành được.”

Milarepa đáp, “Tốt lắm. Trong trường hợp đó, tôi sẽ cho các người lời dạy này”:

*Chớ phạm tội lỗi,
Làm những điều lành!*

Tất cả các quỷ kêu lên, “Vâng, chúng tôi sẽ vâng lời!” Rồi chúng dâng ông cuộc đời và tấm lòng của chúng, và cũng hứa với Jetsun sẽ tuân theo mệnh lệnh của ông. Rồi tất cả bọn chúng trở về xứ sở của chúng.

Trong bọn chúng có một tên gọi là Seyi Lhamo, từ Mang đến, và những tên khác là các thần địa phương từ Riwo Balnbar đến. Milarepa cảm thấy rằng, vì các quỷ của Riwo Balnbar đã quỷ

hàng, nên chẳng cần đến đó để thiền định nữa. Ông quyết định ở lại Chỗ Bò-đề vài ngày. Trong tâm thái rất phấn khởi, ông hát:

*Ở đây trong nhà Giác Ngộ,
Ta, [hành giả] Đạo Bò-đề, Milarepa,
Làm chủ Tâm Bò-đề,
Tu tập Yoga Tâm Bò-đề.
Ta sẽ sớm đạt thành đại Bò-đề,
Và đem vô số chúng sinh như mẹ (10)
Đến chốn già lam thanh tịnh của Giác Ngộ Viên Mãn.*

Một hôm, một người bảo trợ đến am của Milarepa mang theo một mớ củi và nửa lọ bột mì. Người khách không mặc đủ y phục và cảm thấy rất lạnh. Ông ta nói, “Ragma là vùng lạnh nhất ở phía Nam và đây là chỗ lạnh nhất của Ragma, tôi muốn cúng dường thầy, Lạt-ma, một cái áo lông thú nếu thầy nhận nó.”

Milarepa hỏi, “Thí chủ thân mến, ông tên là gì?” và người đàn ông đáp, “Labar Shawa.” Lúc ấy Milarepa nói, “Ông có cái tên rất hay, thực đấy. Mặc dù tôi không cần bột mì và áo lông thú của ông, nhưng tôi cảm ơn ông rất nhiều. Tôi sẽ lấy bột mì, nếu ông thích, nhưng về áo lông thú, tôi thật không cần nó.” Và Milarepa hát:

*Như một đứa trẻ lạc mất đường về nhà,
Tâm bối rối lang thang trong Sáu Cõi mê hoặc.
Do Nghiệp lực huyễn hóa,
Người ta thấy vô số ma cảnh và cảm thấy xúc động vô cùng.*

*Đôi khi ta có những cảm giác hư huyễn của sự đói,
Nên ta chuẩn bị thức ăn và bữa ăn chiều.
Đôi khi ta tận sức dựng một ngôi nhà; (11)
Những lúc khác, ta chịu khó ăn đá. (12)
Đôi khi ta ăn thức ăn Tánh Không;
Hoặc ta đổi cách và chẳng ăn gì hết. (13)*

*Đôi khi cảm thấy khát, ta uống nước xanh tinh khiết;
Những lúc khác, ta nhờ vào chất phân tiết của riêng ta.
Thường khi ta uống nơi dòng Suối Bi Tâm;
Và rất thường ta nhấp cam lồ tươi mát của các thiên nữ.*

*Đôi khi cảm thấy lạnh, ta mặc chiếc áo Hai Kênh; (14)
Những lúc khác, Yoga Nhiệt ban cho cực lạc cháy bừng
và ấm áp.*

*Thỉnh thoảng, ta đổi cách sống khổ hạnh của mình;
Đôi khi ta cảm thấy thích có bạn bè quanh ta;
Ta sống với Tỉnh Giác là bạn đồng hành.*

Ta thực hành bạch hạnh của Mười Điều Thiện;

*Ta quán chân tri thức Thực Tại,
Và biết chắc tâm tự sáng.*

*Trang sức bằng ngọc quý chân tri thức,
Ta là hành giả Yoga Milarepa – sư tử giữa loài người.*

*Thành thạo và chiến thắng, ta thiện xảo trong thiền định.
Trên núi tuyết ta tu tập trong cô tịch.
Ta là hành giả yoga đạt được quả công đức.
Ta là hành giả Yoga Milarepa, hổ giữa loài người.*

*Ta đã ba lần kích hoạt Tâm Bồ-đề, (15)
Ta mỉm cười vui vẻ với Không Phân Biệt Phương Tiện và
Trí Tuệ; (16)
Ta ở trong rừng Thung Lũng Phương Thuốc Sáng Ngời (17)
Và sinh quả lợi ích cho chúng sinh.*

*Ta là hành giả Yoga Milarepa – chim ó giữa loài người.
Ta có đôi cánh hùng mạnh của Yoga Phát Sinh thấy rõ; (18)
Ta sở hữu đôi cánh Yoga Hoàn Thiện (19) vững vàng.
Ta bay vút lên bầu trời Như tánh Hai-trong-Một; (20)
Ta ngủ trong hang Chân Lý siêu việt;
Ta được quả lợi ích cho ta và người khác.
Ta là hành giả Yoga Milarepa – là người giữa loài người.*

*Ta là người thấy bộ mặt của hình tướng,
Ta là kẻ cho lời khuyên tốt.
Ta là hành giả yoga không những thuộc tính.*

*Ta là người không quan tâm chuyện gì có thể xảy ra.
Ta là kẻ xin của bố thí không có thức ăn,
Một ẩn sĩ trần truồng không manh áo,
Một khát sĩ không có đồ trang sức.
Ta không có chỗ gối đầu;
Ta là kẻ không bao giờ nghĩ đến ngoại vật –
Chủ nhân của tất cả hành động yoga.*

*Giống như người điên, ta sung sướng nếu thần chết đến:
Ta không có gì và không muốn gì hết.*

*Nếu một người ham sắm mua của cải,
Ấy chỉ đưa đến ganh tị và giận hờn;
Ấy chỉ gây phiền phức cho những người bảo trợ
Và đưa họ vào những nẻo đời sai lạc.*

Đối với hành giả yoga, tất cả đều tốt và tuyệt vời!

*Với trái tim từ thiện và sự gia trì đồng đạo,
Bồ thí bao giờ cũng nên là phép tu tập của anh.*

*Ta chúc anh tất cả an lạc và thịnh vượng;
Ta chúc anh sức khỏe, nhân nhĩ, và sống lâu.
Nguyện cho anh, trong đời kế tiếp, được sinh nơi
Tịnh Địa của Phật,
Ở đó [vui vẻ] tu tập Pháp.
Cầu cho anh lúc ấy có thể không ngừng
Hiến mình cho lợi ích của tất cả loài người.*

Vì vậy, niềm tin vào Jetsun đã phát sinh nơi người đàn ông ấy. Ông ta nói, “Bởi vì ngài là hành giả yoga thành tựu, ngài có thể không cần những thứ này. Chỉ vì lợi ích của những người tội lỗi như chúng tôi, mà ngài ở lại đây. Xin thương xót tôi và nhận lấy hiến vật của tôi.”

Từ đó về sau, khi nào Milarepa ở đạo tràng Bồ-đề, người đàn ông ấy luôn luôn mang đến thức ăn và lương thực cho Milarepa một cách rộng rãi. Đây hân hoan, Milarepa ở lại đó một thời gian.

Một hôm, vài người dân làng từ Ragma đến thăm Jetsun. Họ hỏi ông, “Tôn giả có thích chỗ này không? Ngài có thấy an lạc khi ở lại chỗ này không? Xin ngài nói cho chúng tôi biết ngài nghĩ gì về tất cả những sự việc này!” Để trả lời, Milarepa hát:

*Ở đây là Chỗ Bồ-đề, tĩnh lặng và bình an.
Núi tuyết, nơi cư ngụ của các thần, đứng trên cao;
Dưới kia, cách xa đây ở trong làng, các người bảo trợ
trung thành của ta sống;
Chung quanh là núi ẩn mình trong tuyết trắng.*

*Đứng trên mặt đất phía trước là những cây ban như ý;
Nằm trong thung lũng kia là những đồng cỏ mênh mông, hoa dại nở.
Chung quanh hoa sen thích thú, thơm ngát ngào,
tiếng côn trùng rí rả.
Dọc theo bờ suối
Ở giữa hồ,
Những con hạc giương cổ, thưởng thức cảnh vật,
và hài lòng.*

*Trên những cành cây, chim rừng hót;
Khi gió thổi nhẹ êm, liễu rủ nhẩy múa khoan thai;
Trên đọt cây lữ khí phóng nhẩy với niềm vui;
Trên đồng cỏ hoang xanh rải rác những đàn bò gặm cỏ,
Những trẻ chăn cừu vui nhộn, chẳng lo âu,
Hát những bài vui và chơi ống sậy.
Người thế gian, với ham muốn cháy bừng,
Phân tán vì thế sự, trở thành nô lệ trên trái đất.
Từ trên đầu Tảng Đá Ngọc Rạng Ngời,
Ta, hành giả yoga, thấy những điều này.*

*Quan sát chúng, ta biết rằng chúng đang qua nhanh,
chóng vánh;
Lặng ngắm chúng, ta nhận thấy dễ chịu và thích thú
Chỉ là những bóng nước và ánh chiếu trong nước.*

*Ta thấy đời này như chú thuật, như giấc mơ.
Trong tim ta nổi lên niềm thương xót lớn
Cho những ai không biết sự thật này.*

*Thực phẩm ta ăn là Không Gian – Tánh Không;
Thiền định của ta là Thiền-na – ở bên kia phân tán.*

*Vạn thị kiến và cảm giác tất cả đều xuất hiện trước ta –
Thật lạ lùng là hiện tượng luân hồi!
Thật tiêu khiển là các pháp trong Ba Giới, (21)
Ô, kỳ diệu làm sao, tuyệt diệu làm sao!
Do bản tánh là Không mà mọi vật hiển hiện.*

Những người dân làng đều [hân hoan với khúc hát này], và họ [rất vui vẻ] trở về nhà với niềm tin mạnh thêm.

