ĐẠO CA MILAREPA

MILA GRUBUM

Garma C. C. Chang

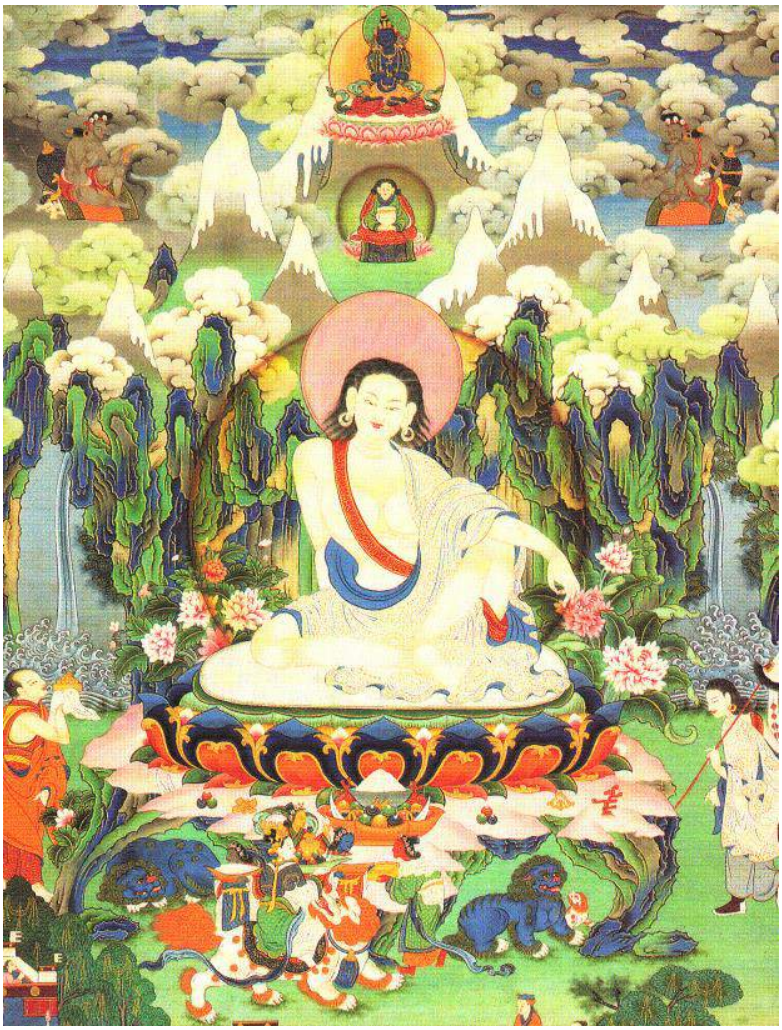
Đỗ Đình Đồng

Việt Nalanda Foundation ấn tống 2013

THE HUNDRED THOUSAND

Songs of *Milarepa*

ĐẠO CA *Milarepa*



JETSUN MILAREPA

Je Mila Shepa Dorje La Sol Wa Deb So

རྗེ་མི་ལ་བཞད་པ་རྡོ་རྗེ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ།

I supplicate Jetsun Milarepa-the Laughing Vajra.

Con khẩn nguyện Đức Milarepa-Tiếng Cười Kim Cang.

Đạo Ca Milarepa
The Hundred Thousand Songs of Milarepa

Nguyên tác: *Mila Grubum*
Tác giả: *Jetsun Milarepa*
Dịch giả Anh ngữ: *Garma C. C. Chang*
Nhà xuất bản: *Shambhala Publication, Inc.1977, USA*

Dịch giả Việt ngữ: *Đỗ Đình Đồng*
Hiệu đính và trình bày: *Vô Huệ Nguyên*
Bìa sách: *Vũ Nam Giao*

Quyền dịch thuật Việt ngữ, dựa trên bản Anh ngữ, được sự đồng thuận cho phép từ gia đình của dịch giả Anh ngữ quá cố Garma C. C. Chang (xin xem chi tiết trong bài Thay Lời Giới Thiệu "Viết về Nhân Duyên của Đạo Ca Milarepa" trang i)

© 2013 Viet Nalanda Foundation (Bản Việt ngữ)
ISBN 978-1-937175-05-4

Viet Nalanda Foundation giữ bản quyền đạo đức Toàn Bộ ***Đạo Ca Milarepa.*** *Nếu muốn trích đăng, xin vui lòng ghi rõ xuất xứ. Nếu muốn ấn tống, xin vui lòng gửi điện thư đến vietnalanda@ymail.com để nhận được bản điện tử cập nhật hoặc viếng trang nhà của Viet Nalanda Foundation tại www.vietnalanda.org.*

Hình bìa: Chân dung Jetsun Milarepa
(Tranh vẽ của Vũ Nam Giao)

Sách Ấn Tống – Không Bán

Câu chuyện về cuộc đời và lời dạy của bậc
Thánh-Sư-Thi-Sĩ
vĩ đại nhất từng xuất hiện trong lịch sử Phật giáo.

"Người dịch hôm nay cầu mong dư âm của lời thơ, lời hát khởi nguồn từ một Trí tuệ nhìn suốt ba nghìn thế giới này, và hình ảnh cuộc đời phi thường phi phi thường của một Người đã vượt người này, đi sâu vào tận đáy lòng của mọi người trong thời Tịch Dương hôm nay để khai mở một Triêu Dương huy hoàng ngày mai trong lòng mỗi người và tất cả."

(Milarepa, Con Người Siêu Việt)

Tưởng Niệm

Đạo sư của tôi
Lạt-ma Kong Ka

Tặng

Vợ tôi
Hsiang-Hsiang
Và
Người Huynh đệ trong Pháp của tôi
Peter Gruber
Không có anh, tập sách này
không thể xuất bản được.

Cùng Người Dịch

Đã dịch:

Góp Nhặt Cát Đá	Thiền sư Muju
Milarepa, Con Người Siêu Việt	Rechung
Gửi Lại Trần Gian	Jetsun Milarepa
Ba Trụ Thiền	Philip Kapleau
Dạo Bước Vườn Thiền	Đỗ Đình Đồng
Trung Luận	Bồ-tát Long Thọ
Đạo Ca Milarepa	Jetsun Milarepa
Tiếng Sáo Thép	Thiên Khi Như Huyễn
Du-già Tây tạng, Giáo Lý & Tu Tập	Garma C. C. Chang
Sáng Tỏ Tâm Bình Thường	Dakpo Tashi Namgyal

Sẽ dịch:

Nền Tảng Mật Giáo Tây Tạng	Lạt-ma A. Govinda

Truyền thừa của Phái Kagyu (Khẩu truyền):
Vajradhara, Tilopa, Naropa, Marpa, Milarepa,
và Tusum Khyenpa (Karmapa thứ nhất)…
"Trích từ 'Secret of the Vajra World' của Reginald A. Ray."

Mục Lục

Thay Lời Giới Thiệu i
Lời Người Dịch xi
Lời Nói Đầu của Peter Gruber xvi
Lời Dịch Giả Bản Tiếng Anh xxii

PHẦN MỘT: Milarepa Hàng Phục và Cải Hóa Ma Quỉ

CÁC CHUYỆN:
*1. Câu Chuyện Thung Lũng Ngọc Đá Đỏ 25
2. Hành Trình đến Lashi 38
*3. Khúc Ca Rặng Núi Tuyết 54
4. Thách Thức của Nữ Quỉ Khôn Ngoan 72
5. Milarepa ở Ragma 95
6. Milarepa ở Junpan Nanka Tsang 107
*7. Khúc Ca Niềm Vui của Hành Giả Yoga 114
8. Milarepa và Con Chim Bồ Câu 131

PHẦN HAI: Milarepa và Những Đệ Tử Loài Người

CÁC CHUYỆN:
* 9. Vòng Vây Kim Cang Đá Xám 141
*10. Cuộc Gặp Gỡ Đầu Tiên của Milarepa với Rechungpa 152
11. Lời Khuyến Giáo về "Cơ Duyên Hiếm Có của Tu Tập Pháp" 161
*12. Cuộc Tìm Tâm của Cậu Chăn Cừu 167
13. Khúc Ca Chứng Ngộ 182
*14. Vai Trò của Người Đàn Bà trong Pháp 188
15. Khúc Ca ở Lữ Quán 204
16. Ăn Cướp Trở Thành Đệ Tử 213
*17. Cuộc Gặp Gỡ ở Suối Bạc 216
18. Khúc Ca Cây Gậy Trúc 255
19. Hai Mươi Mốt Lời Khích Lệ 267

*20. Cuộc Gặp Gỡ của Milarepa với Kar Chon Repa 270
21. Những Lời Khuyên Dạy Dharma Wonshu 276
*22. Đấu Pháp Thuật trên Núi Tuyết Di Se 286
*23. Sự Giác Ngộ của Rechungpa 298
*24. Sự Cải Hóa của Một Tu Sĩ Bon Đang Hấp Hối 316
*25. Sự Thách Thức của Cô Gái Khôn Lanh 338
*26. Người Thợ Săn và Con Nai 358
27. Lời Mời của Vua Nepal 373
28. Cuộc Tấn Công của Nữ Thần Tserinma 384
29. Sự Cải Hóa của Nữ Thần Tserinma 404
*30. Những Chỉ Dạy về Cảnh Giới Trung Gian 429
*31. Tserinma và Sự Tu Tập Thủ Ấn 460
32. Lời Khuyên Nhủ Repa Dorje Wonshu 466
*33. Cuộc Gặp Gỡ của Milarepa với Đạt-Ma Bồ-Đề 471
*34. Sự Thách Thức của các Nhà Luận Lý Học 480
*35. Cuộc Hành Trình Thứ Ba của Rechungpa Đến Ấn Độ 509
36. Sự Giác Ngộ của Megom Repa 516
*37. Sahle Aui và Tri Kiến của Cô 522
*38. Câu Chuyện cái Sừng Bò Yak 538
*39. Rechungpa Sám Hối 563
*40. Khúc Ca "Làm Sao Được An Lạc và Tránh Đau Khổ" 580
*41. Gambopa Thánh Thiện – Đệ Tử Hàng Đầu của Milarepa 588
42. Sự Cải Hóa của Học Giả Lodun 633
43. Khúc Ca Tám Niềm Vui Kỳ Diệu 644
*44. Milarepa Cải Hóa Những Người Bất Tín Bằng Phép Thần Thông 652

PHẦN BA: Những Chuyện Hỗn Hợp

CÁC CHUYỆN:
45. Những Chuyện Ngắn Khác Nhau 663

*46. Thuyết Giảng trên Núi Bonbo 685
*47. Kỳ Tích của Lễ Khai Thị Cái Bình 695
*48. Câu Chuyện về Shindormo và Lesebum 698
*49. Milarepa và Con Cừu Đang Hấp Hối 712
50. Khúc Ca Uống Bia 720
*51. Lời Khuyên Tâm Cảm cho Rechungpa 728
*52. Cuộc Hành Trình của Rechungpa đến Weu 738
*53. Cuộc Hội Ngộ với Dhampa Sangje 764
*54. Cứu Độ Người Chết 774
55. Hoàn Thành Lời Tiên Tri của Các Đa-ki-ni 785
56. Những Lời Khuyên Nhủ Y Sĩ Yang Nge 792
*57. Sự Ra Đi của Rechungpa 800
58. Câu Chuyện về Drashi Tse 815
59. Khúc Ca Bạn Đồng Hành Tốt 820
60. Bằng Chứng Thành Tựu 826
61. Những Kỳ Tích và Lời Khuyên Nhủ Cuối Cùng 831
Lời Cuối Sách 846

PHỤ LỤC

I. Mila Grubum hay "Trăm Ngàn Ca Khúc của Milarepa" – Nguồn Gốc, Bối Cảnh, Nhiệm Vụ, và Dịch Thuật 849
II. Giáo Sư Garma C. C. Chang 867
III. Đức Milarepa và Núi Thiêng Lapchi 871

Thuật Ngữ 877

*Xin độc giả đọc các câu chuyện có đánh dấu sao (*) trước. (Xem Lời Dịch Giả Bản Tiếng Anh trang xxii).

Je Mila Shepa Dorje La Sol Wa Deb So

Viết về Nhân Duyên của "*Đạo Ca Milarepa"*
(Thay Lời Giới Thiệu)

Nếu bản Việt ngữ của pho sách "*Đạo Ca Milarepa"* đến được tay bạn đọc thì phải nói đây chính là đến từ tình yêu thương và sự gia trì vĩ đại của đức Milarepa cùng chư Thầy Tổ.

Vào cuối mùa hè năm 2012 sau khi chúng tôi trở về từ đỉnh núi thiêng Lapchi cùng với Garchen Rinpoche (nơi đức Milarepa đã từng ẩn tu suốt nhiều năm tháng trong những hang động hun hút gió, lạnh băng băng), bỗng có một hôm, tôi đã bị thôi thúc với một cảm giác như òa vỡ trong lòng, rằng phải làm sao để *"Trăm Ngàn Bài Chứng Đạo Ca"* và tinh túy giác ngộ đến từ bản tâm chiếu soi và công phu tu luyện cực kỳ gian khổ của Milarepa – món quà vô giá mà Milarepa đã để lại cho hậu thế – sẽ đến được với độc giả người Việt một ngày không xa! Cảm giác thôi thúc ấy, từ một nơi nào đó sâu thẳm trong tâm khảm, đã bất chợt vùng dậy như thủy triều, làm cho tôi choáng ngợp và những giọt nước mắt cứ thế mà tuôn rơi.

Nhưng pho sách đạo ca ấy, một tác phẩm tâm linh đồ sộ, nào phải là một tác phẩm dịch thuật bình thường. Nếu là người chưa thực sự phát nguyện mạnh mẽ, và không phải là người có đủ *tâm đức* để có thể hy sinh thời gian và công sức hoàn tất công tác dịch thuật khó khăn trong cái thế giới bận rộn quay cuồng này, thì việc ấy làm sao có thể thành? Phải mất bao nhiêu năm trời, bao nhiêu tim óc mới có thể dịch cho xong một tác phẩm vĩ đại như thế? Khi ấy tôi đã tự hỏi mà chẳng có câu trả lời, chỉ

biết ngồi im, vừa ôm tim vừa ôm sách! Và rồi tôi bỗng sực nhớ lại câu chuyện và nguyện ước chân thành mà có một lần ở tại Việt Nam, có hai em đạo hữu trẻ tuổi cũng đã tâm sự với tôi khoảng hơn hai năm trước đây, về pho sách này. Tôi liền đi ra trước bàn thờ, và tôi bắt đầu khấn nguyện đức Milarepa!