Đây là phần thứ nhất của câu chuyện Milarepa ở Ragma.

Chú Thích Chuyện 5

(1) Hành giả yoga tu luyện Yoga Khí Nóng chỉ được mặc một tấm vải, không được phép mặc lông thú. Mục đích của sự tu luyện nghiêm khắc này có hai mặt: khước từ sự kiếm tiền bằng lông thú và sự ham muốn có lông thú, và để tự huấn luyện mình hành sự không có lông thú trong khu vực cực lạnh như Tây Tạng, như vậy để kích thích sự sinh sản nội nhiệt nhiều hơn.

(2) Các Yoga (nghĩa đen, Những Chỉ Dạy) Khẩn Nguyên, Đồng Nhất, và Biến Hóa (T.T.: bSre.hPho. sKor.gSum.): Ở bình diện Bardo (Cảnh Giới Trung Gian giữa chết và tái sinh), người chết thấy một số ảo ảnh và hình tượng mà thực ra chúng chỉ là những hiện tượng của tâm y. Nhưng vì suy nghĩ theo thói quen và chấp ngã, những người không được khai thị không thể nhận ra những ảo ảnh này và không thấy bản tánh mình. Yoga Mật Giáo không những chỉ phục vụ mục đích làm y có thể nhận ra Phật Tánh bẩm sinh trong đời này mà còn chuẩn bị cho y giai đoạn ở Cảnh Giới Trung Gian. Khi một hành giả yoga thông thạo thấy những biến hóa khác nhau của Cảnh Giới Trung Gian, ông ta có thể nhận ra ngay âm thanh mà ông ta nghe với Chân Ngôn (Mantra) (hay lời cầu khẩn) của vị Phật Hộ Trì mình, và những hình tượng ông ta thấy cũng vậy. Qua tu tập các Yoga Khẩn Nguyên, Đồng Nhất, và Biến Hóa, hành giả yoga có thể xua tan sự sợ hãi ở Bardo. Ba Yoga này có thể miêu tả như sau:

(a) Yoga Khẩn Nguyên: Bằng khẩn nguyện và niệm Chân Ngôn (Mantra) của một vị Phật Hộ Trì đặc biệt, hành giả yoga kêu gọi sự hộ trì của vị thần hộ mạng đó.

(b) Yoga Đồng Nhất: Trong phép tu tập Yoga này, hành giả đồng nhất hay hợp nhất mình với vị thần hộ mạng. Như vậy trong cảnh giới Bardo, khi các thần dữ và thần hiền xuất hiện, hành giả có thể hợp nhất mình với các thần đó. (Xem “Tibetan Book of the Dead,” W. Y. Evans-Wentz hiệu đính).

(c) Yoga Biến Hóa: Qua tu tập Yoga này, có thể biến hóa các ảo cảnh của Bardo tùy ý.

(3) Tâm-Khí hay Tâm-Lực (T.T.: Rlun. Sems.): Đây là một từ quan trọng trong Mật Giáo. Người ta nói rằng một hành giả yoga làm chủ được Tâm-Khí, hay Tâm-Lực có thể thi triển những kỳ công siêu phàm, như bay đến bất cứ chỗ nào tùy ông ta chọn.

(4) Một Yoga đặc biệt của Tây Tạng gọi là “gCod,” được thiết lập để trừ Ngã Chấp. Trong tu tập Yoga này, hành giả hiến thân mình cho chúng sinh qua những quán tưởng đặc biệt.

(5) Jaung Chub Tsong: Lâu đài Bồ-đề (T.T.: Byan.Chub.rDon.).

(6) Định (Samadhi) Dòng Sông: Đây chỉ tâm thái hành giả yoga kinh nghiệm trong tu tập Đại Thủ Ấn (Mahamudra), trong đó hành giả cảm thấy mình không dính mắc với tất cả hiện tượng. Mặc dù ở trong sự hiện hữu của hiện tượng, hành giả không bị nó ảnh hưởng; hành giả bao gồm sự vật biến dịch, nhìn sự biến dịch thành dòng lưu chuyển đi qua. Mặc dù ý thức sự đồng nhất của mình và sự biến dịch, hành giả biết rằng mình là ông chủ, và vui hưởng tình thân giải thoát bên trong dòng lưu chuyển vĩ đại. (Cũng xem Chuyện 2, Chú thích 4.)

(7) Quỷ Ah Tsa Ma: Xem Chuyện số 2, chú thích 5.

(8) Nghiệp Chín muối: Xem Chuyện 2, Chú thích 6.

(9) Sợi Xiềng Chủ-Khách: Người làm và việc làm; người thấy và vật bị thấy; v.v... Mô hình tư tưởng nhị nguyên này được xem như là nguyên nhân căn bản của luân hồi sinh tử.

(10) Vì với mỗi nhục thân, người ta có một người mẹ, từ thời vô thủy đến hiện tại người ta phải có vô số mẹ, theo Phật Giáo Đại Thừa, tất cả chúng sinh đều có, hơn một lần, mỗi quan hệ cha mẹ với nhau. Do đây, phát sinh tâm đại bi của Bồ-tát.

(11) Đây chỉ những lao động của Milarepa làm cho Thầy ông, Marpa, trong thời kỳ thử thách tập sự làm đồ đệ. (Xem Tiểu sử của Milarepa, “The Tibet’s Great Yogi, Milarepa”. [Cũng xem “Milarepa, Con Người Siêu Việt.” ND.]

(12) Ăn đá: Để tránh vướng mình vào thế gian, các hành giả yoga có quyết tâm được cung cấp cho một kỹ thuật ăn đá thay vì thức ăn.

(13) Nhờ Định lực, hành giả yoga có thể sống mà không ăn trong một thời gian dài.

(14) Hai Kênh (T.T.: rTsa.gNis.): hai Kênh huyền bí phải và trái trong thân người qua đó các lực nóng yoga phát sinh.

(15) Ý nghĩa của câu này không rõ lắm. Dịch giả tin rằng “ba lần kích hoạt Tâm Bồ-đề” có nghĩa là sự khai mở trọn vẹn của cái gọi là ba Tâm Bồ-đề: (a) Thệ nguyện của Bồ-tát, (b) Tâm Bồ-đề Siêu Việt hay Trí Vô Phân Biệt, và (c) Tâm Bồ-đề “Bí ẩn,” tức là, theo Mật Giáo, tinh chất (tinh dịch), hay nguồn năng lực của thân.

(16) Không Phân Biệt Phương Tiện và Trí Tuệ, hay dịch cách khác là Phương Tiện và Trí Tuệ Hai-trong-Một: Bồ-tát Hạnh gồm có hai khía cạnh chính: (a) tu dưỡng Trí Tuệ, tức là, tu tập và giác ngộ Trí Bát-nhã (prajñāpāramitā); và (b) tu tập Phương Tiện và Đức Hạnh, tức là, năm Ba-la-mật đầu, nghĩa là, bố thí, trì giới, nhẫn nhục, tinh tấn, và thiền định. Chỉ những hành giả yoga cao cấp là có khả năng giác ngộ tính Không Phân Biệt của hai pháp tu tập này.

(17) “Sáng Ngời” chỉ bản tánh của Tâm tự sáng, hay tự chiếu sáng; “Thung Lũng Phương Thuốc” chỉ sự giác ngộ của Tự-tâm như là sự chữa trị hay phương thuốc cho tất cả mọi cái xấu.

(18) Yoga Phát Sinh (T. T.: sKyed.Rim.): Trong Mật Điển Vô Thượng (Anuttara Tantra), có hai phương pháp tu tập chính: một là Yoga Phát Sinh, phương pháp kia là Yoga Hoàn Thiện. Phương pháp trước là sự chuẩn bị cho phương pháp sau – nó nhấn mạnh sự luyện tập tập trung và quán tưởng, và qua đó đạt cảnh giới của Thiền-na (Dhyana) và Định (Samadhi), trừ phi hành giả đã đạt đến giai đoạn cao của Thiền và Định, y không thể tu tập Yoga Hoàn Thiện.

(19) Yoga Hoàn Thiện (rDsogs.Rim.): Yoga cao cấp của Mật tông Tây Tạng. Nó là phương pháp tu tập hợp nhất Tâm và Khí (Prana).

(20) Như Tánh Hai-trong-Một: Từ này cũng có thể dịch là “Như Tánh Bất Nhị.” Trong cõi luân hồi, những kiến giải khác nhau về một vật hình thành theo những bình diện và vị trí khác nhau. Đối với người trung bình, thì ly nước chỉ là một phương tiện để giải khát; đối với một nhà vật lý học, nó là một hợp chất của những yếu tố chuyển động khác nhau; đối với một nhà triết học, nó là một loạt của những quan hệ. Những cái thấy hay hiểu khác nhau này, phát xuất từ các bình diện và thể giới tư tưởng khác nhau, và như thế, đó là đặc tính phân biệt của tư tưởng về Sinh Tử hay luân hồi, nhưng trong cảnh giới của Hai-trong-Một hay Nhiều-trong-Một, không có những cái thấy khác nhau đó.

(21) Ba Giới hay Ba Cõi: Theo Phật Giáo, đây là Dục giới, Sắc giới, và Vô sắc giới. Người ta tin rằng Ba Giới gồm tất cả chúng sinh trong những lãnh vực khác nhau của tồn sinh luân hồi.

6. MILAREPA Ở JUNPAN NANKA TSANG

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Từ Ragma, Milarepa đi Junpan Nanka Tsang (1) và ở lại đó một thời gian.

Một hôm, một con khỉ cưỡi trên một con thỏ đến am của Milarepa. Con khỉ mặc áo giáp nạm, mang cung và tên làm bằng nhánh cây. [Thấy hình dạng khôi hài của nó], Milarepa không thể nín cười được. Con quỉ nói với Jetsun, “Ông vì sợ hãi mà đến đây. (2) Nếu ông hết sợ, thì hãy đi đi.” Milarepa đáp, “Ta nhận ra trọn vẹn rằng hiện thân chính là Tâm; ta cũng thấy rằng Tự Tánh của Tâm đồng nhất với Pháp Thân. Ngươi, cái hiện hồn đáng thương! Bất cứ hình ảnh nào ngươi có thể hóa hiện, đối với ta cũng chỉ là trò cười.” Vì thế, con quỉ cúng dường và thề với Milarepa. Rồi nó biến mất vào bầu trời như một chiếc cầu vồng. Nó là vua quỉ của Dro Tang.