Khoảng chưa đến mười hôm sau đó, sau khi tôi gửi đến trang nhà của Thư Viện Hoa Sen một bài viết mà tôi đã cảm hứng biên soạn sau khi về lại từ núi thiêng Lapchi, viết về bà Dagmema, người phối ngẫu của Đạo Sư Marpa, là người có công nuôi dưỡng, săn sóc Milarepa trong suốt thời gian Ngài phải hứng chịu sự rèn luyện sắt đá của Marpa – thì một cách rất tình cờ, mà thực ra cũng chỉ là do nhân duyên lúc bấy giờ đã đầy đủ, tôi đã liên lạc được với dịch giả Đỗ Đình Đồng. Đó là bởi vì cùng vào ngay thời điểm ấy, tôi vô tình đọc thấy một bài ông cũng vừa mới gửi đăng trên trang Thư Viện Hoa Sen. Ở dưới bài dịch ấy của ông, tôi thấy ông ghi tên thành phố nơi ông ở, có cả ngày tháng năm. Nhìn thấy con số năm 2012, tôi đã ngạc nhiên reo lên, "Ồ, Đỗ Đình Đồng vẫn còn sống!"

Dịch giả Đỗ Đình Đồng là người đã chuyển dịch tập tiểu sử *"Milarepa, Con Người Siêu Việt"* qua tiếng Việt và phát hành lần đầu tiên tại Việt Nam vào đầu thập niên 70. Nhiều năm trước đây, dịch giả Thanh Liên đã gửi tặng chúng tôi tập sách ấy. Đó là một quyển sách đã cũ mèm, in trên giấy vàng ố, có những trang đã rách bươm được dán keo lại. Anh Thanh Liên đã tìm thấy nó tại một khu chợ chuyên bán sách cũ ở Việt Nam. Tôi trân quý tập sách tiểu sử ấy lắm. Nhiều lần tôi cũng đã băn khoăn tự hỏi, không biết dịch giả Đỗ Đình Đồng bây giờ ở đâu, làm gì, và trong những suy nghĩ hết sức ngu ngơ của mình, tôi cứ đinh ninh đấy là một ông lão, và ông lão ấy chắc đã qua đời từ lâu lắm rồi. Thật là hết sức ngô nghê!

Lần đầu tiên khi tôi vui mừng gọi điện thoại qua nói chuyện với dịch giả Đỗ Đình Đồng, tôi đã đi từ ngạc nhiên này đến ngạc nhiên khác. Năm ông dịch tập sách tiểu sử *"Milarepa, Con Người Siêu Việt,"* ông chỉ là một thanh niên học đại học ở tuổi hai mươi ba, và gia đình ông đã sống ở ngay tại thành phố Frederick, tiểu bang Maryland, Hoa Kỳ trong suốt 25 năm qua! Thành phố ấy có một ngôi chùa Tây Tạng dòng Drikung Kagyu tên là Tibetan Meditation Center, là nơi đầu tiên trong cuộc đời này chúng tôi đã tìm lại được về với cái "cội gốc" Tây Tạng trong huyết thống của mình. Gia đình chúng tôi thường xuyên đi lên ngôi chùa ấy, ngày này qua tháng nọ. Thế mà bao năm qua chẳng gặp được ông, chẳng kết nối được với ông. Cho đến tận ngày hôm nay, khi chúng tôi đã dọn nhà xuyên bang đi xa gần ba ngàn dặm thì nhân duyên hội ngộ mới được se lại tròn đầy.

Điều ngạc nhiên to lớn kế tiếp là dịch giả Đỗ Đình Đồng đã chia sẻ với chúng tôi một điều tôi hằng mong mỏi nhưng có bao giờ ngờ đến! Ông đã chậm rãi nói với tôi qua điện thoại một cách rất bình dị, rất nhẹ nhàng, nhẹ đến nỗi, cực kỳ khiêm cung đến nỗi tôi có cảm giác như ông đang ngại, sợ làm phiền người nghe!

Con người *tâm đức* mà tôi muốn tìm hiện ra trên mỗi một âm thanh.

Ông nói, "Tôi cũng đã dịch xong pho sách "*Đạo Ca của Milarepa"* rồi, nếu cô biết ai có thể phát tâm giúp xuất bản được thì thật là tốt lắm..."

Tôi đã không tin vào đôi tai của mình.

Khi ấy tôi có cảm giác như bầu trời bao la trên đỉnh núi thiêng Lapchi, nơi đức Milarepa đã để lại dấu chân trước khi vút bay

vào không trung, bầu trời ấy như mở toang ra trước mắt, và ánh sáng vàng chói sáng rực lên…Trời và nắng, không gian và nắng, Milarepa và nắng, tất cả làm thành một. Tôi có cảm giác muốn tan đi vì sung sướng!

Người đầu tiên tôi đã kể lại thông tin cực kỳ cát tường này là dịch giả Vô Huệ Nguyên. Đây cũng là người đã có những kinh nghiệm, chứng nghiệm sống động về Phật giáo Tây Tạng từ khi mua được quyển sách đã cũ mèm, rách nát *"Milarepa, Con Người Siêu Việt"* của dịch giả Đỗ Đình Đồng trong những ngày tháng bơ vơ, lang thang trên vỉa hè đường Lê Lợi, Saigon trong thập niên 70. Sau khi đọc quyển sách này, những tư tưởng và biểu tượng về tâm linh trong Phật giáo dần dần bùng vỡ, sáng tỏ và linh hiển trong cuộc đời thường của Vô Huệ Nguyên.

Sau đó, tôi đã tiếp tục chia sẻ tin tức cát tường với các anh chị em trong Ban Điều Hành và Ban Ấn Tống của Viet Nalanda Foundation. Anh chị em chúng tôi ai ai cũng hoan hỉ và đều phát tâm muốn hỗ trợ cho việc xuất bản phiên bản Việt ngữ của pho sách vô giá này.

Nhưng việc xin giấy phép để dịch và xuất bản phiên bản Việt ngữ của "*Đạo Ca Milarepa"*, dựa trên bản Anh ngữ của dịch giả Garma C. C. Chang do nhà xuất bản Shambhala ấn hành, thật không phải là điều dễ dàng. Đây là một trong những thử thách lớn lao, nhưng tất cả anh chị em chúng tôi đều không ai muốn bỏ cuộc vì có nhiều người trong chúng tôi thực tâm tin vào cái gọi là "*năng lực gia trì không thể nghĩ bàn*!"

Trong quá trình tìm ra đúng nguồn kế thừa quyền pháp lý của bản dịch Anh ngữ, Hoài Hương Trần Uyên Thi đã phải bỏ nhiều công khó liên lạc với các nhà xuất bản khác nhau, đặc biệt là nhà xuất bản Shambhala, để tìm hiểu về việc xin quyền chuyển

ngữ và phát hành bản tiếng Việt, cho dịch giả Đỗ Đình Đồng và Viet Nalanda Foundation.

Nhưng cuối cùng tất cả các liên hệ trao đổi gần như đi đến chỗ bế tắc, vì ngay cả nhà xuất bản Shambhala, sau khi đã ấn hành bản Anh ngữ do dịch giả Garma C. C. Chang dịch vào năm 1962, cũng không thể cung cấp được tin tức gì cho chúng tôi biết ai *hiện nay* thực sự là người đang giữ bản quyền bản Anh ngữ. Chúng tôi chỉ biết một cách hết sức đơn thuần là dịch giả Anh ngữ Garma C. C. Chang đã qua đời từ nhiều năm trước rồi.

Đến một hôm, gần như sắp tuyệt vọng thì dịch giả Đỗ Đình Đồng vô tình tìm thấy một "blog" trên mạng viết về một buổi hội thoại với bà Helena Chang được tổ chức vài năm trước đây. Bà Helena là phu nhân của dịch giả Garma C. C. Chang, và là người cũng đã góp công to lớn trong việc duyệt soát lại bản dịch Anh ngữ *Mila Grubum, "Trăm Ngàn Bài Đạo Ca Của Milarepa"* cùng với chồng. Theo yêu cầu của hai dịch giả Đỗ Đình Đồng và Vô Huệ Nguyên, tôi đã bỏ chút thời gian tìm hiểu về các nguồn liên hệ khác nhau xuyên qua "blog" ấy, và qua sự tận tình hướng dẫn của hai dịch giả người ngoại quốc, ông Munish Bernhard Schiekel và ông Francisco Fábregas, cuối cùng tôi cũng đã liên lạc được với cô Eva Chang, là con gái của ông bà dịch giả Chang.

Cô gửi cho tôi chỉ vỏn vẹn một dòng điện thư ngắn, cho biết cô đang đi xa, và sau đó thì cô bặt tăm, chúng tôi không liên lạc được nữa.

Nhiều ngày sau đó tôi đã nói với dịch giả Vô Huệ Nguyên là chúng ta phải tiếp tục thắp nhiều ngọn nến vào buổi sáng và buổi tối khấn nguyện đức Milarepa, và chúng tôi đã để pho sách tiếng Anh trên bàn thờ trước mặt mình trong khi khấn nguyện trong mỗi thời công phu. Bỗng một hôm, tôi ngồi lần thần mở

những trang gần cuối sách ra đọc trước bàn thờ. Trong phần Phụ Lục do dịch giả Garma C. C. Chang viết, có một đoạn như sau (trích trang 864, ấn bản Việt ngữ):

"Vào năm 1950, khi tôi an cư ở Kalimpong, Ấn độ, Bà Yutog, một phụ nữ quí tộc Tây Tạng sùng tín đến viếng tôi. Bà thích thú khi nghe người ta nói rằng tôi, một người Trung hoa trẻ tuổi, đã bỏ ra một số năm nghiên cứu Phật giáo Tây Tạng ở Đông Tây Tạng, bây giờ đang tu tập thiền định ở Kalimpong. Sau khi trao đổi tin tức, bà tỏ vẻ vui mừng. Sáng ngày thứ nhì, bà trở lại gặp tôi, mang theo một quyển sách Tây Tạng khổng lồ gói trong tấm khăn quàng bằng lụa màu vàng thanh nhã, và nói với tôi, "Đây là Mila Grubum. Tôi tặng nó cho anh, vì tôi hiểu tập sách này có ý nghĩa như thế nào đối với một người ẩn tu. Tuy nhiên, hy vọng lớn nhất của tôi là được thấy thông điệp của Milarepa đến tận mọi xó góc của địa cầu. Tôi hy vọng một ngày nào đó anh sẽ dịch quyển sách này sang tiếng Anh, như thế nhiều người có thể đọc nó và nhờ đó được lợi ích." Tôi hân hoan nhận lấy món quà tuyệt vời này, vì đây đúng là quyển sách tôi đã khổ công tìm kiếm mãi từ khi tôi mất tất cả những sách Tây Tạng của tôi trong lúc chạy trốn từ Trung hoa sang Ấn độ.

Hồi tưởng lại, bây giờ bản dịch đã hoàn thành, tôi cảm thấy biết ơn Bà Yutog hơn bao giờ hết, vì sự viếng thăm có ý nghĩa sâu xa và đầy cảm hứng này. Nhờ trí tuệ và sự hướng dẫn thần diệu, bà đã mang đến cho tôi một món quà quí, cùng với nội kiến trong một sứ mạng quan trọng và đầy thách thức – một món quà mà tôi nhận lấy với niềm vui và hứng khởi trong một thời kỳ rất nghiêm trọng trong đời tôi."

Tôi nhớ mang máng trước đây có đọc thoáng qua về điều này, nhưng không hiểu sao nó đã không để lại một dấu ấn sâu sắc nào trong tôi cả. Vậy mà bây giờ khi đọc lại, tự dưng tôi cảm thấy rúng động đến bàng hoàng.

Một người đàn bà quý tộc dòng Yutog, người đã có công trao lại bản gốc tiếng Tạng cho ông Chang, một người đàn ông gốc Trung Hoa xuất thân từ Thượng Hải, để khuyến khích ông chuyển dịch qua Anh ngữ cái kho tàng vô giá này cho nhân loại? Phu Nhân Yutog đã trao hết tất cả tâm nguyện của bà đến cho ông, cái tâm nguyện chân thành đưa được tinh túy giác ngộ trong những câu chuyện và những bài chứng đạo ca của Milarepa đến khắp mọi nơi trên toàn cõi đất này. Người đàn bà ấy là ai? Hiện nay còn sống hay cũng đã qua đời rồi? Tự dưng, tôi cảm thấy rất tò mò về bà.

Tôi liền viết thư cho Lodi Gyari Rinpoche, vị cựu đặc sứ của đức Đạt Lai Lạt Ma. Tôi chỉ đơn thuần nghĩ, Phu Nhân Yutog là một người thuộc dòng dõi quý tộc của dân tộc Tây Tạng thì rất có thể Lodi Gyari Rinpoche cũng có nghe biết tiếng, và biết đâu cũng sẽ cho tôi được chút manh mối về bà. Khi Rinpoche nhận tin, ngài trả lời cho tôi ngay, và sau đó thì tôi đã lại đi từ bất ngờ này đến bất ngờ khác. Ngài viết, *"Con à, con gái của ta đã vừa lập gia đình với con trai của dòng họ Yutog."* (trích điện thư ngày 24/7/2013). Và rồi ngài còn cho biết thêm rằng bà Yangchen, thông gia của ngài, là cháu gái ruột của Phu Nhân Yutog.

Qua sự giới thiệu của Lodi Gyari Rinpoche và bà Yangchen, chúng tôi đã liên lạc được với ông Gyalten và bà Carol Sundell, là con trai và con dâu của Phu Nhân Yutog; ông Gyalten nay đã 78 tuổi và hiện đang sống tại San Francisco, Hoa Kỳ. Riêng Phu Nhân Dorji Yudon Yutog thì đã qua đời khoảng mười năm trước đây, và còn là tác giả của quyển tự truyện *"Ngôi Nhà Mái Xanh Lam" (House of the Turquoise Roof).*

Những thành viên mới quen biết trong đại gia đình Phu Nhân Yutog đã gửi cho chúng tôi những lời ủng hộ và khuyến khích rất chân tình qua điện thư. Bà Yangchen còn viết thêm rằng,

"tôi thực sự cảm nhận được rằng đây đúng là một nhân duyên để tất cả chúng ta có thể làm viên mãn cái vòng tròn [mà Phu Nhân Yutog đã khởi xướng.] (trích điện thư gửi ngày 24/7/2013). Ai ai cũng cầu mong bản tiếng Việt của "*Đạo Ca Milarepa"* sớm được chào đời để làm viên thành ước nguyện lúc sinh thời của bà Yutog. Điều thú vị hơn nữa là đại gia đình Yutog *"đã ngạc nhiên thích thú khi được đọc về vai trò chủ động của Phu Nhân Yutog trong sự hình thành của bản dịch Anh ngữ Mila Grubum, "Trăm Ngàn Bài Đạo Ca Của Milarepa."* (trích điện thư ngày 24/7/2013). Trước đây họ hoàn toàn không biết về điều này.