Một hôm, những người bảo trợ của Milarepa từ Dro Tang đến viếng. Họ hỏi ông Junpan Nanka Tsang đã cống hiến ông những lợi ích gì. Trả lời họ, ông hát:

*Ta khẩn nguyện với Đạo Sư của ta, Bạc Thánh.
Hãy lắng nghe, các người bảo trợ của ta, ta sẽ nói
những công đức chỗ này.*

*Trong tịch tĩnh tuyệt vời của Lầu Trời Junpan này
Cao bên trên, mây đen tụ hội;
Xanh thẳm và xa bên dưới, sông Tsang chảy.*

*Sau lưng ta nhô lên Tầng Đá Đỏ của Trời;
Bên trái ta, hoa đại đơm bông, rung rinh, phong phú;
Cạnh miệng hang ta ở, [dã] thú tới lui, kêu rống, gầm gừ;
Trên bầu trời, kên kên, ó tự do lượn vòng,
Trong khi mưa phùn rơi nhẹ từ trời [cao].*

*Ong vo ve, vù vù ca hát;
Ngựa cái, ngựa con nhảy nhót, nô đùa, phóng chạy
điên cuồng;
Dòng suối róc rách chảy qua sỏi đá;*

*Xuyên cành cây lữ khỉ nhảy và đánh đu;
Chim sơn ca hát khúc ngọt ngào.*

*Những âm thanh đúng lúc ta nghe tất cả là bạn của ta.
Công đức của chỗ này không thể nghĩ bàn –
Giờ đây ta kể cho các người trong lời hát.*

*Ô, những người bảo trợ tốt,
Cầu các người theo đường Đạo và tám gương của ta;
Hãy bỏ ác và làm những điều thiện.
Những chỉ dạy cho các người
Từ tim ta tự phát.*

Trong những người bảo trợ ấy, có một hành giả Mật Điền nói với Milarepa, “Chúng tôi cảm ơn ngài sâu xa nếu ngài rộng lượng ban cho chúng tôi những chỉ dạy thiết yếu về Thấy, Thiền Định, và Hành Động (3), như là lời chào hay món quà chào đón.”

Milarepa hát trả lời:

*Ân huệ của Đạo Sư của con đi vào trái tim con;
Xin giúp con chứng ngộ chân lý Tánh Không!*

*Để trả lời các người bảo trợ trung thành của ta,
Ta hát để làm vui lòng chư Thiên và Phật:*

*Hiện Tượng, Không, và Vô Phân Biệt,
Ba cái này là tinh yếu của Thấy.*

*Quang Minh, Vô Niệm, và Không Phân Tán,
Là tinh yếu của Thiền Định.
Không Chấp Trước, Không Vương Mắc, và hoàn toàn
Không Thiên Lệnh
Là tinh yếu của Hành.*

*Không Hy Vọng, Không Sợ Hãi, và Không Nhảm Lẫn
Là tinh yếu của Thành Tựu.*

*Không dụng công, Không che dấu, và Không Phân Biệt,
Ba cái này là tinh yếu của Giới Luật.*

Nghe Milarepa hát xong, tất cả những người bảo trợ trở về nhà. Vài hôm sau, nhiều đệ tử lại đến viếng Jetsun, hỏi thăm sức khỏe và sự sống của ông, cùng chúc ông những điều tốt đẹp nhất.

Milarepa đáp lại, hát:

Con cúi đầu đánh lễ dưới chân Đạo Sư của con.

Sâu trong rừng nơi không người dẫm bước,

Ta, Milarepa, an lạc tu tập thiền định.

*Không vương mắc và không chấp trước,
Cả bước đi và tĩnh lặng đều vui lòng.*

*Không bệnh tật, không bất bình thường, ta muốn
duy trì thân hư huyền này;
Không bao giờ ngủ, ta ngồi thích nghi trong tịch tĩnh.*

*Ở trong Định Vô Thường, (4) ta thưởng thức niềm vui.
Liên tục trong Yoga Khí Nóng, không lạnh thật là
an lạc.*

*Không nhút nhát hay kinh hoàng,
Ta vui vẻ theo phép tu Mật Điển;
Ta hoàn thiện tu dưỡng không gắng sức;
Không phân tán bất cứ loại nào;
Ở lại trong tịch tĩnh, ta thật là an lạc.
Đây là những lạc thú của thân.*

*An lạc là con đường của Trí Tuệ và Phương Tiện! (5)
An lạc là Yoga Phát Sinh và Hoàn Thiện;
phép thiền định của Hai-trong-Một.
An lạc là Bát-nhã; tỉnh giác không đến cũng không đi!
An lạc là không nói chuyện; không bạn bè và tán gẫu!
Đây là những lạc thú của ngôn từ.*

*An lạc là hiểu Không Chấp Trước;
An lạc là thiền định không gián đoạn;
An lạc là thành tựu không hy vọng hay sợ hãi;
An lạc là hành động không ô nhiễm.
Đây là những lạc thú của Tâm.*

*An lạc là quang minh không suy nghĩ và
không thay đổi bất ngờ!
An lạc là an lạc trong thanh tịnh Pháp Giới! (6)
An lạc là Sắc giới không đoạn diệt!*

*Khúc ca nhỏ về niềm an lạc lớn
Phát ra từ trái tim ta;
Được thiền định phấn khích,
Do hợp nhất của tri và hành.
Ai nhắm vào quả Bồ-đề
Nguyện cho người ấy theo phép Yoga này tu tập.*

Các đệ tử nói với Milarepa, “Thực tuyệt diệu là những niềm vui của Thân, Khẩu, và Ý, như thầy vừa mới nói. Xin thầy nói cho chúng con biết làm thế nào được như vậy?” Milarepa đáp, “Do *giác ngộ* của Tâm.” Lúc ấy các đệ tử nói, “Mặc dù chúng con sẽ không bao giờ đạt được An Lạc và khoan khoái như thầy đã đạt, nhưng hy vọng rằng chúng con có thể sẽ đạt được một phần nhỏ; do đó, chúng con xin thầy cho chúng con một lời dạy rõ ràng, dễ hiểu và đơn giản để tu tập, nhờ đó chúng con có thể giác ngộ Tự Tánh của Tâm.” Vì vậy, Milarepa hát: “Mười Hai Nghĩa của Tâm”:

Con cúi đầu đánh lễ dưới chân Đạo Sư của con.

*Ô, các người bảo trợ tốt! Nếu muốn chứng ngộ
Tự Tánh của Tâm,
Các người nên tu tập theo những lời dạy sau đây:
Niềm tin, tri kiến, và giới luật,
Ba cái này là Cây Sống (7) của Tâm;
Đây là cây các người nên trồng và chăm sóc.*

*Không dính mắc, không chấp trước, và không mù quáng,
Đây là ba cái thuần của Tâm;
Chúng mang nhẹ, song che rất khỏe,
Là những cái thuần các người nên tìm.*

*Thiền định, tinh tấn, và kiên trì
Ba cái này là ngựa cưỡi của Tâm;
Chúng chạy nhanh và chuồn rất lẹ!
Nếu các người tìm ngựa, đây là những con ngựa nên tìm.*

*Tự tỉnh, tự chiếu, và tự vui, (8)
Đây là ba quả của Tâm;
Hãy gieo hạt, và làm cho quả chín,
Hãy tinh lọc, và tinh chất sẽ hiện ra.
Nếu tìm quả, đây là những quả các người nên tìm.*

*Xuất phát từ trực giác của hành giả yoga,
Đây là khúc hát Mười Hai Nghĩa của Tâm ta đã hát.
Hừng khởi do lòng tin, hãy tiếp tục tu tập, những
người bảo trợ tốt của ta!*

Vì vậy, những người bảo trợ ấy đặt niềm tin nhiều hơn nơi Milarepa, và đem đến cho ông những tặng vật tuyệt vời. Rồi Milarepa quyết định đi Núi Tuyết Yolmo.

Đây là câu chuyện về Milarepa ở Lầu Trời Junpan.

Chú Thích Chuyện 6

(1) Junpan Nanka Tsang là một nơi ở gần Hi-mã-lạp-sơn, có nghĩa là Lầu Trời Junpan.

(2) Sợ đau khổ trong luân hồi, đây là động cơ khiến hành giả yoga cố gắng đạt giải thoát.

(3) Thấy, Thiền Định, và Hành Động hay Thấy, Tu, và Hành (T.T.: lTa., sGom, sPsod.): “Thấy” là tri thức hay nguyên lý mà dựa vào đó, tất cả các thiền định đặt căn bản và những hoạt động tôn giáo hành xử. “Tu” là chỉ sự tập luyện Yoga về Thấy; “Hành” chỉ cảnh giới mà hành giả yoga thâm nhập trong Thấy trong khi thực hiện những sinh hoạt hàng ngày. Thí dụ sau đây minh họa những từ đó: Trong trường hợp của giáo lý Đại Thủ Ấn (Mahāmudrā), Thấy là hiểu về Tánh Không của Tâm; Tu là chiêm nghiệm về sự hiểu này; và Hành là chú tâm vào cái Thấy này trong các sinh hoạt hàng ngày, nghĩa là hành giả có thể nhớ kinh nghiệm thiền định của mình ngay cả trong khi tất cả mọi thăng trầm trong sự hiện hữu hằng ngày của mình.

(4) Vô thường: Sự giác ngộ trong các Định cao hơn sẽ siêu việt cả chóng vánh và thường còn.

(5) Trí Tuệ và Phương Tiện (Phạn: Prajñā [và] Upāya; T.T.: Thabs. [và] Ces.Rab.): Trí Tuệ là hiểu, hay Thấy (Kiến), hay “con mắt” của hành giả, Phương Tiện là phương pháp, kỹ thuật, hay “chân” của hành giả.

(6) Pháp giới (Ph.: Dharmadhātu; T.T.: Chos.dWyin.): Thuật ngữ này có nhiều nghĩa khác nhau. Ở đây nó chỉ cái Phổ Biến, cái Vô Cùng, Tổng Thể, và những cái tương tự.

(7) Cây Sống (T.T.: Srog.Ciu.): Từ tượng trưng dùng chỉ sức sống mà sự hiện hữu của sinh mệnh con người tùy thuộc.

(8) Tự tĩnh, tự chiếu, tự vui (T.T.: Ran.Ri., Ran.gSal., Ran.bDe.): Bất chấp sự kiện rằng bản tánh của Tâm là không thể miêu tả được, người ta có thể lãnh hội nó qua minh họa ba đặc tính của nó, tức là, tự tĩnh giác, tự chiếu sáng, và tự-vui, và mặc dù hiện hữu trong tất cả thời gian, những người không được điểm đạo truyền pháp không biết được. Ý thức về thức (tự thức tĩnh hay tự tĩnh giác) là bước tiến gần ngưỡng cửa Giác Ngộ; các dạng thái của tâm, tự chiếu và tự vui đã được các hiền giả Phật Giáo công bố, trong kinh nghiệm huyền bí, họ thấy rằng tâm tự chiếu và an lạc.

7. KHÚC CA NIỀM VUI CỦA HÀNH GIẢ YOGA

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Bậc Sư Yoga, Jetsun Milarepa, vâng lệnh Đạo Sư của ông đến Núi Tuyết Yolmo và trú trong Động Con Cọp ở Senge Tson (1) trong rừng Singalin. Nữ thần địa phương Yolmo xuất hiện trong hình tướng diu hiền, vâng lệnh của Jetsun và phục vụ ông hết sức tốt. Milarepa ở lại đó một thời gian trong tâm thái phấn khởi sâu xa.

Một hôm, có năm ni cô trẻ từ Mon đến viếng ông. Họ nói với ông như vậy: “Người ta nói rằng chỗ này đầy khủng bố, và là một nơi lý tưởng để đạt tiến bộ lớn trong thiền định. Có thực không? Ngài có thấy vậy không?” Lúc ấy Milarepa hát đề ca tụng chỗ này:

*Đánh lễ Thầy, Đạo Sư của con!
Con được gặp Thầy qua nhiều công đức tích lũy,
Và giờ đây con ở chỗ này như Thầy đã tiên tri. (2)*

Đây là chỗ thích thú, chỗ của đôi, rừng,

*Trên những cánh đồng cỏ núi, hoa nở,
Trong rừng, cây đong đưa nhẩy múa!
Ấy là sân chơi cho khí.
Chim hót đầy giọng điệu,
Ong bay lượn vù vù,
Từ ngày đến đêm cầu vòng đến và đi.
Mùa hè mùa đông mưa dịu dàng rơi,
Mùa thu mùa xuân, hơi nước và sương mù cuộn cuộn.
Ở một nơi thích thú như vậy, trong cô tịch,
Ta, Milarepa, an lạc trú chỗ này,
Thiền định về Tâm chân không tịch chiếu.*

*Ôi, an lạc là vạn hiện tướng!
Càng thắng trầm, ta càng cảm thấy vui.
An lạc là thân không có Nghiệp tội lỗi,
Thực an lạc là vô vẩn bói rồi!
Càng sợ hãi, ta thấy càng an lạc. (3)
Ô, an lạc là cảm xúc và phiền não chết!*

*Lo âu và phiền não càng nhiều,
Người ta càng có thể hân hoan, vui vẻ!
An lạc làm sao không cảm thấy đau hay bệnh;
An lạc làm sao cảm thấy rằng vui và khổ là một;
An lạc làm sao chơi trong chuyển động của thân
Bằng năng lực do Yoga khơi dậy.
Nhảy và chạy, múa và nhẩy, và còn vui hơn nữa.*

*An lạc làm sao hát bài ca chiến thắng,
An lạc làm sao ca vịnh và ngâm nga,
Càng vui hơn là còn nói chuyện và ca ca!
An lạc là tâm, đầy năng lực và tin tưởng,
Miệt mài trong Pháp giới.*

*An lạc tốt cùng
Là tự phát của tự lực;
An lạc là vạn hình tướng, vạn tiết lộ.
Như món quà chào mừng cho các đệ tử trung thành của ta,
Ta hát về niềm an lạc của yoga.*

Ngay sau đó, Milarepa đã điếm đạo cho năm ni cô trẻ mới tu và ban cho họ những chỉ dạy bằng miệng. Sau khi tu tập những lời chỉ dạy này một thời gian, ánh sáng Nội tri đã phát sinh bên trong họ. Milarepa quá vui và hát “Cam Lồ của Lời Chỉ Dạy”:

*Ôi, Đạo Sư của con, Người chỉ cho
Con đường không nhằm lẫn đưa đến Giải Thoát,
Vị Cứu Tinh Hoàn Hảo, Bạc Đại Bi,*

*Xin Người không bao giờ rời bỏ con, ở lại mãi
Trên đầu con (4) như ngọc ở đỉnh đầu!*

*Hãy nghe, hỏi những người theo Pháp,
Các cô, những thiền giả ngồi đây.
Dù lời Phật dạy là nhiều nhất,
Kẻ nào có thể tu tập Đạo Sáu Xa này (5)
Quả thực có tài!*

*Nếu muốn thành Phật trong một đời thôi,
Các cô không nên ham sự vật của đời này,
Cũng đừng nên tăng thêm lòng tự muốn.
Hoặc sẽ bị mắc kẹt giữa thiện và ác,
Và có thể rơi vào cảnh khốn cùng.*

*Khi các cô phục vụ Đạo Sư,
Chớ suy nghĩ, “Ta là người làm việc,
Ông ấy là kẻ hưởng thụ.”
Nếu các cô có loại cảm nghĩ này,
Cãi cọ, bất hòa chắc chắn sẽ theo sau,
Và ước mơ của các cô sẽ không bao giờ hiện thực.*

*Khi giữ các Giới Luật Mật Giáo,
Hãy ngừng câu kết với những cái xấu,
Hoặc sẽ bị ảnh hưởng xấu tiêm nhiễm,
Và các cô có thể liều phá đi Giới Luật.*

*Khi dẫn mình vào học và nghiên cứu,
Chớ kiêu hãnh tự buộc mình vào lời nói,
Hoặc lửa Năm Độc Ô Nhiễm đang mơ màng (6)
sẽ bùng cháy,
Những suy nghĩ và hành vi đạo đức sẽ tiêu tan.
Khi thiền định với bạn trong an cư,
Đừng cố thử quá nhiều các thứ,
Hoặc các hành vi đức hạnh sẽ ngừng,
Lòng sùng mộ của các cô sẽ bị phân tán.
Khi tu tập theo Con Đường Hữu Tướng (7) của
Truyền Thừa Rỉ Tai, (8)
Chớ đuổi quỷ, cũng đừng rửa ma cho kẻ khác,
E rằng quỷ trong tâm các cô sẽ nổi dậy
Và ước mơ các mục tiêu thế gian sẽ bùng cháy.*

*Khi các cô đã được Kinh Nghiệm và Chứng Ngộ, (9)
Đừng phô bày diệu lực hay tiên tri,
E rằng mật ngữ mật ấn sẽ vượt đi
Công đức và nội kiến tâm linh sẽ giảm.*

*Hãy coi chừng những hầm hố này và hãy tránh chúng.
Chớ cấu kết với những hành vi xấu.
Đừng ăn những thức ăn lừa dối.
Chớ mang gánh nặng của thầy ma. (10)
Chớ nói lời ngọt để làm hài lòng kẻ khác.
Hãy khiêm cung, và các cô sẽ tìm thấy lối đi.*

Rồi các ni cô hỏi Milarepa làm cách nào họ có thể tìm được lối đi riêng cho họ, xin ông chỉ dạy thêm. Để đáp lại, ông hát:

*Con kính lễ Đạo Sư của con, bậc ân từ
Xin Người che chở con với những làn sóng ân huệ.
Xin hãy giúp con, người khát sĩ, an lạc thiền định.*

*Mặc dù các cô, con của thế hệ mới
Trú nơi thị thành nơi bị Nghiệp lừa dối phá hoại,
Chiếc mắt xích của Pháp vẫn còn.
Bởi vì các cô đã nghe lời Phật dạy
Bây giờ các cô đến với ta,
Và như thế tránh đi lạc lối.*

*Bằng cách liên tục tu tập Tích Tỹ Công Đức, (11)
Các cô sẽ nuôi dưỡng năng lực cho sùng mộ.
Rồi các làn sóng ân từ sẽ nhập vào các cô,
Khi Chứng Ngộ tương ứng và thực tế sẽ phát sinh. (12)
Nhưng ngay cả khi các cô làm như thế, nó sẽ giúp ích
nhưng chẳng bao nhiêu
Nếu các cô không thể đạt được sự làm chủ đầy đủ.
Vì thương xót, bây giờ ta cho các cô lời chỉ dạy này.
Hãy nghe kỹ, hỡi những người bạn trẻ!*

*Khi các cô ở nơi cô tịch,
Chớ nghĩ đến những vui chơi nơi thành thị,
Hoặc là cái xấu sẽ nổi lên trong tâm;
Hãy quay vào tâm mình,
Và các cô sẽ tìm thấy lối đi.*

*Khi thiền định với kiên trì và quyết tâm,
Nên nghĩ đến những cái xấu trong Sinh Tử
Và sự bất định của cái chết.
Hãy tránh sự thèm khát khoái lạc thế gian;
Rồi can đảm và kiên nhẫn sẽ sinh ra nơi các cô.
Và các cô sẽ tìm thấy lối đi.*

Khi các cô khấn khoản xin những lời dạy thâm sâu

*của dòng Tu Tập,
Đừng ước mong học, cũng đừng trở thành học giả,
Hoặc những hành động và ham muốn thế gian sẽ ngự trị;
Rồi chính đời này sẽ bị vất đi.
Hãy khiêm cung, khiêm tốn,
Và các cô sẽ tìm thấy lối đi.*