Không lâu sau đó, tôi nhận được một điện thư thứ nhì từ cô Eva Chang. Cô xin lỗi về sự chậm trễ hồi âm, do trong nhà có người đang bệnh nặng, và cô đã thay mặt mẹ viết cho chúng tôi những lời như sau:

"Mẹ tôi đã vừa trao lại cho tôi các giấy tờ liên quan đến quyền dịch thuật. Chúng tôi đã thảo luận với nhau rồi và gia đình chúng tôi rất hoan hỉ cho phép các bạn dịch sách này, tuy rằng chúng tôi vẫn không thực sự biết được trên lãnh vực pháp lý thì chúng tôi có phải là người kế thừa chủ quyền để cho phép các bạn không. Lần cuối tôi bỏ thời giờ ra để nghiên cứu về thủ tục [pháp lý] liên quan đến các quyển sách của cha tôi thì tôi đã đi đến một số bế tắc và từ đó đến nay, tôi cũng chưa có thời giờ tìm hiểu thêm." (trích điện thư Eva Chang gửi TBĐ ngày 9/8/2013).

Ông Francisco Fábregas, một nhà xuất bản người Tây Ban Nha có kinh nghiệm ấn hành sách dịch của Milarepa, dựa vào kinh nghiệm trong ngành ấn loát và quan kiến cá nhân của ông, cũng có chia sẻ thêm với chúng tôi rằng:

"Đúng là Giáo sư Chang đã không để lại một hợp đồng nào cả. Như vậy bản quyền pháp lý đương nhiên thuộc về vợ và các con của ông." (trích điện thư ngày 15/7/2013).

Những gì cô Eva Chang thay mặt mẹ và gia đình viết cho chúng tôi, tuy không phải là một sự cho phép chính thức đến từ một nhà xuất bản kế thừa quyền pháp lý của bản dịch Anh ngữ của dịch giả Garma C. C. Chang, nhưng đây là một sự đồng lòng thật tuyệt vời trên phương diện đạo đức và tâm linh.

Dịch giả Đỗ Đình Đồng cùng tất cả anh chị em chúng tôi hết sức trân quý sự ủng hộ tinh thần này, đến từ gia đình dịch giả Garma C. C. Chang cũng như từ đại gia đình Phu Nhân Yutog, nên Ban Ấn Tống đã quyết định hoàn tất việc ấn hành bản Việt ngữ "*Đạo Ca Milarepa.*"

Thay mặt cho toàn thể các anh chị em trong Ban Ấn Tống nói riêng và Viet Nalanda Foundation nói chung, chúng tôi xin được chia sẻ với bạn đọc những lời chân thành trên đây thay cho lời giới thiệu.

Nguyện xin tất cả những thiếu sót liên quan đến sự ra đời của bản Việt ngữ "*Đạo Ca Milarepa*" – được phát hành lần đầu tiên hơn chín thế kỷ sau bản gốc Tạng ngữ và hơn năm mươi năm sau bản dịch Anh ngữ – nguyện xin tất cả những thiếu sót ấy, trên mọi phương diện, cả đạo cũng như đời, sẽ được tịnh hóa, để tinh túy giác ngộ mà đức Milarepa đã để lại trong những bài chứng đạo ca bất hủ của Ngài sẽ tiếp tục và mãi mãi đem lại được nhân giác ngộ cho vô lượng người và vô lượng thế hệ trong tương lai.

"Thân ta dù có chết đi nhưng tâm ta không bao giờ chết, tâm ấy sẽ mãi mãi trường tồn, bàng bạc trong khắp năm nguyên tố, siêu vượt không gian và thời gian." (Milarepa)

Chúng con xin chí tâm quy mạng lễ, thâm tạ ân đức vô lượng vô biên của đức Milarepa – Shepa Dorje, "Tiếng Cười Kim Cang" – cùng chư Thầy Tổ.

Nguyện tất cả chúng sinh đều được lợi lạc.

Je Mila Shepa Dorje La Sol Wa Deb So

Ban Ấn Tống
Viet Nalanda Foundation

Tâm Bảo Đàn thay mặt soạn "Viết về Nhân Duyên của Đạo Ca Milarepa" thay lời giới thiệu.
Dharamsala, ngày 18 tháng 9 năm 2013

Lời Người Dịch

Vào năm 1971, chúng tôi đã có dịp giới thiệu với độc giả Việt nam về cuộc đời phi thường của một Đại Hành giả Du-già Tây Tạng, Milarepa, qua lời dịch cuốn *"Milarepa, Con Người Siêu Việt,"* do nhà xuất bản Nguồn Sáng ấn hành tại Sài gòn. Và tiếp theo sau đó là một số Đạo ca tuyển dịch của Milarepa qua cuốn *"Gửi Lại Trần Gian,"* do nhà xuất bản Hiện Đại ấn hành cũng tại Sài gòn, Việt nam. Cả hai, theo chỗ chúng tôi được biết, đã được sự mến mộ ít nhiều của độc giả, nhân đây người dịch xin đa tạ.

Hôm nay, hơn 40 năm đã trôi qua, chúng tôi lại xin giới thiệu với độc giả một tập sách khác, cũng qua lời dịch, toàn bộ Đạo Ca của Milarepa, như đã được người Tây Tạng lắng nghe, yêu mến, ghi nhớ, biên tập, bảo tồn, và truyền tụng trong hơn tám thế kỷ qua dưới nhan đề *"Mila Grubum"* hay *"Trăm Ngàn Bài Ca của Milarepa,"* hay như được dịch ở đây *"Đạo Ca Milarepa."*

Đặc điểm của tập sách này là mỗi một Đạo ca đều có một chuyện ngắn đi kèm kể lại hoàn cảnh, nhân vật và nguyên nhân đưa ra câu hỏi về các vấn đề, hoặc có tính cách cá nhân hoặc có tính cách tập thể, về phương pháp tu tập hay kinh nghiệm cá nhân, Giác ngộ, và sự thành tựu trong Phật giáo Du-già Tây Tạng, đặc biệt là theo truyền thừa của phái Ghaguyba (Kagyupa, Khẩu truyền hay Rỉ tai). Tất cả những câu hỏi ấy đã được Milarepa trả lời bằng cách ứng khẩu hát lên những bài Đạo ca ngay tại chỗ, dùng cảnh vật cụ thể trước mắt để diễn đạt

Ý Đạo. Do đó, người nghe có thể hiểu được mà theo đó tu tập lời dạy của Phật và của các Đạo sư Dòng truyền Rỉ tai, hiện thân trong sự Giác ngộ của Milarepa mà Ngài đạt được sau một thời gian dài (mười hai năm) kiên trì tu tập thiền định một mình trong núi rừng cô tịch, không đủ quần áo che thân, không có thức ăn bình thường của một người để sống. Thật đúng với ý nghĩa một nhà tu khổ hạnh.

Ánh sáng Giác ngộ và Từ bi của Milarepa có thể ví với ánh sáng của mặt trời và mặt trăng; lúc rực rỡ, sáng ngời, nóng gắt; lúc nhẹ nhàng, thanh thoát, thơ mộng, tiêu dao, phá tan màn đêm u ám, vô minh, mơ màng… thường che phủ trời, đất, người và vật. Ánh sáng ấy truyền đến người nghe qua giọng hát thanh nhã, hài hòa của bậc Thánh-nhân-Thi-Ca-sĩ Áo Vải, Milarepa, Đại Hành giả Du-già Tây Tạng.

Giáo lý Đại Thủ Ấn và sự truyền thừa của phái Ghagyupa có nhiều điểm rất giống với Thiền và sự truyền thừa của Thiền, cũng như có nhiều điểm giống nhau giữa Thánh Milarepa của Tây Tạng và Lục Tổ Huệ Năng của Trung hoa. Mật truyền hay sự "truyền thừa bí mật" trực tiếp từ thầy sang trò. Cả hai đều bắt nguồn từ các Tổ sư Ấn độ, đều nhấn mạnh vào thiền định và thấy tánh ngộ đạo hơn là đọc tụng hay nghiên cứu Kinh, Luận, và thành Phật ngay trong đời này. Milarepa và Huệ Năng cả hai đều chỉ rõ sự khác biệt giữa kinh nghiệm và Giác ngộ vì đây là điểm rất quan trọng và thường bị hiểu lầm, cho rằng kinh nghiệm là Giác ngộ. Milarepa và Huệ Năng đều là cư sĩ, không phải tăng nhân, khi ngộ Đạo. Cả hai bậc Đại sư đều có số đệ tử đắc Pháp vượt bậc trong hàng những người Giác ngộ siêu việt trong lịch sử Phật giáo.

Trong khi Milarepa đã được thừa nhận là một bậc Thánh vĩ đại nhất trong lịch sử Phật giáo Tây Tạng, thì *"Mila Grubum"* là một kiệt tác của Phật giáo Mật tông Tây Tạng. Peter Gruber, trong Lời Nói Đầu của ông cho bản dịch tiếng Anh của tập sách

này, đã so sánh và đặt *"Mila Grubum"* ngang hàng với trường thiên anh hùng ca Mahābhārata của Ấn độ giáo, với Kinh Hoa Nghiêm (Avatamsaka Sūtra) của Phật giáo Đại thừa, và Thánh Kinh (Bible) của Ki-tô-giáo. Một cách cụ thể, *"Mila Grubum"* là một nguồn tài liệu rất phong phú cho nhiều lãnh vực nghiên cứu khác nhau như đời sống tôn giáo, văn học, văn hóa, phong tục, dân ca Tây Tạng. Nhất là sự tham khảo, đối chiếu về kinh nghiệm tu tập và Giác ngộ của Phật giáo Mật tông Tây Tạng, đặc biệt cho những ai tu tập các pháp môn Đại Thủ Ấn (Mahāmudrā) và Sáu Yoga của Naropa như Milarepa đã tu tập và đạt giác ngộ, rồi chỉ dạy qua các ca khúc của Ngài. Đây quả thật là một tài liệu rất quí, một nguồn phấn khích bất tuyệt, một người bạn đồng hành cho hành giả Du-già Mật giáo Tây Tạng và những ai chọn con đường này. Milarepa, về nhân cách, sự tu tập, Giác ngộ, và thành tựu, cũng như những Đạo ca của Ngài, như được ghi lại và truyền tụng, đã được bốn tông phái chính của Phật giáo Tây Tạng kính ngưỡng và noi theo cho đến ngày nay.

Trong mấy thập niên gần đây, mặc dù Tây Tạng đã và đang kinh qua một sự thay đổi to lớn trên bản đồ chính trị thế giới, nhưng Mật tông Phật giáo Tây Tạng đã du nhập, đứng vững trên đôi chân của nó, và đang trên đà phát triển rộng rãi nhiều nơi trên thế giới như châu Âu và châu Mỹ, do các Đạo sư của họ hoằng dương về cả lý thuyết lẫn thực hành tu tập. Riêng *"Tiểu sử của Milarepa" (Mila Khabum)* đã được dịch sang tiếng Anh và tiếng Pháp và lưu hành rộng rãi, như có người đã nói là chỉ sau Thánh Kinh của Ki-tô-giáo mà thôi.

Bản dịch tiếng Việt này do chúng tôi thực hiện từ nguyên văn tiếng Anh của Giáo sư Garma C. C. Chang *"The Hundred Thousand Songs of Milarepa"* dịch từ nguyên tác Tây Tạng do nhà Shambhala Publication, Inc. ấn hành năm 1977, tại Hoa kỳ. Trong khi dịch, chúng tôi có tham khảo bản dịch tiếng Pháp *"Oeuvres Complètes – La Vie & Les Cent Mille Chants, Suivi*

Dans Les Pas de Milarepa" cũng dịch từ nguyên tác Tây Tạng của Marie-José Lamothe, do nhà xuất bản Fayard ấn hành năm 2008, tại Pháp. Như Giáo sư Chang, dịch giả của bản tiếng Anh, đã nhận định, *"Mila Grubum"* thuộc loại sách đặc biệt. Ngoài những thuật ngữ Phật giáo có tính cách qui ước theo Kinh sách đã được ổn định khi dịch từ tiếng Phạn sang tiếng Tây Tạng, nhưng khi sáng tác lời ca ứng khẩu, Milarepa còn dùng nhiều từ ngữ địa phương ở vùng Tây nam Tây Tạng nên đã tăng thêm không ít khó khăn cho công tác dịch thuật. Vì vậy, ông đã chú thích rất tỉ mỉ ở những chỗ ông cảm thấy cần thiết để giúp độc giả hiểu bản văn dễ hơn. Ưu thế của ông là ông đã có thời gian dài tám năm ở Tây Tạng để nghiên cứu, tu tập dưới sự chỉ dạy của các Lạt-ma Tây Tạng. Ông đã có dịp sống, tiếp xúc, gặp gỡ những người Tây Tạng, cư sĩ, tăng nhân, cũng như học giả Tây Tạng như Lobsang P. Lhalunga. Ông cũng gặp các học giả phương Tây đã đến Tây Tạng sống và làm việc ở đó như Tiến sĩ W. Y. Evanz-Wentz hoặc Giáo sư Herbert V. Guenther ở Ấn độ, họ đã hợp tác với nhau nghiên cứu và dịch thuật các giáo lý Mật tông Phật giáo Tây Tạng sang tiếng Anh.

Bản dịch tiếng Việt này có tính cách mở đường, mong sẽ có sự xuất hiện của những bản dịch hoàn hảo hơn của các dịch giả tài năng có đủ điều kiện dịch trực tiếp từ nguyên tác Tạng ngữ. Và dù đã cố gắng nhiều nhưng chắc vẫn còn có những sai sót, mong các bậc cao minh rộng lượng chỉ bảo cho. Xin đa tạ.

"Đạo Ca Milarepa" đủ duyên đến tay người đọc là nhờ tình yêu mến nồng nàn, lòng kính trọng sâu xa đối với Milarepa, và sự đóng góp to lớn của những huynh muội trong Pháp là Vô Huệ Nguyên, Hoài Hương Trần Uyên Thi, Tâm Bảo Đàn, Vũ Nam Giao, Đồng Kim Phụng, Trần Lan Anh và Nguyễn Hồ Lan Chi. Huynh muội là những thành viên của Hội Viet Nalanda Foundation, đã bỏ ra nhiều thì giờ, công sức, và trí tuệ trong việc hiệu đính bản thảo, xin phép quyền dịch thuật, trình bày bìa sách, duyệt soát chính tả, đóng góp ý kiến, bài viết và bài

dịch trong phần phụ lục để cho tập sách trở nên tốt hơn. Nơi đây, người dịch xin đa tạ quý vị, Hội Viet Nalanda Foundation, và tất cả những người đã tiếp tay trợ giúp công sức, tài lực, vật lực để tập sách này được thành hình và đến tay người đọc.