*Khi nhiều kinh nghiệm khác nhau đến với các cô
trong thiền định.
Đừng kiêu hãnh cũng đừng lo nói với ai,
Hoặc các cô sẽ quấy rầy các Nữ Thần và các Mẹ. (13)
Hãy thiền định không phân tán,
Và các cô sẽ tìm thấy lối đi.
Khi các cô tháp tùng Đạo Sư,
Đừng xem ông công đức hay không công đức,
Hoặc các cô sẽ thấy lỗi lầm như núi.
Chỉ với lòng tin và sự trung thành
Các cô sẽ tìm thấy lối đi.*

*Khi tham dự các thánh hội
Với huynh muội trong Pháp,
Đừng nghĩ đến đứng ở đầu hàng,
Hoặc các cô sẽ dấy lên cả ghét và ham muốn,
Và nghịch lại với các điều Giới Luật.
Hãy tự điều chỉnh mình, và hiểu lẫn nhau,
Và các cô sẽ tìm thấy lối đi.*

*Khi xin của bố thí trong làng xóm,
Đừng dùng Pháp để lừa người hay bóc lột,
Hoặc các cô sẽ tự ép mình đi xuống Nẻo thấp hơn.
Hãy lương thiện và thành thật,
Và các cô sẽ tìm thấy lối đi.*

*Bất cứ lúc nào và ở nơi đâu, trước hết hãy nhớ,
Chớ bao giờ quá tưởng tượng, cũng đừng tự kiêu,
Hoặc các cô sẽ phải chịu đựng quá nhiều vì tự ái,
Và chất chứa quá nhiều đạo đức giả.
Nếu buông bỏ lừa gạt và giả vờ,
Các cô sẽ tìm thấy lối đi.*

*Người đã tìm thấy lối đi
Có thể truyền những lời dạy ân huệ cho người khác;
Như vậy là tự giúp mình, cũng là giúp kẻ khác.
Bây giờ, cho là ý nghĩ duy nhất
Còn lại trong trái tim y.*

Tất cả các đệ tử rất phấn khởi với quyết tâm tu tập chuyên cần và từ bỏ thế gian. Niềm tin không thay đổi đối với Jetsun đã được thiết định nơi họ. Họ nói, “Chúng con muốn cúng dường thầy một Mạn-đà-la (14) bằng vàng. Mong thầy nhận cho, và hãy ban cho chúng con lời dạy thực hành về Thấy, Tu, và Hành.”

Milarepa đáp, “Ta không cần vàng; các con có thể dùng nó để duy trì sự thiện định của các con. Về lời dạy “Thấy, Tu, và Hành,” ta sẽ nói với các con. Mong các con nghe bài hát của ta.”:

*Ô, Đạo Sư của con! Tắm Gương của Thấy, Tu, và Hành,
Xin gia trì con bằng ân huệ của Người, và khiến con có thể
Thâm nhập trong cõi Tự Tánh!*

*Về Thấy, Tu, Hành, và Thành Tựu
Có ba Điểm Trọng yếu các con nên biết:*

*Tất cả hiện tượng, chính Vũ trụ, chứa trong tâm;
Bản tánh của Tâm là cõi quang minh
Không thể nghĩ bàn cũng không xúc chạm được.
Đây là những Điểm trọng yếu của Thấy.*

*Những ý nghĩ sai lầm được giải thoát trong Pháp Thân;
Tĩnh giác, quang minh, thì luôn luôn an lạc;
Hãy thiện định theo cách vô vi, không gắng sức.
Đây là những Điểm Trọng Yếu của Tu.*

*Trong hành động của tính bản nhiên
Mười Đức Hạnh tự động tăng trưởng;
Tất cả Mười Ác Hạnh như vậy đều được tịnh.
Do sửa sai hay do chữa trị
Tánh Không Quang Minh không bao giờ bị quấy nhiễu. (15)
Đây là những Điểm Trọng Yếu của Hành.*

*Không có Niết Bàn bên kia để đạt;
Không có luân hồi bên này để khước từ;
Thực biết Tự Tâm
Ấy chính là Phật.
Đây là những điểm trọng yếu của Thành Tựu.
Bên trong hãy giảm Ba Điểm trọng yếu thành Một.
Một này là Tánh Không của Hiện Thể
Chỉ có Đạo Sư kỳ diệu
Có thể minh họa rõ ràng.*

*Nhọc công nhiều vô ích;
Nếu ai thấy Trí Đồng Thời Sinh, (16)
Y đạt được mục đích.*

*Với tất cả những người tu tập Pháp
Lời dạy này là một viên ngọc quý;
Là kinh nghiệm trực tiếp của ta từ thiền định yoga.
Hãy suy nghĩ cẩn thận và ghi nhớ trong tâm,
Ô, các con và đệ tử của ta.*

Rồi các đệ tử hỏi Milarepa, “Nhu chúng con hiểu, sự hướng dẫn không thể sai lầm theo Con Đường Tu Tập là khấn nguyện Đạo Sư với lòng rất nhiệt thành. Ngoài ra còn gì khác không?” Milarepa mỉm cười và trả lời, “Cải Cây Hướng Dẫn cũng có nhiều cảnh.”

Để giải thích điều này, ông hát:

*Đạo Sư, đệ tử, và lời dạy bí mật;
Nhân nhục, kiên trì, và niềm tin;
Trí Tuệ, bi tâm, và nhân tướng;
Tất cả những cái này bao giờ cũng là người
hướng dẫn trên Đường.*

*Cô tịch không ồn náo và khuấy động
Là người dẫn đạo bảo vệ thiền định.
Đạo Sư thành tựu, Jetsun,
Là dẫn đạo xua tan vô minh và u tối.
Niềm tin không ưu sầu và chán ngán
Là người dẫn đạo đưa các con yên lành đến an lạc.*

*Cảm giác của năm giác quan
Là người dẫn đạo đưa các con đến tự do với “tiếp xúc.” (17)
Lời dạy bằng miệng của Đạo Sư Truyền Thừa
Là người dẫn đạo minh họa Ba Thân của Phật.
Những bậc bảo hộ, Tam Bảo,
Là những người dẫn đạo không lầm.
Được sáu người này dẫn đạo
Người ta sẽ đạt đến cảnh giới an lạc của Yoga –
Ở trong cảnh giới Không Phân Biệt
Tất cả quan điểm và hý luận (18) không còn.*

*Ở lại trong cảnh giới tự tri và tự giải thoát
Thì thật là an lạc và vui;
Trong thung lũng không người ở
Với niềm tin và tri kiến, người ta sống theo cách riêng.
Với giọng sấm vang rền,
Y hát khúc ca Yoga an lạc.
Rơi trong Mười Phương là cơn mưa danh vọng;
Sinh ra để đơm bông là hoa và lá Bi Tâm.
Sự nghiệp Bồ-đề ôm trùm Vũ trụ;
Trái tình khiết của Tâm Bồ-đề như thể thành toàn hảo.*

Các đệ tử nghĩ, “Bây giờ dù Jetsun ở đâu cũng không có gì khác. Chúng ta sẽ mời ông ấy đến làng chúng ta. Vì thế, họ nói với Milarepa, “Tôn giả, vì tâm ngài không còn thay đổi nữa, ngài không cần tu tập thiền định nữa. Vì thế, vì chúng sinh, xin ngài vui lòng đến làng chúng con giảng Pháp cho chúng con.” Milarepa đáp, “Tu tập thiền định trong cô tịch, tự nó, là một phục vụ cho người. Mặc dù tâm ta không còn thay đổi nữa, ở nơi cô tịch vẫn là một truyền thống tốt đối với một đại hành giả yoga.” Rồi ông hát:

*Qua tu tập [thiền định], con tỏ lòng biết ơn với
Đạo Sư của con.
Xin gia trì cho con ân huệ của Người, khiến con thuần thực
và giải thoát cho con.*

*Các con, những đệ tử tài năng, những người theo Pháp,
Hãy chú ý kỹ và toàn tâm chú ý
Khi ta hát về Chỉ Dạy Thiết Yếu sâu xa.*

*Con sư tử cái to lớn trong núi tuyết trên cao
Với tư thế kiêu hãnh trên đỉnh núi;
Nó không sợ hãi –
Kiêu hãnh ở trên núi
Là cách của sư tử tuyết.*

*Nữ hoàng linh thú trên Đá Đỏ
Xòe cánh ra giữa bầu trời rộng;
Nó không sợ rơi –
Bay xuyên bầu trời là cách của con linh thú.*

*Dưới sâu đại dương
Nữ hoàng loài cá phóng nhanh, lấp lánh;
Nó không sợ –
Bơi lội là cách của cá.*

*Trên cành những cây sồi;
Những con khỉ nhanh nhẹn đánh đu và nhảy;
Chúng không sợ rơi –
Cách của khỉ hoang là như vậy.*

*Dưới tàng lá của rừng cây rậm rạp,
Con cọp vằn lui tới và chạy nhanh,
Không phải vì sợ hay lo âu –
Đây cho thấy là nó kiêu hãnh,
Và là cách của con cọp hùng mạnh.*

*Trong rừng trên Núi Singa,
Ta, Milarepa, thiền định về Tánh Không,
Không phải vì sợ mất đi hiểu biết –*

Thiền định không ngừng là cách của hành giả yoga.

*Không phân tán, hành giả yoga thiền định thâm nhập
Vào Mạn-đà-la Pháp Giới thanh tịnh,
Không phải vì y sợ lạc đường –
Nhưng bám vào Tự Tánh Tự Ngã là cách của
hành giả yoga.*

*Khi làm việc với các Kênh, Khí và Giọt Tinh Chất (19)
Hành giả yoga tránh chương ngại và các lỗi,
Không phải vì trong lời dạy có lỗi –
Mà đó là cách tốt để cải thiện chân Chứng Ngộ.*

*Với hành xử tự nhiên và tự phát
Chắc chắn sẽ gặp vô số thắng trận, (20)
Không phải vì phân biệt và tư tưởng nhị nguyên –
Mà bởi vì hóa hiện tất cả, là bản tánh của nhân duyên.*

*Khi hành giả yoga làm cho người khác phát triển
bằng chứng minh Nghiệp lực,
Mặc dù dường như y thấy cả thiện và ác đều thực,
Ấy không phải vì y lạc đường trong tu hành, (21)
Mà bởi vì để giải thích sự thật cho những người khác nhau,
Y phải dùng cách chứng minh thích hợp.*

*Những đại hành giả yoga đã làm chủ được Tu Tập,
Không bao giờ ham muốn bất cứ thứ gì trong thế gian này.
Ấy không phải vì họ muốn danh vọng mà ở lại trong cô tịch;
Ấy là dấu hiệu tự nhiên phát ra từ tim họ –
Tình cảm chân thật của không dính mắc và khước từ.*

*Những hành giả yoga tu tập lời dạy về Đạo Thâm Sâu,
Luôn luôn ở trong hang và trên núi;
Chẳng phải họ yếm thế hay tự kiêu.
Nhưng tập trung thiền định là tự ý của họ.*

*Ta, người mặc áo vải, (22) đã hát nhiều ca khúc,
Chẳng phải để tự tiêu khiển bằng cách hát lên hý luận,
Nhưng vì các người, những tín đồ thành tín tụ hội nơi đây,
Từ tim ta, ta đã nói những lời giúp ích, sâu xa.*

Lúc ấy các đệ tử nói với Milarepa, “Một người có thể sống một mình trong cô tịch, nhưng cần phải có thức ăn và chỗ trú thích hợp người ấy mới có thể thiền định đúng được.” Jetsun đáp, “Ta có thực phẩm và chỗ trú của ta, ta sẽ minh họa cho các con.”

Con cúi đầu đánh lễ dưới chân của Đạo Sư như ý.

*Xin Người gia trì con với ân huệ của Người
khi ban cho thức ăn lợi ích,
Nguyện khiến cho con nhận thức thân con như là
ngôi nhà của Phật.
Xin gia trì cho con tri thức chắc chắn này.*

*Vì sợ, ta đã xây nhà, (23)
Ngôi nhà Tánh Không, tánh không của hiện thể;
Giờ đây ta không sợ nó sụp đổ.
Ta, hành giả yoga với ngọc như ý,
Thấy an lạc và vui bất cứ nơi nào ta ở.*

*Vì sợ lạnh, ta đã tìm quần áo;
Quần áo ta tìm được là Sinh Nhiệt Ah Shea. (24)
Bây giờ ta không sợ lạnh.*

*Vì sợ nghèo, ta đã tìm giàu sang;
Giàu sang ta tìm được là Bảy Ngọc Thánh vô tận. (25)
Bây giờ ta không sợ nghèo.*

*Vì sợ đói, ta đã tìm thực phẩm;
Thực phẩm ta tìm được là Định Như Tánh.
Bây giờ ta không sợ đói.*

*Vì sợ khát, ta đã tìm thức uống;
Thức uống của trời ta tìm được là rượu nhiếp tâm. (26)
Bây giờ ta không sợ khát.*

*Vì sợ cô đơn, ta đã tìm bạn;
Bạn ta tìm được là an lạc của Tánh Không trường cửu. (27)
Bây giờ ta không sợ cô đơn.*

*Vì sợ đi sai đường,
Ta đã tìm đường đúng để theo.
Con đường rộng ta tìm được là Con Đường
Hai-trong-Một. (28)
Bây giờ ta không sợ lạc đường.*

*Ta là hành giả yoga với tất cả những sở hữu đáng ước ao,
Một người luôn luôn an lạc ở bất cứ nơi nào y ngu.*

*Ở đây, ở Yolmol Tagpu Senge Tson,
Con cộp cái hủ lên với tiếng kêu run rẩy, cảm thương,
Nhắc ta nhớ đến những cộp con không được giúp đỡ
đang ngây thơ đùa dỡn.
Ta chỉ có thể thương xót chúng rất nhiều*

*Ta chỉ có thể cần mẫn tu tập thêm,
Ta chỉ có thể làm Tâm Bồ-đề tăng trưởng như vậy.*

*Tiếng con khi kêu xúc động
Rất thâm sâu và rất cảm thương,
Khiến trong ta dâng lên xót thương sâu thẳm.
Tiếng chỉ chóc của con khi nhỏ rất vui và cảm động;
Khi nghe, ta chỉ nghĩ đến với bi tâm.*

*Giọng của con chim cu rất cảm động,
Tiếng hót ngọt ngào của con sơn ca cũng ngân lên như thế,
Khi nghe nó hót, ta chỉ có thể lắng nghe –
Khi lắng nghe,
Ta chỉ có thể nhỏ lệ.
Những tiếng kêu và tiếng chao khác nhau của con quạ,
Là người bạn tốt và hữu ích cho hành giả yoga.
Ngay cả không có ai là bạn,
Lưu lại nơi này cũng là lạc thú.
Với niềm vui tuôn ra từ trái tim ta, ta hát bài hát
an lạc này;
Nguyện cho tiếng ca hát hân hoan của ta
Xua tan bóng tối ưu sầu của tất cả mọi người.*

Tất cả các đệ tử xúc động sâu xa, và tràn ngập cảm giác nhàm chán luân hồi. Họ thề với Milarepa rằng họ sẽ không bao giờ rời bỏ núi. Về sau, nhờ tu tập thiền định, tất cả những người ấy đều đạt cảnh giới hoàn thiện.

Một hôm, vị Phật Hộ Trì của Milarepa (29) bảo ông rằng đã đến lúc ông phải đi thẳng đến Tây Tạng và hãy ở đó thiền định trong cô tịch để giúp đỡ chúng sinh. Vị Phật hộ hộ cũng tiên tri sự thành công của ông trong sự nghiệp cứu giúp người và truyền bá Pháp. Vì vậy, vào khoảng thời gian này, Milarepa quyết định đi Tây Tạng.

Đây là câu chuyện về Núi Tuyết Yolmo.

Chú Thích Chuyện 7

(1) T.T.: sTag.Pug.Sen.Ge.rDson. – Hang Con Cọp ở Chỗ Sư Từ.

(2) Marpa, Đạo Sư của Milarepa, khuyên Milarepa ở lại trong cô tịch trong phần lớn cuộc đời của ông. Marpa cũng đã tiên tri về các chỗ Milarepa nên tu tập thiền định.

(3) Người tu tập Đại Thủ Ấn nên biết rằng, theo quan điểm tối hậu, thì luân hồi là niết bàn, ác là thiện, phiền não là Bồ-đề. Những cảm giác thăng trầm, hay những xúc động tuần hoàn xảy ra trong thiền định, theo nghĩa tối hậu, không khác với Tự Tánh của Tâm. Với hành giả cấp cao, phiền não phát sinh trong tâm càng lớn, sự soi chiếu vào Thực tại càng sáng hơn, sâu hơn, và tốt hơn.

(4) Theo Mật Giáo, vị Đạo Sư còn quan trọng hơn cả Phật. Được Đạo Sư gia trì là điều tối quan trọng. Theo truyền thống Tây Tạng, ngay từ lúc bắt đầu bất cứ một phương pháp tu tập nào, hành giả yoga luôn luôn quán tưởng vị Đạo Sư đang ngồi trên đỉnh đầu mình, và khẩn nguyện với Đạo Sư.

(5) Ở đây Milarepa ám chỉ lời dạy thượng thừa của Mật Giáo.

(6) Năm Độc Ô Nhiễm hay Năm Dục: là ái dục, ghét, mù quáng, kiêu mạn, và ganh tị.

(7) Con Đường Hữu Tướng: Yoga Phát Sinh và Yoga Hoàn Thiện của Mật Giáo. (Xem lời bình của dịch giả ở phần Phụ lục, và Chuyện 5, các Chú thích 18 và 19).

(8) Khẩu Truyền hay Rí Tai (T. T.: sNan.brGyud.): (a) Chúng ta được bảo rằng ngày xưa các giáo lý bí mật của Mật Điện (Tantra) được ban cho các đệ tử theo cách bí mật, nghĩa là, bằng cách rí tai; (b) từ nay cũng được dùng như là một cái tên khác của trường phái Ghagyuba [Kagyupa], là trường phái của Marpa và Milarepa.

(9) Kinh Nghiệm (Experience) (T.T.: Nams.) và Chứng Ngộ (T.T.: rTogs.): Hai từ này rất khó dịch bằng những từ tiếng Anh tương đương. *Nams.* là kinh nghiệm và sự hiểu biết không trực tiếp, không đầy đủ, “mập mờ” mà hành giả yoga đạt được trong thiền định; trong khi Chứng Ngộ (Realization) *rTogs* là kinh nghiệm trực tiếp, đầy đủ, rõ ràng, và hoàn toàn. Từ trước thì *tương tự* Giác Ngộ trong khi từ sau là *chân thực* Giác Ngộ. *Nams.* giống như kinh nghiệm của một người du lịch đến gần một thành phố và thấy thành phố như một toàn thể, nhưng chưa thực sự đến đó; song, anh ta đã có hình ảnh và ấn tượng toàn bộ. Tuy nhiên, Chứng Ngộ (*rTogs.*) đến khi anh ta ở trong thành phố và biết nó thực sự là gì một cách trực tiếp.

(10) Điều này có nghĩa là, “Đừng sơ xuất mà nhận lấy đồ vật dâng hiến từ thân nhân của người chết.”

(11) Tích lũy Công Đức (T.T.: Tshogs.bSags.) là một thuật ngữ Phật Giáo thường được dùng và có thể giải thích theo nhiều cách. Thông thường, nó có nghĩa là tất cả những thực hành đạo đức và tinh thần. Đặc biệt, trong Phật Giáo Đại Thừa, nó chỉ năm Độ hay Ba-la-mật đầu tiên của Bồ-tát, tức là bố thí, trì giới, nhẫn nhục, tinh tấn, và thiền định. Xem Chuyện 9, Chú thích 8.

(12) Chứng Ngộ tương ứng và thực tế: Chứng Ngộ phát sinh trong thiền định

luôn luôn theo trình tự: tương tự Chứng Ngộ đến trước; thực tế Chứng Ngộ theo sau.