Frederick, Thu 2013

Đỗ Đình Đồng

Lời Nói Đầu

Lần đầu tiên tôi gặp dịch giả của tập sách này trở về với năm 1947. Chúng tôi gặp nhau ở Darjeeling, một thị trấn nhiều người tới lui nằm dưới chân vùng đồi của Hy-mã-lạp-sơn. Ông ta vừa từ Tây Tạng trở về, dù không cách xa Darjeeling lắm, một quãng đường dài, phải đo số ngày du hành bằng ngựa và bò yak. Tây Tạng lúc bấy giờ là một huyền bí lớn và là suối nguồn của sự tò mò đối với đa số người; một xứ sở vẫn còn khép kín đối với những người nước ngoài và chỉ một vài người châu Âu đến đó. Tuy nhiên, cái rào cản ít nghiêm ngặt hơn ở bên phía Trung quốc. Với thuận lợi này, Ông Chang đã rời Trung hoa sang Tây Tạng vào những năm sau của thập niên 1930 để cầu tìm Pháp và Giác ngộ. Ông đã du hành rộng khắp ở vùng Kham của Tây Tạng và nghiên cứu Phật giáo tại nhiều tu viện khác nhau hơn tám năm. Những cuộc phiêu lưu hấp dẫn và đầy hứng khởi của ông ở "phần bên trong sâu nhất của Tây Tạng" là đề tài của một tập sách khác. Bởi vì những năm dài nghiên cứu, tu tập và kinh nghiệm trực tiếp với đời sống của người dân Tây Tạng, ông có đủ tư cách nhất để dịch tác phẩm cổ điển vĩ đại này của Tây Tạng, "*Trăm Ngàn Bài Ca của Milarepa*," mà cho đến hiện tại, chưa xuất hiện một bản dịch đầy đủ trong bất cứ một ngôn ngữ phương Tây nào.

Nhưng tập sách này đóng góp được gì cho một người hiện đại, không có thì giờ để đọc, đã bị ngập lầy trong *cơn lụt* sách? Để trả lời câu hỏi này, trước hết nên xem lại một vài sự kiện liên quan.

Nếu hỏi một người trung bình thời hiện đại y sống vì cái gì, mục đích mà y đang nỗ lực là gì, có lẽ y sẽ bảo bạn, với chút ít bối rối nào đó, rằng y sống "để hưởng thụ đời sống," "để trợ cấp gia đình," "để vui," "để kiếm tiền," hay "để đạt một cái gì có ý nghĩa và xứng đáng." Nhưng thực tế, chúng ta tất cả đều biết rằng dường như không ai biết một cách chính xác mình đang sống vì *cái gì*. Nếu y suy tư về những sự việc quanh y và loại thế giới trong đó y đang sống, y sẽ sớm hoài nghi về sự liên hệ của việc nêu lên những câu hỏi này. Y chỉ có thể còn hỏi một cách lương thiện, "Chúng ta thực có thể biết được những câu trả lời đúng hay không, chúng ta có sự lựa chọn nào trong các vấn đề này không, và sau cùng, nó sẽ thay đổi được gì?"

Bất chấp sự từ bỏ không thể tránh được và sự bàng hoàng mà người hiện đại cảm thấy, không sớm thì muộn, y cũng thấy mình bắt buộc phải chọn giữa hai giải pháp: y có thể chuyển hướng đến tôn giáo với niềm tin mù lòa và hy vọng, hay chuyển hướng về thế giới và "biến nó thành cái tốt nhất." Chắc chắn người ta chọn cái trước, không phải luôn luôn vì họ được thuyết phục để tin vào chân lý của tôn giáo, nhưng vì nghi ngờ và tuyệt vọng khiến đời sống của họ không thể chịu đựng được. Mặt khác, họ chọn cái sau, với tất cả khả thể, tinh thần họ bị chủ nghĩa bi quan và sự lạnh lùng làm cho điếc đặc. Tuy nhiên, một sự kiện vẫn rõ ràng: trong cả hai trường hợp, sự lựa chọn được thực hiện dưới áp lực của đau đớn, lo âu, và tuyệt vọng.

Kiến thức chung cho rằng một ý thức về mối nguy hiểm đang lơ lửng khuấy động khiến người ta hành động và cố gắng, rằng một tỉnh thức trước những giới hạn và sự vô vọng của con người đối diện với Vũ trụ, gợi hứng cho y theo đuổi cái "ở bên kia" và cái vĩnh cửu. Như vậy, cả trời và đất, Niết-bàn và Luân-hồi, mang nợ sự sinh ra những đau khổ và tuyệt vọng của con người. Một người có suy nghĩ phải hỏi: Sống một cuộc đời

không có đau khổ thực sự có lợi thế gì? Không phải bất hạnh và buồn rầu là những điều kiện tiên quyết cho sự thức tỉnh tâm linh sao? Theo quan điểm tối hậu, có phải chúng ta, ngụy biện rằng: 'những người thừa thãi kiến thức và sở hữu', thực sự tốt hơn 'những người dốt nát và thiếu thốn' của những thời xa xưa không? Hãy nghĩ hai lần trước khi chúng ta đưa ra một câu trả lời khẳng định cho những câu hỏi này. Chúng ta cũng nên suy tư thêm một vài điều nữa: "Chẳng phải là khoa học và kỹ thuật, ở mức tốt nhất, có thể làm giảm bớt nhưng không loại bỏ được những đau khổ của con người sao? Giải phẫu thẩm mỹ, hay 'làm đẹp bộ mặt,' (face lift) thực sự có thể làm cho một bà già khốn khổ thành hạnh phúc được ư? Việc chúng ta có thể trì hoãn được hay không sự đi vào nấm mồ của chúng ta trong mười hay mười lăm năm vượt qua bên kia dự đoán thực sự là vấn đề lớn lắm sao?" Nhiều thiết bị kỹ xảo đã được phát minh để che dấu những sự kiện không thích thú của đời sống, và nhiều vật dụng tiểu xảo được sáng tạo để làm thỏa mãn những ham muốn không thể thỏa mãn của con người; phân tích đến kỳ cùng, còn gì nữa những mưu kế trí xảo này đem lại cho chúng ta trừ những đóng góp vào thiên đàng của kẻ ngu để người ta có thể sống trong đó? Khoa học, như một vài người khôn ngoan đã nói, "tạo những đóng góp của đa số cho các nhu cầu của thiểu số." Tôn giáo, dù nó có đi đến đâu hay không, ít nhất nó cũng đang làm những điều thực sự quan trọng.

Bị mê hoặc bởi những thành đạt và tiện nghi vật chất, đa số con người hiện đại bị tước mất cơ hội và những đặc quyền đưa đến đời sống tinh thần phong phú như ông cha họ đã một lần có được. Chỉ đọc một vài câu chuyện của tác phẩm cổ điển Tây Tạng này, "*Trăm Ngàn Bài Ca của Milarepa,"* chúng ta có thể tìm thấy bằng chứng mà nó dễ vô cùng cho những người Tây Tạng "lạc hậu" tiếp xúc với những chứng minh tâm linh và sống cuộc đời sùng mộ hơn là cho những kẻ đồng thời "tiên tiến" hơn. Lý do của điều đó rõ ràng: *Họ có tâm đơn giản hơn nhiều*

và họ sống cuộc sống đơn giản hơn nhiều. Gần gũi hơn với những sự kiện thực tế của đời sống không bị những cách hóa trang và ngụy trang che đậy, họ đã có cơ hội nhiều hơn để quan sát những đau khổ và sự nhanh chóng của nó; và khi tiếp xúc gần gũi hơn với các Đạo sư và các bậc Thánh, họ đã có thể lấy được cảm hứng từ những người đó như là chứng nhân của những thành quả và phần thưởng cụ thể của đời sống sùng mộ. Nhưng đa số người hiện đại đều bị tước mất những đặc quyền này, vì họ đang sống trong một nền văn minh mà một nhà quan sát sắc bén đã định nghĩa một cách khôn ngoan là "một âm mưu to lớn chống lại đời sống tâm linh." Và như vậy làn sóng Nghiệp tiếp tục cuộn lăn, và người ta bị cuốn theo, bất chấp sự không muốn và kinh hoàng của họ. Không ai quá ngu xuẩn đi đến nghĩ rằng thế giới sẽ tự đảo ngược và trở về với "những ngày xưa tốt đẹp ấy," những gì đã qua thì đã qua. Tất cả những gì người ta có thể làm có lẽ là dùng những gì tốt nhất mà quá khứ đã di tặng chúng ta và áp dụng chúng cho tương lai và cho "ở đây và bây giờ." Bất cứ người nào, thông điệp nào, hay hành động nào có thể làm bật sáng sự hứng khởi tinh thần cho những người phải sống trong thời đại thiếu sự nuôi dưỡng tâm linh này, vì thế, sẽ có giá trị cho tất cả những gì quan tâm, vì chúng là những gì chúng ta cần nhất, và những gì rất hiếm khi xuất hiện trong thời chúng ta.

Với cái nhìn này trong tâm, ông Chang đã bỏ ra nhiều năm để chuẩn bị bản dịch tiếng Anh của tác phẩm cổ điển tâm linh vĩ đại của Tây Tạng, *Mila Grubum,* hay "*Trăm Ngàn Bài Ca của Milarepa,*" với hy vọng làm nó khả dụng cho người phương Tây.

Mila Grubum là loại sách gì? Khó mà đưa ra một câu trả lời thích đáng cho câu hỏi này. Chắc chắn, nó là một trong những tác phẩm cổ điển tôn giáo vĩ đại nhất, ngang hàng với *Mahābhārata* [một thiên trường ca anh hùng của Ấn độ giáo], *Avatamsaka Sūtra* [Kinh Hoa Nghiêm], *The Bible* [Kinh Thánh

Cựu và Tân Ước], và những sách tương tự. Nhưng đồng thời, còn nhiều hơn thế nữa – nó là một loại sách khác trong quyền *riêng* của nó, người ta không thể tìm thấy một sách khác nào thực sự sánh đôi với nó trong lãnh vực văn học. Bởi vì bút pháp độc nhất vô nhị của nó, kết cấu bất thường, và nội dung bao quát, *Mila Grubum* là một quyển sách khó để dẫn nhập và ca ngợi theo nghĩa thông thường. Vì thế, câu trả lời tốt nhất cho câu hỏi, "*Mila Grubum* là loại sách gì?" sẽ là do chính mỗi cá nhân độc giả cống hiến qua sự hiểu và thâm cảm của mình.

Có lẽ bây giờ tôi có thể tự nói lên cho chính mình lý do tại sao, trong nhiều tác phẩm cổ điển tôn giáo vĩ đại, *Mila Grubum* là tác phẩm ưa thích cá nhân của tôi. Xin nêu lên một vài lý do, trước hết, tôi có thể nói rằng tôi thấy sách này là một nguồn suối hứng khởi vô tận, một kho tàng mênh mông của những lời dạy tâm linh, một kho tàng chứa những chỉ dẫn về yoga, một dẫn dắt trên Đường Bồ-đề, và trên hết, một người bạn luôn luôn có thể tin cậy được của người sùng mộ chân thành. Thứ nhì, nó cung cấp tin tức nội bộ về đời sống tôn giáo của người dân Tây Tạng – cư sĩ, hành giả yoga, cũng như tăng nhân – trưng bày một bức tranh sống động về các vấn đề tinh thần, những cố gắng, và những thành tựu của họ. Trong tập sách này, những ý kiến và lời dạy sâu xa nhất của Phật giáo được tiết lộ trong sáu mươi mốt câu chuyện hấp dẫn trình bày qua ngôn ngữ đơn giản. Vì thế, đọc nó thì cực kỳ thích thú và lợi ích. Bởi vì mỗi câu chuyện là một trương mục về kinh nghiệm cá nhân của Milarepa trong một hoàn cảnh đặc biệt, những thông điệp và chỉ dẫn cống hiến trong đó, tự nhiên mang sức thuyết phục và lôi cuốn phi thường, thực sự đưa người ta đến một niềm tin quyết to lớn hơn, sự an ủi rộng rãi hơn, và nội kiến thâm sâu hơn. Thêm vào đó, *Grubum* còn chứa những miêu tả rõ ràng và đánh giá minh bạch về các kinh nghiệm yoga trọng yếu, kể cả những kinh nghiệm của các giai đoạn cao nhất, cho đến bấy giờ, chưa được tiết lộ trong các kinh sách khác.

Nếu đánh giá *Mila Grubum* là khó, thì ca tụng nó còn khó hơn. Sau cùng, lời nói có thể không phải là một phương tiện tốt để ca ngợi một quyển sách thuộc loại này. Tôi thành thật hy vọng rằng độc giả có thể chia sẻ với tôi, trong im lặng và hân hoan, một kinh nghiệm có phần thưởng nhiều nhất trong khi đọc quyển sách được yêu mến này của Tây Tạng như hàng triệu người Tây Tạng đã có lần chia sẻ, trong quá khứ gần đây và xa xưa.

Peter Gruber

Cơ Sở Nghiên Cứu Đông Phương
New York
Tháng Chín, 1962

Lời Dịch Giả Bản Tiếng Anh

Lời Bình Luận của tôi, nằm trong phần Phụ Lục dưới nhan đề "'Trăm Ngàn Ca Khúc của Milarepa'– Nguồn Gốc, Bối Cảnh, Nhiệm Vụ, và Dịch Thuật," vốn đã được dự tính làm Lời Dẫn Nhập cho tập sách này. Nhưng để khuyến khích sự tiếp xúc với chính bản văn của độc giả phổ thông, tôi đã chuyển các lời bình của tôi đến phần Phụ Lục – cùng với tài liệu khác có lợi ích đặc biệt đối với những sinh viên và học giả nghiêm túc. Đối với những người đó, thì tôi mạnh dạn khuyên họ nên đọc lời Bình Luận trước.

Đối với những độc giả không quen với văn học Tây Tạng, thì trình tự thực tế của các câu chuyện có thể không phải là cách tốt nhất để đọc chúng. Chúng đi theo nhau trong một mối tương quan sẽ hiển nhiên cho những người quen thuộc với văn học Tây Tạng; nhưng trình tự ấy có thể là khó hơn đối với những độc giả mới. Đối với những người này, tôi đã đánh dấu sao [*] ở trước một số câu chuyện tiêu biểu trong Bản Mục Lục và khuyên họ nên đọc trước. Những [dấu sao] này sẽ cung cấp sự đối chiếu của ba Phần mà sách đã được phân chia thành: Phần Một, những câu chuyện liên quan chính yếu đến sự hàng phục và cải hóa ma quỉ của Milarepa; Phần Hai, những mối quan hệ của Milarepa với những đệ tử loài người và những chỉ dạy của ông cho họ; và Phần Ba, những câu chuyện hỗn hợp không thuộc một phạm trù đặc biệt nào.

Những câu chuyện trong sách này bao gồm một phạm vi rộng lớn các vấn đề tinh thần và những giải đáp cho các vấn đề ấy trong ánh sáng của giáo pháp Phật giáo và của những kinh

nghiệm về yoga và huyền bí. Tin tức về cuộc đời và những Giáo lý trung tâm của Mật giáo Tây Tạng, xin xem Bình Luận của tôi ở phần Phụ Lục.

Những từ ngữ Tây Tạng trong các Chú thích có tính cách giải thích được đặt trong ngoặc đơn và có chữ viết tắt "T.T." đi trước, là phiên âm tiếng Tây Tạng bằng mẫu tự tiếng Anh.