(13) Mẹ: Ở đây từ này dường như ám chỉ các Thần Mẫu như Tara, Dorje Paumo, Lhamo, và các vị khác.

(14) Mạn-đa-la (Mandala): trong trường hợp này, có nghĩa là dụng cụ Mật Giáo để cúng dường. Nghĩa nguyên thủy của từ “Mandala” là “vòng tròn” hay “trung tâm”; nó là một thiết kế phức tạp của một bức tranh tượng trưng cho thể giới hiện tượng của các vị Phật Mật tông.

(15) “Sửa sai và chữa trị” ở đây ám chỉ tất cả những nỗ lực có ý thức hướng về sự ngăn ngừa hay chữa trị “các việc làm sai,” mà thực tế nó không trái ngược với Tánh Không chiếu diệu, mà đồng nhất với nó. Tịch Chiếu và Tánh Không là hai đặc tính của Tâm, vì thế không cần sửa sai hay chữa trị gì cả.

(16) Trí Đồng Thời Sinh (T.T.: Lhan.Cig.sKyes.Pahi. Ye. Ces.): Khi một người sinh ra thì Phật Trí cùng sinh với y, ám chỉ rằng Phật Tánh là bẩm sinh và hiện hữu trong tất cả thời gian.

(17) “Tiếp xúc”: Tất cả những cảm giác và nhận thức sinh ra do tiếp xúc của thức với đối tượng.

(18) Ở bên kia lời nói trống rỗng hay hý luận, xa lìa những trò chơi chữ, hay xa lìa sự vô nghĩa. Tất cả những ý tưởng, như nhất nguyên luận, nhị nguyên luận, có hay không, hiện hữu hay không hiện hữu, v.v... – tất cả những quan niệm này – đều tương đương với lời nói trống rỗng, trò chơi chữ, vô nghĩa đối với những người đã giác ngộ.

(19) Các Kênh, Khí, và Giọt Tinh Chất (T. T.: rTsa.rLun. [và] Thig.Le.): Con Đường Hữu Tướng của Mật Giáo nhấn mạnh sự tu tập thân xác cũng như tu tập tinh thần. Để xây dựng một điều kiện thích nghi mà sự chứng ngộ Chân Lý Siêu Việt có thể đạt được dễ dàng, Mật Giáo cung cấp những phương pháp luyện tập để thanh tẩy các hệ thống thần kinh, hô hấp, và bài tiết.

(20) “Thăng trầm” hay “lên và xuống” ở đây có nghĩa là những hành động tình cảm chao đảo trong các sinh hoạt hàng ngày.

(21) Đối với những người chưa đạt đến cảnh giới Tương dung Hoàn toàn, hay cái Toàn thể Không Phân Biệt, những hình thái phản đề của hiện thể, phát sinh từ những ý tưởng nhị nguyên, trở thành chướng ngại toàn bộ ngăn chặn sự chứng ngộ Pháp giới vô phân biệt. Nó cũng sản sinh ra một niềm tin vào tính bất khả tương ưng của những cái đối nghịch nhau, nghĩa là, của hữu thể và vô thể, hiện hữu và không hiện hữu, v.v... – trong trường hợp này, Tánh Không và các giá trị luân lý. Trong những hình thái nào đó, hành giả yoga chứng ngộ giáo lý Tánh Không sẽ không thấy ngay cả sự hiện hữu của thiện và ác trong tu tập của ông ta.

(22) Áo vải (T.T.: Ras.Pa.): Hành giả yoga có thể phát sinh thân nhiệt qua yoga, như vậy chỉ mặc những tấm vải trong thời tiết lạnh trầm trọng, được gọi là Repa.

(23) Dĩ nhiên, nhà này có tính cách tượng trưng, nhưng Milarepa đã xây nhiều nhà cho sư phụ Marpa trước khi ông được sư phụ chấp nhận.

(24) Ah Shea (T.T.: A.Cad.): Sinh Nhiệt: khí nóng phát sinh trong thiền định Mật Điển (Tantra) [lửa tam-muội]. Xem “The Six Yoga of Naropa” trong “Tibetan Yoga and Secret Doctrines” của W. Y. Wentz. [Cũng xem *Du Già Tây Tạng, Giáo Lý và Tu Tập*, ND].

(25) Bảy Ngọc Thánh là: vàng, bạc, thủy tinh, hồng ngọc, san hô, mã não, và hồng mã não. Ở đây Milarepa nói đến chúng theo nghĩa bóng.

(26) Ở chỗ này, bản văn Tây Tạng không rõ nghĩa. Dịch giả phỏng đoán là nó ám chỉ sự phân tiết tự nguyện phát ra qua sự tự dẫn khởi, do năng lực yoga của hành giả.

(27) Tánh Không (Śūnyatā) thường hằng.

(28) Con Đường Hai-trong-Một (T.T.: Lam.Zun.hJug.): Ngữ cú này được dùng rất rộng rãi trong Phật Giáo Tây Tạng. Nó có nghĩa là sự hợp nhất của các phản đề, sự kết hợp của các sức mạnh đối nghịch, sự hòa hợp của những dị biệt, và những cái tương tự.

(29) Phật Hộ Trì (T.T.: Yi.Dam): Mọi hành giả yoga của Mật Giáo đều có một vị Phật Hộ Trì [Bổn tôn] đã chọn, là vị hộ trì của hành giả, là chỗ mà hành giả cầu mong và nương tựa.

8. MILAREPA VÀ CON CHIM BÒ CÀU

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Milarepa đã từ Yolmo đi Tây Tạng hợp với lời tiên tri [của vị Phật Hộ Trì]. Ông đến Gu Tang và sống trong một hang động, và tự thâm nhập Thiền Định Đại Quang Minh.

Một hôm, một con chim bò câu đeo đồ trang sức bằng vàng đến Milarepa. Con chim gật đầu, cúi chào, và đi nhiều quanh ông nhiều lần. Rồi nó bay đi về hướng Tảng Đá Không Tì Vết.

Milarepa hiểu rằng đây phải là thần chú của các Phi-nhân bảo ông đón chào. Vì thế, ông theo con chim bồ câu đi lên ngọn đồi, nơi ấy ông tìm thấy một đồng gạo trắng. Con chim dùng mỏ mổ gạo và mang một ít đến Milarepa như để tỏ lòng hiếu khách và chào mừng. Milarepa, [ngạc nhiên và mừng rỡ], bật lên hát:

*Ôi! Đạo Sư ân huệ của con, Marpa Lho Draug Wa,
Từ tận đáy tim, con nghĩ đến Thầy.
Trong nhiệt tình sâu nhất, con thiền định về Thầy.
Không bao giờ cách biệt Thầy là lời nguyện của con.*

*Hòa Tự Tâm với Đạo Sư quả thật là một an lạc.
Chính Hóa Thân là tự tánh của Chân Như
Nhờ chứng ngộ Pháp Thân bất sinh này,
Con hòa mình trong Cõi Không Găng Súc. (1)
Với những cái Thấy (2) cao và thấp, con không khác biệt.
Trong Tâm Không Găng Súc, con cảm thấy an lạc
và vui.*

*Bản tánh của Tâm là Ánh Sáng và Không.
Nhờ chứng ngộ trực thức Ánh Sáng-Tánh Không,
Con hòa mình trong cảnh giới bản nguyên
Không Găng Súc.
Đối với kinh nghiệm thiện và ác, con không khác biệt.
Với tâm Không Găng Súc, con thấy an lạc và vui.*

*Sáu căn và Sáu trần (3) tự tan [trong Pháp giới]
Nơi nhận ra tính Không Phân Biệt của chủ và khách.
Con hòa an lạc và ưu sầu thành một;
Con nhập vào cảnh giới bản nhiên Không Găng Súc.
Đối với hành động đúng hay sai, con không khác biệt.
Quả thật an lạc là tâm Không Găng Súc.*

*Chính bản tánh của Pháp Thân
Được nhận ra qua vạn hình tướng;
Vạn hình tướng là Hóa Thân của Phật
Với cái hiểu này trong tâm,
Bất cứ hoàn cảnh nào con gặp,
Con cũng tự do trong cõi Giải Thoát an lạc!
Trở về nhà của Phật
Con chẳng có ước mong!
Thật an lạc là tâm Không Găng Súc.*

Vì vậy, con chim bồ câu, với bảy bạn đồng hành, đến gần Milarepa hơn. Tất cả đều cúi đầu làm lễ và đi nhiễu quanh ông nhiều lần, như con chim thứ nhất đã làm trước. Milarepa nghĩ, “Những con chim bồ câu này ắt là những Phi-nhân. Ta sẽ hỏi xem chúng có nói ra sự thật không.” Vì vậy, ông nói, “Các người là ai, tại sao lại đến đây?” Lúc ấy các con chim bồ câu phá

bỏ thân chủ và hiện nguyên hình của họ là các Thiên nữ. Thiên nữ dẫn đầu nói, “Chúng tôi là những thiên nữ ở cõi Trời. Bởi vì chúng tôi có đại tín tâm đối với ngài, chúng tôi đến đây để học Pháp với ngài. Xin ngài chỉ dạy chúng tôi.”