Tôi muốn bày tỏ lòng biết ơn chân thành nhất của tôi với Cơ Sở Bollingen vì sự trợ cấp rộng lượng của Cơ Sở đã khiến cho công trình này được hoàn tất; với Bà Dorothy C. Donath và Ông Gerald Yorke vì những đề nghị về hiệu đính và sự trợ giúp hữu ích nhất của họ; với Cô Toni Schmid của Viện Bảo Tàng Statens Ethnografiska, Stockholm, Thụy điển, vì đã tử tế cho phép sử dụng một minh họa từ quyển sách đẹp của cô, *The Cotton-clad Mila*, làm hình bìa sách của chúng tôi; với T.s. W. Y. Evans-Wentz, Cô Natasha Rambova, Ông Peter Gruber, và Cô Gwendolyn Winser, vì sự khuyến khích và trợ giúp không ngừng của họ; và với vợ tôi, Hsiang-hsiang, trong suốt công trình dịch thuật tập sách này.

Garma C. C. Chang

PHẦN MỘT

MILAREPA HÀNG PHỤC VÀ CẢI HÓA MA QUỈ

1. CÂU CHUYỆN THUNG LŨNG NGỌC ĐÁ ĐỎ

Kính 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. "Dường như mình đã chểnh 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 Điển, 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 đẫm 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 vơi bớt;
Con, người khất 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 kếch 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 nghẹt 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 cưỡi 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 khất 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 hiến 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 quí nhất đối với các thiên nữ Đa-ki-ni! (19)
Tự hiến mình cho Thánh Pháp
Là phụng sự tốt nhất cho Phật Giáo –
Hiến 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 khất 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 quỉ 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 thứu 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 vồ mồi phóng lẹ,
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 quỉ, (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 quỉ ma Ấn Độ không biến mất, mà nhìn trân trân Milarepa một cách thống khổ. Hai quỉ trong bọn tiến tới, nhăn nhó và cắn vành môi dưới, còn quỉ kia thì nghiến răng khủng khiếp. Quỉ thứ ba, từ sau đi tới, cười đanh 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 quỉ 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 Quỉ, (26)
Con cúi đầu đảnh 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 quỉ 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 tự trời cao,
Nếu nó rơi tự 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 quỉ;
Nếu Milarepa sợ ma hay quỉ, thì có ích gì
Sự Chứng Ngộ và Giác Ngộ của y?

Các ngươi, ma, quỉ, kẻ thù của Pháp,
Ta chào các ngươi hôm nay!
Tiếp các ngươi là thích thú của ta!
Ta cầu các ngươi ở lại; đừng vội bỏ đi;
Chúng ta sẽ cùng nhau đàm luận và vui chơi.
Dù các ngươi sẽ đi, hãy ở lại đêm nay;

Chúng ta sẽ đem Pháp Đen chọi nhau với Pháp Trắng (32)
Và sẽ thấy ai chơi giỏi nhất.
Trước khi đến, các ngươi đã thề làm cho ta khốn khổ.
Xấu hổ và ô danh sẽ theo sau
Nếu các ngươi trở về mà không làm tròn thệ nguyện.

Với tin tưởng Milarepa đứng dậy xông thẳng vào lũ quỉ trong hang của ông. Kinh hoảng, chúng thu mình lùi lại, xoay tròn đôi tròng 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 Quỉ 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 Quỉ 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 Nhặt 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 Prājñā 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 Rỉ 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 Huyễn, 4. Yoga về Bardo [Thân Trung Ấm], 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 chận 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 quí: 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 quỉ, 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 quỉ ở Tây Tạng.

(22) Nghĩa đen: Phi nhân (T.T.: Mi.Ma.Yin.): từ chung chỉ quỉ, 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 quỉ 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 quỉ và người gây chướng ngại bên ngoài."

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

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

(28) Ba Kênh (Nādīs). 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.: Piṇgalā Nādī), được cho là tương ứng với hệ thái dương; Kênh Trái (T.T.:rKyan.Ma.rTsa., Phạn: Idā Nādī), tương ứng với hệ thái âm; Kênh Giữa (T.T.: dBu.Ma.rTsa., Phạn: Suṣumṇā Nādī), tương ứng với sự Hợp Nhất Thể.

(29) Nghĩa đen: Chim Ưng Vàng, Vua loài Chim hay Kim-xí-điểu (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 quỉ đặc biệt. Theo một vài nguồn tin, ấy là một tên khác cho "Gaṇêśa" hay cho "Gāruḍa."

2. HÀNH TRÌNH ĐẾN LASHI

Kính 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 quỉ 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 đụng trời, rung chuyển và tung lên. Sấm giận dữ rền 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 mênh mông, những năm sau này người ta gọi nó là Hồ Quỉ. Milarepa vươn lên và làm một dáng điệu [bắt ấn], cơn lụt liền hạ xuống. Ông đi xuống vùng thấp hơn của thung lũng. Bọn quỉ 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 quỉ nhỏ, nhưng các quỉ 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 [bắt ấn] để hàng phục bọn quỉ. Đột nhiên tất cả những ảo cảnh ma quỉ 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 bi tâm vô lượng hướng đến tất cả chúng sinh xuất hiện trong tâm ông. Vì vậy, Milarepa đã kinh nghiệm sự phát triển và hứng 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 quỉ gọi là Bha Ro từ Nepal đến, dẫn theo một đoàn quân quỉ đầy cả đất trời trong thung lũng Sông Thiện, đến thách thức Milarepa.

Lũ quỉ nhổ 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: "Tụi tao sẽ giết mày! Tụi 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 quỉ, Milarepa hát "Chân Lý của Nghiệp":

Con qui y tất cả chư Đạo Sư ân huệ,
Và chí tâm đảnh lễ các Ngài.

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

Bởi vì Nghiệp tội lỗi của các ngươi trong quá khứ
Đã chín muồi, (6) và các ngươi đã nhận
Thân quỉ trong đời này.
Với tâm và thân dị dạng,
Các ngươi lang thang trong hư không mãi mãi.

Bị những ô nhiễm dữ (7) lèo lái
Tâm các ngươi đầy những ý nghĩ thù hận, xấu xa.
Hành vi, ngôn ngữ các ngươi thì ác và phá hoại.
Các ngươi 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
Nghiệp lực chín muồi (11) đưa y xuống
Con Đường khốn khổ, ưu phiền.

Ấy là phiền não và khổ đau mà các ngươi,

những quỉ ma
Không hiểu Chân Lý! (12)
Ta, Milarepa trông bình dị,
Bây giờ dạy các ngươi 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 ngươi từ bỏ những ý nghĩ xấu xa
Ấy không phải là hành động vui sướng sao?
Nếu các ngươi 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 quỉ chế nhạo Milarepa: "Mày nói chuyện rời rạc như thế không lừa được tụi tao đâu. Tụi tao sẽ không ngừng pháp thuật để mày tự do đâu." Rồi bọn quỉ gia tăng gấp bội vũ khí thần thông và sức mạnh của đội quân quỉ để làm khốn khổ ông. Milarepa suy nghĩ một lúc rồi nói, "Hãy nghe đây, các ngươi đội quân quỉ! 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 quỉ 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 ngươi những ác quỉ 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 mênh 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 mênh 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 ngươi những quỉ ma ganh tị bị buộc dùng huyền thuật.
Những bùa phép quỉ ma
Là vẻ đẹp và là đồ trang sức
Của hành giả yoga.

Các ngươi, những Phi-nhân, hãy lắng nghe ta
và nghe cho kỹ!

Các ngươi 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 ngươi nghe,
Với những lời thành thật, ta giảng Pháp cho các ngươi,
Với trái tim ân huệ, ta cho các ngươi lời khuyên này.
Nếu trong tim các ngươi Tâm vì Bồ-đề (20) nẩy mầm,
Dù các ngươi không thể trợ giúp được ai,
Bằng cách khước từ Mười Ác Hạnh, (21)
Hãy biết rằng các ngươi sẽ được vui và giải thoát.
Nếu các ngươi theo những lời ta dạy,
Thành tựu của các ngươi sẽ tăng tiến rất nhiều;
Nếu các ngươi tu tập Pháp bây giờ,
Niềm vui miên viễn cuối cùng sẽ ôm lấy các ngươi.

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 đảnh lễ và đi nhiễu vòng quanh ông nhiều lần. (23) Rồi đa số trở về nhà của họ. Nhưng quỉ lãnh đạo, Bha Ro, và một vài quỉ 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 đảnh lễ dưới chân đức Marpa ân huệ.
Có phải những con qủi độc hại các ngươi
vẫn còn giận dữ?

Thân của các ngươi có thể bay dễ dàng trên không trung,
Nhưng tâm các ngươi đầy những ý nghĩ lỗi lầm do tập khí.
Các ngươi nhe những răng nanh giết người
đe dọa người ta,
Nhưng các ngươi có thể chắc rằng khi các ngươi hại họ,
Các ngươi 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 ngươi chỉ tự chuốc lấy ưu phiền.
Ma đói các ngươi, sai lầm và tội lỗi!
Ta cảm thấy tiếc và thương hại cho các ngươi.

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

Những hành vi tội lỗi đưa dẫn các ngươi
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 quỉ chế diễu: "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":

Chí tâm đảnh 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 ngươi đã tạo
Dày mù lòa và chướng ngại không thể vượt qua,
Các ngươi 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
Khuyên 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 huyễn 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 Điển.
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 huyễn 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 ngẫm nghĩ
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 quỉ lãnh đạo và các quỉ tùy thuộc dâng những chiếc sọ người (29) của chúng cho Milarepa, cúi đầu làm lễ, và đi nhiễu 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, quỉ 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 quỉ 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 tân 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 biếu 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 quỉ 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 [bắt ấn]. 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 hổng của tảng đá, [một hành động tượng trưng] (30) hiện ra những hình ảnh kích thích tình dục do các quỉ tạo nên. Chỗ ấy về sau gọi là Ladgu Lungu.

Khi Milarepa đến giữa thảo nguyên, quỉ 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 quỉ 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 quỉ 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 quỉ Ấn Độ.

(6) Nghiệp chín muồi hay thuần thục (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…trừng 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 cắt ngắn 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 muồi 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 rặng 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-lư-châu (Uttara-kuru), Nam Thiệm bộ châu hay Diêm phù đề (Jampudvipa) là trái đất chúng ta ở, Đông Thắng thần châu (Purva-videha), và Tây Ngưu hóa châu (Godara), ND].

(17) Đại Thụ của Núi Tu-di: Ám 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 nhiễu 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 quì lạy. Tuy nhiên, phong tục này đã chết ở nhiều quốc gia Phật Giáo ngày nay.

(24) Nghiệp Chín muồi (thuần thục), hay đôi khi Quả Chín muồi (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 Điển 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 Điển (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 Hảo 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 quỉ 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 phóng dịch.

3. KHÚC CA RẶNG NÚI TUYẾT

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Danh tiếng của Jetsun Milarepa chinh phục quỉ 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 quỉ 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 Hàng 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 xả 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 cọp] đã xuất hiện được biết đến như là "Đường Mòn Cọp Beo." [Thấy cảnh quái lạ về con báo], dân làng bị huyễn 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 dã 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 thần 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 muỗng, 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, chứng ngộ được Cảnh Giới Trung Gian Ở-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 tiến bộ. Tôi muốn ở lại, các ngươi 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 khăng khăng 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 giã 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 ngươi và tôi – những bảo trợ nam và nữ,
và ông già Milarepa,

Dưới tàng lọng gia trì của bầu trời cát tường này,
Hãy gặp một lần nữa trước khi kiếp sống thế gian
của chúng ta qua mất.
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 đụng 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.
Tấm 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 cọp,
Ta không bao giờ mặc áo lông chồn.
Con của người khổng lồ, ta không bao giờ
Chạy vì phẫn 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 đảnh 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 thệ nguyện nhiệt thành, vị tha,

Việc làm và người làm biến mất.
Như vậy Pháp vinh quang khải hoàn.

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

Tuyết rơi vây 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 tụ 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":

Chí tâm đảnh 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 Tướng 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 ký 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 vồng.
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 trói 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
Tinh cầu nguyên thủy.
Không "ngoài" cũng không "trong" là tinh cầu Tỉnh Giác;
Không sáng cũng không tối là tinh cầu Nội kiến;
Phổ hiện và bao khắp là tinh cầu của Pháp;
Không đột biến hay nhanh chóng là tinh cầu Tig Le; (19)
Không có sự gián đoạn là tinh cầu Kinh Nghiệm. (20)
Đây là Sáu Cõi Bất Động của Tự Tánh.

Cực Lạc dâng lên khi Nhiệt Sống 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 mãn nguyện,
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 nầy về Sáu Tinh Yếu,
Về kinh nghiệm của ta trong mùa đông vừa qua
khi thiền 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! Bậc Quí 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 quí 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 vầy:

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 quí 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 ấp 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 đấy 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 huyễn 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 bẩn thỉu.
Thật ngốc nghếch căng thần kinh cho giàu sang, của cải,
Và chểnh 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 thiền 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:

Chí tâm đảnh lễ Marpa Dịch giả.

Cầu cho tất cả những bảo trợ nam và nữ tụ 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 cưu 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 ngả 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, vả 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 Hầu (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 chận.

(9) Tấm 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 thẩm 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 Lồ Samaya: Samaya [Mật nguyện] ám chỉ các giới luật Mật Giáo. Những ai giữ các giới luật này sẽ nhận ân điển và sự gia trì, dưỡng chất cần thiết cho sự phát triển tâm linh.

(14) Cũng có thể dịch như vầy: "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 tuyết đã lấp dày 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.: Nādīs, 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) Huyễn hóa (Ph.: Mayā): có nghĩa là mê hoặc hay ảo hóa. Phật Giáo xem thế 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 huyễn 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 QUỈ 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 cưỡi 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 quỉ] Draug Srin Mo triệu gọi, vì thế ông hát bài hát sau đây cho nữ quỉ:

Con đảnh 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 cơn 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 Päm, 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 tròng mắt.
Khi nó tìm thức ăn ngon,
Chớ hại nó bằng lưỡi câu!

Ở phương Bắc, bên trên Tảng Đá Đỏ rộng,
Shajageubo, con linh thứu 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 thứu 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 ngụ ngôn và sáu ý nghĩa,
Khúc hát với nhịp điệu, khúc hát giống sợi dây vàng.

Draug Srin Mo đáng thương! Ngươi hiểu ta chăng?
Kết Nghiệp ác là một tội nặng.
Ngươi sẽ không chú ý đến Nghiệp tội lỗi này sao?
Ngươi sẽ không kiểm soát những suy nghĩ nguy hại và
trái tim độc ác của ngươi sao?
Nếu ngươi 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 quỉ?
Ngươi, mụ phù thủy già quỉ ma tội lỗi! Chớ làm khổ ta!
Chớ hại ta, và hãy trở về chỗ ở của ngươi!

Lập tức nữ quỉ 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.
Quí 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 thần.
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 huyễn hóa
Đi tìm thức ăn của người,
Làm sao lưỡi câu hại nó được?

Ở phương Bắc, trên Tảng Đá Đỏ rộng,
Con linh thứu, 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 bất ngờ đột kích con mồi,
Làm sao lưới bắt nó được?

Nơi Tảng Đá chim linh thứu 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 quỉ. Ông tỏ vẻ rất hài lòng [và có chút ngạc nhiên] vì sự bày tỏ như thế từ một nữ quỉ, để đáp lại, ông hát bài "Tám Ngụ Ngôn về Suy Nghĩ":

Phải! Phải! Những gì ngươi vừa nói là đúng, quả thật đúng.
Ôi! Ngươi, Draug Srin Mo xấu nết,
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.
Ngươi, 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 truồng 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 huyễn] giống như
cầu vồng
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 trăng 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 ngươi, 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.
Ngươi, yêu quái, quả thật là nói năng hùng biện!

Ngươi có thực hiểu bản tánh của tâm như ngươi đã nói?
Hãy nhìn sự sinh xấu xa của một yêu quái già xấu xí mà ngươi đã làm công đức!
Ngươi không làm gì trừ những hành vi xấu ác.
Đấy bởi vì sự vô minh về Pháp và bất chấp đạo đức của ngươi.
Ngươi nên chú ý cần mẫn hơn
Những cái xấu và khổ đau của luân hồi.
Ngươi nên triệt để khước từ Mười Ác Hạnh! (19)
Một hành giả yoga, như sư tử, ta không sợ cũng không kinh hoảng.
Ngươi, con quỉ tội lỗi, chẳng nên nghĩ lời bông đùa (20) của ta là thực.
Ta chỉ chế nhạo ngươi thôi.
Ôi ma quỉ! Chiều nay ngươi đã cười nhạo ta!
Nhưng bây giờ chúng ta có thể theo truyền thuyết về Phật và Năm Con Quỉ, (21)
Và hãy cầu cho Tâm Bồ-đề Toàn Hảo xuất hiện nơi ngươi!
Với thệ nguyện thuần khiết của ngươi, kết hợp với bi tâm của ta,
Hãy nguyện cho ngươi 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 trổ hoa trong lòng Draug Srin Mo. Nữ quỉ 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 quí giá trong thánh Pháp.
Dù tôi đã lắng nghe nhiều giảng dạy,

Và dự các đại hội [thính 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 thèm 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 quỉ 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 đồi 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 gẫm và cuộc nói chuyện trống rỗng
Không giúp gì trong sự tẩy sạch ô nhiễm của tâm.

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

Ấy là vì ngươi bất chấp Nghiệp Luật,
Mà sinh nơi hạ đẳng mang thân xấu xí,
Nếu bây giờ ngươi nghĩ đến những cái xấu của luân hồi
Ngươi 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 ngươi sự thật lương thiện của ta.

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

Hãy lập nguyện hướng về thanh tịnh Pháp.
Hãy lập ước mong làm đệ tử của ta trong vị lai.
Ôi, ngươi, mụ phù thủy già, lầm lẫn, 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 mụ 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 thề vâng theo những chỉ dạy của
Đạo Sư tôi,
Tôi đã nghiên cứu và học thánh Pháp.
Nhưng rồi tôi tự đẩm 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 quỉ.
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!
Ấy là vì tôi thích ông nên tôi đến đêm nay;
Ấy cũng vì không thích, tôi đã nắm chân ông.
Bây giờ tôi hối tiếc vì hành vi xấu ấy.

Từ đây về sau, mụ phù thủy già khốn khổ này sẽ từ bỏ
những việc làm sai trái;
Với tất cả trái tim, mụ 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 mụ khỏi Năm Dục Độc. (27)

Tôi, người đàn bà hư đốn với thân hình xấu xí,
qui 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 thề 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 quí của Đạo Sư ta;
Trong ta chứa những lời dạy quí 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 tất cả những ý nghĩ xấu xa lắng xuống.
Ta là kẻ ở trong hang động Linba,
Tu tập thiền định mà không phân tán.

Ngươi có nghĩ ngươi bây giờ an lạc? Ngươi, mụ
phù thủy già khốn nạn, lầm lẫn!

Nếu ngươi không thấy an lạc, ấy là lỗi của ngươi.
Hãy coi chừng! Sự chấp ngã (28) của ngươi còn lớn hơn chính ngươi;
Hãy chú ý! Xúc cảm của ngươi còn mạnh hơn chính ngươi.
Ôi, tinh ma, ý chí xấu xa của ngươi còn tệ hại hơn chính ngươi;
Ý nghĩ theo thói quen của ngươi còn nhiều đặc tính hơn chính ngươi;
Tâm hành không ngừng (29) của ngươi còn cuồng loạn hơn chính ngươi!

Chủ trương ma hiện hữu,
Chỉ đem lại điều ác;
Hiểu 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.

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

Trở thành đệ tử của ta, ngươi 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 ngươi vi phạm các luật này,
Ngươi 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 ngươi!
Với Tâm Bồ-đề vô song, to lớn không thể nghĩ bàn,
Nguyện cho ngươi được sự gia trì lớn.
Trong kiếp sau của ngươi,
Nguyện cho ngươi 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 đảnh 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 thỉnh 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 thiền định với đại kiên trì, chịu ở một mình,
Tinh tấn tu hành những lời dạy sâu xa.
Với thầy không quỉ 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 quỉ, nói với lòng chân thành!

Chân Lý Phương Tiện của Tiểu Thừa (35) có thể
không bảo đảm;
Quả 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 đó 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 ngươi đều có thể tu tập giáo lý tối thượng về Chân Lý bất động. Nếu ngươi khăng khăng đòi học Nội Giáo thì phải thề 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 đảnh lễ, ôi Bậc Ân Huệ!

Ta không phải là một ca sĩ thích biểu diễn
tài nghệ của mình,
Nhưng ngươi, nữ quỉ, yêu cầu ta hát và lại hát.
Hôm nay ta sẽ hát cho ngươi 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 lăn 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 quỉ,
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.
Ngươi 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.
Ngươi, Draug Srin Mo, nên nhìn vào nghĩa của
bên kia niệm tưởng;
Ngươi nên nhập vào cảnh giới không phân tán trong
thiền định;
Ngươi 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, lải nhải với
những lời rỗng tuếch.
Ôi, tinh 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 ngươi yêu cầu;
Đây là những lời hát điên của ta. (42)
Nếu ngươi có thể tu tập chúng,
Khi đói, ngươi sẽ ăn thức ăn Đại Cực Lạc, (43)
Và sẽ uống Cam Lồ (44) khi khát.
Rồi ngươi có thể giúp các hành giả yoga bằng hành động.

Vì vậy Draug Srin Mo và đám tùy tùng tràn ngập sùng mộ Jetsun, đảnh 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 nguyền 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 huyễn, những ý nghĩ cuồng loạn không thể kiểm soát. Xem Chuyện 1, Chú thích 12.

(5) Đi 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 quỉ (quỉ đói), và cư dân của địa ngục sống ở ba Cõi dưới.

(11) Ý nghĩ do tập khí (T.T.: Bag.Chags.; Phạn: Vàsanā): 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) Chấp 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 bẩm 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 Tỉnh Giác (T.T.: Ran.Rig.): Tự Tỉnh Giác hay khả năng tự chứng kiến của ý thức mà nó là, theo Duy Thức Tông, chính là tâm. Nhiệm vụ của tự tỉnh 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 tột cùng của Đại Thủ Ấn.

(16) Phân tán và hôn trầm: Tất cả những người tu tập thiền định đều kinh nghiệm hai chướng 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 quỉ 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 thế 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 quỉ 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 bừng 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 tưởng 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 Tan-tra 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 Thục," 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 lơi lỏng 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 thần 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. Dùng 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) đầy 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 mênh mông 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 ngươi bọn Phi-nhân và quỉ,
Các ngươi phi hành trên không trung
Luôn luôn mong có thức ăn,
Các ngươi 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 ngươi 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 ngươi có thể làm khổ được ta, những tên quấy nhiễu?
Những hành vi ác và những ý định xấu của các ngươi,
Làm các ngươi mệt mỏi, nhưng chẳng hại được ta.

Lại nữa, các ngươi 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 ngươi gom hết tất cả sức lực ở đó ném vào ta,
Cũng khó làm Trí Trùm Khắp của ta gợn sóng,

Vì trong tâm ta không sợ hãi nào có thể phát sinh.

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

Rồi Milarepa nhập Định Như Tánh. [Vì kinh sợ và do đại hùng lực của ông trấn áp], tất cả bọn quỉ sám hối trước ông và trở nên trung thành với ông. Chúng đảnh 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 ngươi lời dạy này":

Chớ phạm tội lỗi,
Làm những điều lành!

Tất cả các quỉ 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 quỉ của Riwo Balnbar đã qui hàng, nên chẳng cần đến đó để thiền định nữa. Ông quyết

định ở lại Chỗ Bồ-đề vài ngày. Trong tâm thái rất phấn khởi, ông hát:

Ở đây trong nhà Giác Ngộ,
Ta, [hành giả] Đạo Bồ-đề, Milarepa,
Làm chủ Tâm Bồ-đề,
Tu tập Yoga Tâm Bồ-đề.
Ta sẽ sớm đạt thành đại Bồ-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 quí 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 khất 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,
Bố 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, nhàn nhã, 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. Đầy 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 ngạt ngào,
tiếng côn trùng rỉ 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 nhảy múa khoan thai;
Trên đọt cây lũ khỉ phóng nhảy 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 ảnh 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 Nguyện, 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 tướng 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 Nguyện, 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 Nguyện: 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. Evanz-Wenz 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 tinh thần giải thoát bên trong dòng lưu chuyển vĩ đại. (Cũng xem Chuyện 2, Chú thích 4.)

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

(8) Nghiệp Chín muồi: 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, mối 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 thế 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 nấm, 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, Bậc 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 Tảng Đá Đỏ của Trời;

Bên trái ta, hoa dại 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 lũ khỉ nhảy và đánh đu;
Chim sơn ca hót 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 tấm 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 Điển 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 Tướng, 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 Vướng Mắc, và hoàn toàn
Không Thiên Lệch
Là tinh yếu của Hành.

Không Hy Vọng, Không Sợ Hãi, và Không Nhầm 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 đảnh lễ dưới chân Đạo Sư của con.

Sâu trong rừng nơi không người dẫm bước,
Ta, Milarepa, an lạc tu tập thiền định.

Không vướng 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 huyễn 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 đảnh 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 thuẫn của Tâm;
Chúng mang nhẹ, song che rất khỏe,
Là những cái thuẫn 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.
Hứng 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: Prajṇā [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 tỉnh, tự chiếu, tự vui (T.T.: Ran.Ri., Ran.gSal., RạnbDe.): 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 tỉnh 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 tỉnh hay tự tỉnh 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 dịu hiền, vâng lệnh của Jetsun và phục vục 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 vầy: "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 để ca tụng chỗ này:

Đảnh 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 đồi, rừng,
Trên những cánh đồng cỏ núi, hoa nở,
Trong rừng, cây đong đưa nhảy múa!
Ấy là sân chơi cho khỉ.
Chim hót đầy giọng điệu,
Ong bay lượn vù vù,
Từ ngày đến đêm cầu vồng đến và đi.
Mùa hè mùa đông mưa dịu dàng rơi,
Mùa thu mùa xuân, hơi nước và sương mù cuồn cuộn.
Ở một nơi thích thú như vầy, 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 thăng trầm, ta càng cảm thấy vui.
An lạc là thân không có Nghiệp tội lỗi,
Thực an lạc là vô vàn bối rối!
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 nhảy, 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 cao ca!
An lạc là tâm, đầy năng lực và tin tưởng,
Miệt mài trong Pháp giới.

An lạc tột 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 điểm 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 nhầm lẫn đưa đến Giải Thoát,
Vị Cứu Tinh Hoàn Hảo, Bậc Đại Bi,
Xin Người không bao giờ rời bỏ con, ở lại mãi
Trên đầu con (4) như ngọc ở đỉnh đầu!

Hãy nghe, hỡi 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 Sâu 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 cấu kết với những cái xấu,
Hoặc sẽ bị ảnh hưởng xấu tiêm nhiễm,
Và các cô có thể liều phá đi Giới Luật.

Khi dấn 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 quỉ, cũng đừng rủa ma cho kẻ khác,
E rằng quỉ 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 vuột 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 thây 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 khất 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 Tũy 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 khẩn 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.
Bấy 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 thiền 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! Tấm 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 tướng, 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;
Tỉnh giác, quang minh, thì luôn luôn an lạc;
Hãy thiền 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 quí;
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, "Như chúng con hiểu, sự hướng dẫn không thể sai lầm theo Con Đường Tu Tập là khẩn nguyện Đạo Sư với lòng rất nhiệt thành. Ngoài ra còn gì khác không?" Milarepa mỉm cười và trả lời, "Cái Cây Hướng Dẫn cũng có nhiều cành."

Để giải thích điều này, ông hát:

Đạo Sư, đệ tử, và lời dạy bí mật;
Nhẫn 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 tinh khiết của Tâm Bồ-đề như thế 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 thục
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 thứu trên Đá Đỏ
Xòe cánh ra giữa bầu trời rộng;
Nó không sợ rơi –
Bay xuyên bầu trời là cách của con linh thứu.

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 chướng 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 thăng trầm, (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 đảnh 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 ngụ.

Ở đây, ở Yolmol Tagpu Senge Tson,
Con cọp cái hú lên với tiếng kêu run rẩy, cảm thương,
Nhắc ta nhớ đến những cọp 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 khỉ kêu xúc động
Rất thâm sâu và rất cảm thương,
Khiến trong ta dâng lên xót thương sâu thẳm.
Tiếng chí chóe của con khỉ 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 chạo 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 giám 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 Tử.

(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 Rỉ Tai (T. T.: sNan.brGyud.): (a) Chúng ta được bảo rằng ngày xưa các giáo lý bí mật của Mật Điển (Tantra) được ban cho các đệ tử theo cách bí mật, nghĩa là, bằng cách rỉ 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 thế 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 chận 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 Millarepa 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 BỒ CÂU

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 bồ câu đeo đồ trang sức bằng vàng đến Milarepa. Con chim gật đầu, cúi chào, và đi nhiễu 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 đống 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 Gắng Sức. (1)
Với những cái Thấy (2) cao và thấp, con không khác biệt.
Trong Tâm Không Gắng Sức, 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 Gắng Sức.
Đối với kinh nghiệm thiện và ác, con không khác biệt.
Với tâm Không Gắng Sức, 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 Gắng Sức.
Đối với hành động đúng hay sai, con không khác biệt.
Quả thật an lạc là tâm Không Gắng Sức.

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 Gắng Sức.

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 ngươi là ai, tại sao lại đến đây?" Lúc ấy các con chim bồ câu phá bỏ thần chú 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 trinh 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 trinh 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 rối rít
Trong tước vị cao sang của họ
Họ có chỗ nào để trú và ẩn núp chăng?