Đáp lại, Milarepa hát:

*Ô! Hóa Thân kỳ diệu của Đạo Sư!
Xin Thầy từ ái ban cho con sóng ân huệ của Thầy.*

*Các cô tám trình nữ quyến rũ của Trời,
Giờ đây đã xuất hiện trong thân tướng bồ câu,
Thần chú các cô tốt, và thích nghi với Pháp!
Nếu các cô, tám trình nữ xinh đẹp của Trời,
Ước mong tu tập bạch Pháp của Phật,
Mong các cô ghi nhớ nghĩa của bài hát này.*

*Dù hạnh phúc và khoái lạc thế gian
Dường như say mê và thích thú.
Chúng sẽ sớm qua đi.*

*Dù các mệnh phụ kiêu hãnh và vui mừng ríu rít
Trong tước vị cao sang của họ
Họ có chỗ nào để trú và ẩn núp chẳng?*

*Ở trong ngôi nhà luân hồi nóng cháy
Đôi khi tựa như thích thú, nhưng đa số khổ cùng.*

*Nếu đứa con được cho và được yêu thương đầy đủ
Không tự trọng và không tự gắng sức,
Thì người cha chỉ gặp lo phiền.*

*Nếu đệ tử cầu kết với những hành vi xấu,
Y phải rơi vào vòng Sinh Tử,
Dù cho Đạo Sư của y vĩ đại bao nhiêu.*

*Các cô, các trình nữ của Trời, những phù thủy hóa
thành chim bồ câu!
Để cho các cô hỏi Pháp,
Nhưng khó có lòng tin nơi Pháp.
Các cô nên tự nhắc nhở mình.
Về những bất hạnh không thể tránh,
Nối kết với niềm vui thế gian.
Những đau đớn và khổ khổ của đời này,
Các cô nên xem chúng như là bạn đưa các cô đến Niết Bàn.
Về phần tôi, tôi rất biết ơn
Những bất hạnh mà tôi đã gặp.
Ôi, các bạn của tôi, hãy ghi trong tâm và làm như vậy!*

Các Thiên nữ mỉm cười, nói với Milarepa, “Chúng tôi sẽ làm như vậy.” Rồi họ đánh lễ và đi nhiều quanh ông nhiều lần. Lúc ấy Jetsun hỏi các Thiên nữ, “Tại sao các cô lại hóa thành chim bồ câu để đến đây?” Họ đáp, “Ngài là một hành giả yoga không vương mắc tí nào với chính ngài, cũng không ham muốn đời sống thế gian này. Chỉ vì Bồ-đề và lợi ích chúng sinh mà ngài ở lại trong cô tịch và thiền định không phân tán. Với thiên nhãn, chúng tôi có thể thấy ngài, với kính trọng và niềm tin, chúng tôi đến với ngài vì Pháp. Nhưng để [che dấu hình tướng thật của chúng tôi] những kẻ tội lỗi, chúng tôi đã tự biến mình thành những con chim bồ câu. Chúng tôi cầu mong rằng Tôn giả đủ từ bi mà lên Trời với chúng tôi và giảng chánh Pháp cho chúng tôi.” Nhưng Milarepa đáp, “*Chừng nào tôi còn sống, tôi sẽ ở lại trong thế gian này để làm lợi ích cho chúng sinh ở đây. Các cô phải biết rằng Trời thì xa tin cậy; không vĩnh viễn, và người ta không nên nương tựa vào đó. Sinh trên cõi Trời không nhất thiết là một điều kỳ diệu. Các cô nên chú ý và theo dõi những lời chỉ dạy này*”:

*Con đánh lễ dưới chân của Marpa Lho Draug.
Ôi, Sư Phụ! Xin gia trì cho con sống ân huệ và thành tựu
của Người.*

*Các cô, tám sắc đẹp của cõi Trời,
Đã tặng ta cơm trắng, quả Thiên-na kỳ diệu.
Ăn quả ấy thân ta thêm sức, và tâm ta thêm sống động.
Để tỏ lòng biết ơn, ta hát cho các cô nghe bài hát Pháp này,
Bây giờ hãy đưa tai lên và lắng nghe cẩn thận.*

*Dù cho đạt đến cõi Trời cao nhất của các
Thiên Nữ Trắng, (4)
Nó cũng chẳng có giá trị và ý nghĩa vĩnh viễn!
Đáng yêu và xúc cảm là những đóa hoa tuổi trẻ trên Trời.
Dù thích thú đến đâu như nó dường như vậy,
Cuối cùng chia ly cũng đến.
Dù cực lạc nơi cõi Trời dường như rất lớn,
Ấy chỉ là bóng nước lửa gạt thôi, một ảo giác
làm người ta lạc lối;
Thực ra, nó chính là nguyên nhân của trở về đau khổ!*

*Nghĩ đến những khốn khổ của sáu nẻo luân hồi,
Ta chỉ có thể cảm thấy lợm giọng và không ưa thích
—Một cảm giác thống khổ và cảm xúc ưu phiền!
Nếu có ý tu tập lời Phật dạy,
Các cô phải qui y và nguyện với Tam Bảo.*

*Chúng sinh trong sáu nẻo,
Các cô nên xem như mẹ cha.*

*Hãy cho người nghèo, và cúng dường Đạo Sư!
Vì lợi ích của tất cả, hãy cúng dường công đức.*

Hãy luôn nhớ rằng chết có thể đến bất cứ lúc nào.

*Hãy đồng nhất thân các cô với thân của Phật!
Hãy đồng nhất tiếng nói của các cô với chánh ngữ
của Như Lai.
Hãy quán Tánh Không của Trí Tuệ tự giác,
Và hãy luôn luôn gắng làm chủ tâm mình!*

Các Thiên nữ của cõi Trời nói, “Nơi những kẻ vô minh như chúng tôi, các ô nhiễm luôn luôn theo tâm. Xin cho chúng tôi một lời dạy để chúng tôi có thể sửa lỗi lầm này, như thế chúng tôi có thể dựa vào đó tu tập thường xuyên.”

Đáp ứng yêu cầu của họ, Milarepa hát:

*Chỉ tâm đánh lễ Marpa, bậc ân huệ!
Xin ban cho con sự gia trì của phương thuốc đức hạnh.
Nếu các cô, ôi những Thiên nữ đầy đức tin, có ý định
thường tu tập Pháp,
Bên trong, các cô nên tu tập nhiếp tâm và chiêm nghiệm.
Khước từ chuyện bên ngoài là đồ trang sức của các cô.
Ôi, hãy nhớ phương thuốc này cho vương vấn bên ngoài!
Với tự tĩnh, chú tâm, các cô nên giữ mình tĩnh lặng.
Vinh quang là tịch tĩnh của tâm và lời nói!
Vinh quang là khước từ nhiều hành động!*

*Nếu các cô gặp phải những hoàn cảnh không vừa ý,
Quấy rầy tâm của các cô,
Hãy luôn tự canh chừng mình và luôn cảnh giác;
Hãy tự cảnh tỉnh:
“Nguy hiểm của giận dữ đang trên đường đi tới.”
Khi các cô gặp giàu sang quyến dụ,
Hãy luôn canh chừng chính mình và luôn cảnh giác;
Hãy luôn kiểm soát chính mình:
“Nguy hiểm của ham muốn đang trên đường đi tới.”*

*Nếu những lời lẽ ác hại, lắng nhục đến tai,
Hãy luôn tự canh chừng mình và luôn cảnh giác;
Và như thế hãy tự nhắc mình:
“Âm thanh ác hại chỉ là mê hoặc của lỗ tai.”*

*Khi các cô kết giao bạn bè,
Hãy canh chừng cẩn thận và tự cảnh cáo mình:
“Chớ để ganh tị dấy lên trong trái tim ta.”*

*Khi các cô bận rộn phục vụ và dâng hiến vật,
Hãy tự cảnh giác và cảnh cáo mình:
“Hãy để tôi ý thức, nếu không kiêu hãnh sẽ dấy lên*

trong trái tim tôi.”

Trong tất cả mọi thời và mọi cách, hãy luôn tự canh chừng.

Trong tất cả mọi thời, hãy cố gắng hàng phục ác ý

bên trong!

Bất cứ điều gì các cô có thể gặp trong những hành động hằng ngày, (5)

Nên chiêm nghiệm sự trống rỗng và huyền hóa của nó.

Dù cả trăm thánh nhân và học giả tụ hội nơi đây,

Họ không thể nói điều gì hơn thế.

Cầu cho các cô, tất cả hạnh phúc và thịnh vượng!

Cầu cho các cô tất cả, với trái tim vui vẻ,

Hiển mình tu tập Pháp [này]!

Các trinh nữ của Trời tất cả đều vui sướng, mãn nguyện và họ lại biến mình thành những con chim bồ câu, bay lên Trời. Rồi Milarepa ăn cơm cúng dường, và khởi hành đến Vòng Vây Kim Cương Đá Xám.

Đây là câu chuyện về các thiên nữ [trong thân bồ câu] và những hiển vật của họ.

Tất cả những câu truyện đi trước đều nói về việc Milarepa thu phục và chuyển hóa ma quỷ.

Chú Thích Chuyện 8

(1) Không Gắng Sức (T.T.: rTsol.Med.): hay không dụng công, không hành động, không khuấy rầy, không làm, và những cái tương tự. Kỹ thuật Không Gắng Sức [Vô công dụng hạnh] hay Không làm [vô vi] của thiền định là giáo lý quan trọng nhất của Đại Thủ Ấn.

(2) Những cái Thấy cao và thấp: Vì các tông phái khác nhau chủ trương những cái thấy khác nhau về giáo lý Phật Giáo, họ xếp loại Phật Giáo thành các nhóm giáo lý khác nhau – cao, thấp, phương tiện, tối hậu, và v.v... Chẳng hạn, trường phái Duy Thức (Yogacara) chủ trương rằng giáo lý “Duy Tâm” là cái thấy cao nhất và giáo lý Tánh Không của Trung Đạo (Mādhyamika) là cái thấy thấp; trường phái Trung Đạo nói ngược lại. Tranh luận này cũng xuất hiện trong các trường phái và môn phái Phật Giáo khác.

(3) Sáu thức và Sáu trần (T.T.: Tsogs.Drug.): Theo nghĩa đen, thuật ngữ này nên dịch là Sáu Nhóm; tức là, mắt và sắc (hình tướng) thành một nhóm, tai và âm thanh, v.v...

(4) Cõi Trời của các Thiên nữ Trắng: Theo Phật Giáo, có nhiều tầng trời khác nhau, một số có sắc tướng và một số không có. Các Thiên ở cõi Trời “cao nhất” được cho rằng không có sắc tướng hay ham muốn. Tuy nhiên, Phật Giáo tuyên bố rằng ngay cả các thiên thần cũng vẫn ở trong hồi.

(5) Nghĩa đen: bốn loại sinh hoạt hàng ngày – đi, đứng, nằm, ngồi.



Những cảnh đời của Milarepa

"Trích từ 'Secret of the Vajra World' của Reginald A. Ray."