Ở trong ngôi nhà luân hồi nóng cháy
Đôi khi tựa như thích thú, nhưng đa số khốn 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 cấu 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 trinh nữ của Trời, những phù thủy hóa thành chim bồ câu!
Dễ 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 khốn 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 đảnh lễ và đi nhiễu 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 vướng 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 đảnh lễ dưới chân của Marpa Lho Draug.
Ôi, Sư Phụ! Xin gia trì cho con sóng ân huệ và thành tựu của Người.

Các cô, tám sắc đẹp của cõi Trời,
Đã tặng ta cơm trắng, quả Thiền-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 lừa 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:

Chí tâm đảnh 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, lăng 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 huyễn 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,
Hiến 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 hiến vật của họ.

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

Chú Thích Chuyện 8

(1) Không Gắng Sức (T.T.: rTsol.Med.): hay không dụng công, không hành động, không quấy 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 từng 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."

PHẦN HAI

MILAREPA
VÀ NHỮNG ĐỆ TỬ LOÀI NGƯỜI

9. VÒNG VÂY KIM CANG ĐÁ XÁM

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Khi đến Vòng Vây Kim Cang Đá Xám, Jetsun Milarepa trong tâm trạng đầy hứng khởi ở Động Yên Ngựa.

Bấy giờ có một hành giả yoga Mật Giáo ở Gu Tang đã nghe lời giảng dạy của Jetsun, trở thành thấm nhập với niềm tin sâu xa nơi Milarepa. Hành giả ấy đến gặp Milarepa, và nói, "Thưa Tôn giả, dù tôi đã tu tập thiền định trong một thời gian, tôi vẫn chưa có kinh nghiệm hay được công đức gì cả. Đây có lẽ là vì tôi không biết phương pháp tu tập đúng. Khẩn nguyện Tôn giả từ bi ban cho tôi giáo lý thích nghi!" Milarepa đáp, "Trong trường hợp đó, ông nên biết tất cả những điểm trọng yếu." Do đó, Milarepa hát cho ông ta nghe bài "Sáu Yếu Chỉ":

Những hóa hiện của tâm còn nhiều hơn hàng vạn vi trần
Trong những tia sáng mặt trời vô tận;
Hành giả yoga như chúa tể biết
Bản tánh của những hóa hiện này.

Chân Như thật tánh của chúng sinh
Chẳng do nhân hay duyên sinh;
Hành giả yoga như chúa tể biết
Chân Lý duy nhất, chính xác và rõ ràng.

Ngay cả khi đối diện với trăm ngọn giáo đe dọa,
Cái Thấy thấu triệt của y cũng không lay chuyển;
Hành giả yoga như chúa tể tự nhiên hàng phục tất cả
mọi dính mắc như vậy.

Tâm mãi vọng động khó thuần
Ngay cả khi nhốt trong hộp sắt;
Hành giả yoga như chúa tể biết rằng
Tất cả những phát sinh này là hư huyễn.

Rồi người đệ tử hỏi, "Những kinh nghiệm như Tôn giả vừa nhắc đến là dần dần phát sinh hay đột nhiên phát sinh?" Milarepa đáp, "Những người có phú bẩm tốt sẽ tức thời đạt Giác Ngộ; hạng trung bình và thấp hơn sẽ dần dần đạt Giác Ngộ. Tôi sẽ miêu tả cho ông những dấu hiệu của chân Giác Ngộ, và những dấu hiệu của những kinh nghiệm giống như Giác Ngộ, nhưng một số người nhầm lẫn xem chúng là những kinh nghiệm chân Giác Ngộ."

Vì thế, Milarepa hát bài hát sau đây để giải thích các kinh nghiệm khác nhau, cả thật và không thật, của bốn giai đoạn của Đại Thủ Ấn, (1)

Con cúi đầu đảnh lễ dưới chân bậc Đạo Sư vô thượng.

Bám vào thực tế của tâm là nguyên nhân của Sinh Tử;
Nhận ra Tự Tính Giác quang minh và không dính mắc
Là bất sinh và tự tại,
Là dấu hiệu thành tựu Giai Đoạn Qui Nhất.

Nếu ai nói về Hai-trong-Một
Nhưng vẫn thiền định về hình tướng,
Nếu ai thừa nhận chân lý của Nghiệp
Nhưng vẫn cấu kết với việc làm sai,
Sự thực, y chỉ thiền định với sự mù lòa và ô nhiễm!
Như thế, y chưa thấy được những điều
Trong Giai Đoạn Qui Nhất đích thực.

Khi nhận ra tâm chiếu sáng và không bám víu,
Là hiện thân trong an lạc và siêu việt tất cả
mọi trò chơi chữ, (2)
Một người thấy bản tánh của tâm mình rõ ràng như

Hư không rộng lớn.
Đây là dấu hiệu thành tựu của Giai Đoạn Lìa Xa
Những Trò Chơi Chữ.

Dù một người nói về Giai Đoạn
Lìa Xa Những Trò Chơi Chữ,
Y vẫn còn tuyên bố điều này điều nọ;
Thay vì minh họa những gì ở bên kia mọi ngôn từ,
Y vẫn còn chồng chất từ ngữ lên trên từ ngữ.
Thì y chỉ là một kẻ vô minh,
Y thiền định mà tự bám lấy mình.
Trong Giai Đoạn Lìa Xa Những Trò Chơi Chữ,
Không có gì như thế.

Sự vô phân biệt của hiện tướng và Tánh Không
Là Pháp Thân,
Trong đó Sinh Tử và Niết Bàn được thấy giống nhau.
Ấy là sự hòa hợp hoàn toàn của Phật và chúng sinh.
Đây là những dấu hiệu của Giai đoạn Nhất Vị,
Như nhiều người tuyên bố.

Ai nói rằng "tất cả là một,"
Thì vẫn còn phân biệt;
Trong Giai Đoạn Nhất Vị,
Không có sự mù lòa như thế.

Một ý nghĩ lang thang chính là thể tánh của Trí Tuệ –
Nội tại và bản chất.
Nhân và quả cả hai là một.
Đây là nhận ra Ba Thân của Phật (3)
Hiện hữu bên trong chính mình.
Đây là những dấu hiệu thành tựu
Của Cảnh Giới Không Tu Tập.

Khi một người nói về Không Tu Tập,
Tâm của y vẫn còn tạo tác;

Y nói về chiếu sáng,
Nhưng thực tế ấy là mù.
Trong Cõi Không Tu Tập,
Không có gì như thế!

Người đệ tử kêu lên, "Những lời chỉ dạy này thật là phi thường! Để giúp những người vô minh như chúng con, bây giờ xin Tôn giả chỉ dạy chúng con tu tập Sáu Ba-la-mật." Milarepa hát đáp:

Con cúi đầu đảnh lễ dưới chân các Jetsun Đạo Sư hoàn hảo.

Của cải và giàu sang giống như sương trên cỏ;
Biết vậy rồi, nên vui vẻ cho chúng đi.

Quí hơn hết là được sinh làm một người xứng đáng và thảnh thơi; (4)
Biết vậy rồi, nên quan tâm giữ giới
Như bảo vệ đôi mắt của mình.

Giận dữ là nguyên nhân rơi vào Hạ giới;
Biết vậy rồi, nên tiết chế giận đi,
Ngay cả liều đi mạng sống.

Lợi ích cho mình và cả cho người
Không bao giờ đạt được qua giãi đãi;
Vậy nên, hãy nỗ lực làm những điều lành.

Tâm nhiễu loạn, lang thang không bao giờ thấy được chân lý Đại Thừa;
Do vậy, hãy tu tập nhiếp tâm.

Không thể thấy Phật qua tìm kiếm;
Vậy, hãy chiêm nghiệm tâm mình. (5)

Đến khi sương mù mùa thu tan biến vào trời không,
Hãy gắng sức với quyết tâm và tin tưởng.

Nghe bài hát này, một sự đại ngưỡng mộ và niềm tin hướng về Jetsun phát sinh trong lòng người đệ tử, và ông ta trở về nhà. Năm bảy ngày sau, ông ta trở lại với những người bảo trợ khác đến làm vui lòng Milarepa và mang đồ cúng dường rất dồi dào. Tất cả bọn họ đã nghe câu chuyện cuộc đời của Milarepa, và với đại tín tâm họ đến lần này để học Pháp. Họ hỏi Milarepa ông làm cách nào để xử lý và chịu đựng các thử thách tập sự (6) đã tận lực tu tập khổ hạnh, và xin ông kể lại cách mà cuối cùng ông đã đạt Giác Ngộ. Milarepa hát "Sáu Quyết Tâm" để trả lời:

Khi một người mất hết lợi lạc trong thế gian này,
Lòng tin và ước mong vì Pháp của y được xác định.

Bỏ những ràng buộc với quê hương là rất khó;
Chỉ bằng cách từ bỏ đất nhà
Người ta có thể tránh được tức giận.

Rất khó hàng phục những đam mê nóng cháy
Với thân nhân và với bạn thân;
Cách tốt nhất để làm hạ những đam mê đó
Là phá tan tất cả mọi kết giao.

Một người không bao giờ cảm thấy đủ giàu;
Muốn bằng lòng, y nên mặc áo vải, khiêm tốn.
Như thế y có thể chinh phục nhiều ham muốn, khát khao.

Khó mà tránh những hấp dẫn thế gian;
Bằng cách bám vào khiêm tốn,
Lòng mong ước hư danh sẽ hạ xuống.

Khó mà hàng phục kiêu hãnh và ích kỷ;
Vậy hãy sống trên núi, như những con vật!

Các người bảo trợ thân mến và thành tín của ta!
Như vậy đó là hiểu biết chân thật
Phát sinh từ tính kiên trì.
Ta chúc tất cả các người thực hành những hành vi
có nhiều ý nghĩa, (7)
Và tất cả công đức sâu dày! (8)

Như hư không, Pháp Thân thấm nhập tất cả chúng sinh,
Nhưng sự mù lòa [do Nghiệp]đẩy họ vào Sinh Tử.

Thoáng thấy Pháp Thân là dễ,
Nhưng khó ổn định được nhận thức này.
Vì thế, người ta vẫn bị Năm Độc bám lấy. (9)

Nếu sự nhận ra [Tánh Không] vững chắc,
Thì các căn và thức (10) di động tự do mà không bám giữ.
Rồi sẽ hòa hợp vĩnh viễn với Ba Thân.
Đây là xác quyết về Giác Ngộ.

Thiền Định và Sau Thiền Định (11)
Là hai cảnh giới chỉ cho người mới bắt đầu.
[Nơi những người] tâm đã kiên định, chúng chỉ là một.

Trong Yoga Không Lang Thang, (12)
Sáu Thức không dính mắc bao giờ cũng phát khởi,
Nhưng ta vẫn kiên định trong Ba Thân không phân cách.
Không dính mắc, ta bước đi với diệu lực;
Không chấp trước, ta được
Các công đức như ý. (13)

Người Trí Tuệ biết làm sao tu tập
Thiền định như hư không.
Trong tất cả việc làm hằng ngày
Y không dính mắc với bất cứ điều gì.
Với tinh thần đã được giải thoát,
Y không ham muốn giàu sang hay sắc đẹp.

Nên xem tất cả hiện thân
Như hơi nước, sương mù
Dù một người đã nguyện giải thoát tất cả chúng sinh,
Y nên biết rằng tất cả hóa hiện
Đều giống như bóng trăng trong nước.

Không vướng mắc, y biết rằng
Thân người chỉ như một thần chú huyền thuật.
Như vậy, y đạt được tự do với tất cả mọi trói buộc.
Như hoa sen không tì vết mọc lên từ bùn,
Y đạt được niềm tin quyết về Tu Tập.

Tâm phổ hiện tất cả mọi nơi như hư không;
Nó chiếu sáng tất cả hiện tướng như Pháp Thân;
Nó biết tất cả và làm sáng tất cả.
Ta thấy nó như viên thủy tinh
Trong lòng bàn tay ta.

Ngay từ đầu, không có gì đến;
Ở đoạn giữa, không có gì ở lại;
Cuối cùng, không có gì đi.
Nơi tâm không có sinh và diệt!
Như vậy, người ta ở trong Tánh Bình Đẳng của quá khứ, hiện tại, và vị lai.

Bên trong, tâm như hư không, thuần khiết.
Những đám mây đỏ và trắng (14) tự biến mất;
Không dấu vết nào của Bốn Đại (15) có thể tìm thấy.
Tâm phổ hiện giống như hư không;
Nó không bao giờ lìa xa Cảnh Giới Bất Sinh,
Nó cắt con đường của Ba Giới Sinh Tử.
Đây là xác quyết về Giác Ngộ.

Nếu một hành giả yoga nhận ra điều này,
Khi y lìa bỏ thân tử vong

Và nhập vào Cảnh Giới Trung Gian [trọng yếu],(16)
Rồi y có thể hoàn thiện tất cả mọi công đức.
Hiểu được lời chỉ dạy sâu xa,
Có thể làm cho các Tâm Mẹ và Con (17) gặp gỡ;
Nếu lúc ấy y không thể làm cả hai hợp nhất,
Qua lời dạy Đồng Thời Sinh
Y vẫn có thể biến hình tướng Bardo ma quái
Thành Thân An Lạc Thanh Tịnh!

Nếu y biết rằng ngay cả Hóa Thân cũng là không thật,
giống như cái bóng,
Làm sao y có thể đi lạc bao giờ?
Không sai lầm, đây là của riêng ta –
Lời xác quyết của hành giả yoga về Trung giới!

Những người dân Gu Tang tất cả đều tin tưởng mãnh liệt, và từ đó về sau thường đến cúng dường Milarepa.

Một hôm, vào lúc sáng sớm, Milarepa trong cảnh giới Quang Minh, thấy Thiên Nữ Kim Cang xuất hiện trước ông. Thiên nữ tiên tri: "Milarepa! Ngài sẽ có một vị giống mặt trời, một vị giống mặt trăng, hai mươi ba vị giống như tinh tú, và hai mươi lăm đệ tử người thành tựu, một trăm người giác ngộ không bao giờ thối chuyển; một trăm lẻ tám đại nhân sẽ đạt Ngộ Đạo sơ khởi; (18) và một ngàn hành giả yoga nam và nữ sẽ nhập Đạo. Những người đó với ngài có duyên với Pháp và như thế vĩnh viễn thoát được con đường luân hồi hạ đẳng, ở bên kia số lượng. Ở vùng thượng lưu của Gung Tang có một người định mệnh sẽ là đệ tử giống như mặt trăng của ngài. Hãy đến đó, vì ông ta vậy." Và vì thế, Milarepa quyết định đi thượng lưu Gung Tang.

Đây là loạt đầu của các câu chuyện về Vòng Vây Kim Cang Đá Xám. (19)

Chú Thích Chuyện 9

(1) Bốn giai đoạn của Đại Thủ Ấn:
(a) Giai đoạn Qui Nhất (T.T.: rTse.gCig.),
(b) Giai đoạn Lìa-xa-những-Trò-Chơi-Chữ (T.T.: sProd.Bral.),
(c) Giai đoạn Nhất Vị (T.T.: Ro.gCig.),
(d) Giai đoạn Không-Tu-Tập (T.T.: sGom. Med.).

Trong giai đoạn *đầu tiên*, hành giả thiền định kinh nghiệm sự tĩnh lặng Tự Tánh của Tâm. Tuy nhiên, y vẫn chưa nhổ rễ được cái thấy nhị nguyên, y cũng không thực sự nhận ra trọn vẹn tánh không của tâm.

Trong giai đoạn *thứ nhì*, hành giả thiền định thấy rõ "trạng thái uyên nguyên của tâm." Nhờ kinh nghiệm trực tiếp với Tự Tánh của Tâm này, chính y loại trừ một lần tất cả các cái thấy của luân hồi sinh tử – những cái thấy của "những trò chơi chữ," như "một và nhiều," thiện và ác," "phải và không phải," "hữu hạn và vô hạn," v.v… Giai đoạn này được các hiền giả Tây Tạng xem là giai đoạn Giác Ngộ Sơ Khởi.

Ở giai đoạn *thứ ba*, hành giả thiền định hoàn toàn tự do tự tại với tất cả mọi chướng ngại hay cản trở. Do đó, nó được gọi là Giai đoạn Nhất Vị (Cảnh giới của Pháp giới hay Cảnh giới Đồng Nhất của luân hồi và niết bàn). Tuy nhiên, kinh nghiệm này, vô hình trung, nên xem như là sự chứng ngộ của bất cứ hình thức nào về nhất nguyên luận – một "cái thấy sai" bị nhiều học giả Phật Giáo bác bỏ, đáng chú ý là các học giả theo trường phái Trung quán (Madhyamika). (Xem Chuyện 18, Chú thích 9).

Ở giai đoạn *thứ tư*, hành giả thiền định đã đạt được Cảnh giới Tối Hậu. Không còn gì nữa để tìm hay để học: y đã đạt đến Cảnh giới của Phật.

Bốn giai đoạn này tiêu biểu cho quá trình đầy đủ, qua đó một hành giả yoga Phật Giáo tiến đến Giác Ngộ Tối Hậu.

[Về phương pháp tu tập Đại Thủ Ấn, xem *Sáng Tỏ Tâm Bình Thường*, ND].

(2) Trò chơi chữ: Tất cả những quan niệm và ý tưởng của luân hồi sinh tử phải được biểu hiện qua ngôn từ và biểu tượng đều là những hý luận vô nghĩa, theo quan điểm của người giác ngộ. Thuật ngữ "Trò chơi chữ" (T.T.: sPros.Pa.) cũng ám chỉ rằng tất cả những sự sử dụng khái niệm và ngôn từ của luân hồi sinh tử thì cũng giống như trẻ con bập bẹ – chỉ hơn vô nghĩa một chút. Nhận ra điều này được xem là giai đoạn sơ khởi của Giác Ngộ.

(3) Ba Thân (Phạn: Trikāya): hay Ba Thân của Phật, thức là, Pháp Thân (Dharmakāya), Báo Thân (Sambhogakāya), và Hóa Thân (Nirmāṇakāya).

(4) Thân người được coi là một sở hữu quí nhất, không có nó không thể đạt được sự phát triển tâm linh.

(5) Câu này cực kỳ quan trọng vì là biểu hiện tinh yếu của giáo lý Đại Thủ Ấn. Trong Phật Giáo nói chung, người ta được dạy để tìm Giác Ngộ và thành Phật, trong khi vị Đạo Sư chỉ ra cho người đệ tử rằng tâm mình chính là Phật, do đó, tìm kiếm bất cứ cái gì, ngay cả Phật Tánh, cũng là phí thì giờ vô ích.

(6) Đây chỉ những thử thách do Đạo Sư của Milarepa đặt lên ông trước khi ông được chấp nhận vào điểm đạo truyền pháp. [Xem "*Milarepa, Con Người Siêu Việt*" ND].

(7) Những hành vi đầy ý nghĩa: những việc làm đạo đức đưa người ta đến Giác Ngộ.

(8) "Công đức sâu dày": Ngữ cú này được Phật tử dùng chỉ tất cả những hành vi đạo đức. (Xem Chuyện 4, Chú thích 22; và Chuyện 7, Chú thích 11.)

(9) Năm Độc: Năm sự ô nhiễm, những nguyên nhân căn bản của tất cả mọi khốn khổ của luân hồi. Đó là: ái dục, ghét, mù quáng, kiêu hãnh, và ganh tị.

(10) Nghĩa đen: Sáu Nhóm: thuật ngữ chung chỉ sáu trần, sáu căn, và sáu thức.

(11) Thiền Định và Sau Thiền Định (T.T.: mNam.bShag. [và] rJes. Tob.): mNam. bShag.: có thể dịch cách khác là "Cảnh Giới Thiền Định Thực Tế," và rJes. Tob là "Cảnh Giới Sau khi Thiền Định."

(12) Yoga Không Lang Thang: Trạng thái tập trung trong đó tâm được cố định và không lang thang.

(13) Nếu hành giả yoga có thể tự giải thoát mình khỏi tất cả chấp trước, y sẽ được tất cả những năng lực kỳ diệu, đến lượt các năng lực đó làm cho y có khả năng ban cho tất cả chúng sinh mọi ước mong.

(14) "Đỏ và Trắng" chỉ các yếu tố âm và dương trong thân thể.

(15) Ở chỗ này, bản văn rất tối nghĩa và ý không rõ ràng. [Bốn Đại là Bốn Nguyên Tố trong vũ trụ: đất, nước, lửa và gió – ND]

(16) Cảnh Giới Trung Gian, Thân Trung Ấm (Bardo), hay là giai đoạn giữa chết và tái sinh, là một giai đoạn hệ trọng trong đó người ta có thể hoặc đạt được giải thoát dễ dàng hoặc rơi trở lại sự hiện hữu luân hồi.

(17) Tâm Mẹ và Tâm Con: Tâm Mẹ, hay đúng hơn, Ánh Sáng Mẹ (T.T.: Mahi.Hod.Zer.) hiện hữu trong tất cả mọi thời gian, nhưng chưa khai mở. Tâm Con (T.T.: Buhi.Hod.Zer.), hay Ánh Sáng Con, là tâm giác ngộ, hay sự Ngộ Đạo.

(18) Ngộ Đạo sơ khởi: Đây là giai đoạn đầu tiên của Giác Ngộ.

(19) Đây là trực dịch theo bản văn. Phần sau của loạt chuyện dường như đã bị thất lạc.

10. CUỘC GẶP GỠ ĐẦU TIÊN CỦA MILAREPA VỚI RECHUNGPA

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Như [Marpa] đã tiên tri, Milarepa đi đến vùng thượng lưu Gung Tang. Khi ông đến tòa Lâu Đài ở đó, ông thấy nhiều người đang xây một ngôi nhà và hỏi họ xin một ít thức ăn. Họ đáp, "Chúng tôi đang xây nhà. Ông có thể thấy chúng tôi đang bận và không có thì giờ cho thứ việc làm đó. Trông ông giống như người có nhiều thì giờ nhàn rỗi, vậy sao ông không nhập bọn làm việc với chúng tôi?"

Milarepa nói, "Vâng, bây giờ tôi có nhiều thì giờ nhàn rỗi, nhưng tôi đã kiếm được nó bằng cách xây xong "ngôi nhà" của tôi theo cách riêng của tôi. Ngay như các anh không cho tôi thức ăn, tôi sẽ không bao giờ làm việc xây cất của thế gian, mà chắc chắn nhất là tôi sẽ bỏ đi." Rồi những người ấy hỏi ông, "Ông đã xây nhà của ông như thế nào, và tại sao ông lại mạnh mẽ cự tuyệt việc làm của chúng tôi như thế?"

Milarepa hát đáp:

Niềm tin là cái nền vững chắc của ngôi nhà tôi,
Tinh tấn tạo thành những bức tường cao,
Thiền định làm những viên gạch lớn,
Và Trí Tuệ là hòn đá móng vĩ đại.
Với bốn thứ này tôi đã dựng lâu đài của tôi,
Và lâu đài đó sẽ trường tồn như Chân Lý muôn đời!
Nhà thế gian của các anh chỉ là mê hoặc,
Chỉ là những ngục tù cho quỉ,
Và vì thế tôi bỏ hoang chúng.

Những công nhân ấy nói, "Những gì ông hát là giác ngộ nhất. Cũng xin ông vui lòng nói cho chúng tôi biết, trong cách sống của ông hoặc giả ông có thứ gì giống của chúng tôi như nông trại, tài sản, thân nhân, bạn bè, vợ con không? Dường như đối với chúng tôi, những thứ này đáng giá hơn những gì ông nói. Xin cho chúng tôi biết ông có những sở hữu gì tốt hơn của chúng tôi? Tại sao ông xem cách sống của chúng tôi là không có giá trị?"

Milarepa đáp:

Thức A-lại-da (1) là đất tốt,
Giáo lý bên trong là hạt giống đã gieo,
Thành đạt trong thiền định là mầm,
Và Ba Thân của Phật là hoa màu đã chín.
Đây là bốn trụ cột trường kỳ canh tác của trời.
Sự canh tác thế gian của các anh, mê hoặc và lừa dối,
Chỉ là lao động nô lệ của những người đói;
Tôi vứt nó đi không ngần ngại!

Kho chứa tốt Tánh Không,
Những viên Ngọc Siêu Thế Gian, (2)
Sự phục vụ và hành động của Mười Đức Hạnh,
Và đại an lạc của Không Rỉ Lậu (3) –
Bốn thứ ngọc này là của cải trường kỳ của cõi Trời.
Những thứ ngọc và sở hữu thế gian đều là lừa gạt
và mê hoặc;
Giống như các chú thuật lừa người, chúng dẫn các anh
đi lạc đường.
Tôi vứt chúng đi không ngần ngại.

Phật Cha và Mẹ là cha mẹ của tôi,
Pháp không tì vết là bộ mặt của tôi,
Tăng già là anh em họ và các cháu của tôi,
Những người bảo trợ là bằng hữu của tôi.
Bốn thứ này là thân nhân trường kỳ, thiên giới của tôi.
Thân nhân thế gian của các anh lừa gạt và mê hoặc;

Tôi ném tất cả những hội viên phù phiếm không ngần ngại!

Nhất thời Cực Lạc (4) giống như cha tôi,
Quang Minh Cực Lạc trong việc làm được hoàn thành tốt
là [bối cảnh của tôi],
Hai-trong-Một là làn da bóng láng, rạng rỡ của tôi,
Kinh Nghiệm và Chứng Ngộ (5) là y phục vinh quang của tôi.
Bốn cái này là vợ cõi trời và trường cửu của tôi..
Mê hoặc và lừa dối là những bằng hữu thế gian
của các anh,
Họ là những bạn bè tạm thời, ưa cãi vả;
Tôi ném họ đi không ngần ngại.

Tâm Tỉnh Giác là em bé mới sinh của tôi,
Kinh Nghiệm Thiền Định là con thơ của tôi,
Tri Giải và Chứng Ngộ là con của tôi,
Người thanh niên có thể giữ gìn Giáo pháp
là bạn đồng hành của tôi.
Bốn người này là con trai cõi trời, trường cửu của tôi.
Con cái thế gian của các anh thì mê hoặc và lừa dối;
Tôi ném chúng đi không ngần ngại.

Tôi thành thật mong rằng tôi và các anh, những người tốt của Gung Tang,
Qua Nghiệp duyên trong cuộc nói chuyện này,
Có thể gặp lại nhau một lần nữa nơi Tịnh Địa Oujen. (6)

Những người dân làng, xúc động mạnh với niềm tin, lúc ấy họ đảnh lễ và cúng dường Milarepa. Sau này, tất cả bọn họ trở thành đệ tử trung thành của ông.

Sau đó, Milarepa đến thượng lưu của Đồi Dê (Ra La), ở đây ông đã tìm thấy Hang Lụa (Zhaoo Pug). Bấy giờ ở Đồi Dê có một thanh niên, ngay lúc còn thơ ấu đã bị mất cha. Cậu là một cậu trai tốt, thông minh được mẹ và người cậu liên thủ trợ giúp.

Có trí nhớ tuyệt vời, cậu có thể đọc thuộc lòng rất nhiều câu chuyện và những bài giảng trong các Kinh Phật Giáo. Vì vậy, cậu luôn luôn nhận được nhiều món quà từ nhiều người. (7) Một hôm, trong khi ngồi trên lưng lừa chăn bò ở vùng thượng lưu thung lũng, cậu đến cái hang Milarepa đang thiền định. Nghĩ rằng mình nghe người nào đó đang hát, cậu xuống lừa, để bò ở đó, và tiến gần đến hang. Ngay khi cậu thấy Milarepa, một kinh nghiệm không thể diễn tả được về Định sinh ra trong cậu, và cậu đứng sững trong xuất thần như một hòn đá. (Về sau, cậu trở thành người Con Trong Lòng của Milarepa – có danh hiệu là Rechung Dorje Dragpa).

Tỉnh ngộ từ Nghiệp như thế, một niềm tin không lay chuyển hướng về Milarepa phát sinh trong cậu. Cậu dâng Milarepa tất cả những quà tặng cậu có được từ sự phục vụ của mình. Rồi cậu ở lại học Pháp từ Milarepa, hoàn toàn quên mất mẹ và người cậu. Do đó, cậu không có được lợi tức nào đem về nhà, nên mẹ và cậu của cậu nghĩ, "chuyện gì đã xảy ra? [Nó ở đâu?] Người ta không trả công cho nó nữa sao?" Vì mất lợi tức, họ bắt đầu hỏi những người bảo trợ có trả công cho Rechungpa trễ không? Mọi người đều trả lời rằng họ đã trả cậu hết rồi. Rồi mẹ và cậu của cậu mới rõ ra [cậu phải ở chỗ nào đó] rằng tất cả những món quà ấy ắt đã đem tặng hết cho Milarepa rồi. Bằng mọi cách, họ cố gắng ngăn chận không cho Rechungpa tiếp tục làm như vậy, nhưng vô ích. Cậu thanh niên vẫn ở lại với Milarepa và học Pháp với ông. Không lâu, Kinh Nghiệm và Chứng Ngộ về thiền định đã phát triển bên trong cậu. Nhờ làm chủ được Yoga Khí Nóng, cậu đã có thể chỉ mặc một mảnh vải, và như thế đã đạt được danh hiệu Rechungpa. (8)

Trong khi ấy, mẹ và cậu của Rechungpa trở nên rất tức giận. Họ gửi đến Rechungpa một cái nồi đã đặt lời nguyền rủa trên đó. (9) Kết quả, Rechungpa bị bệnh cùi. (10) Hy vọng được chữa trị, cậu tự nhốt mình [trong am] để thiền định.

Một hôm, có năm hành giả yoga Ấn Độ đến, Rechungpa tặng họ lúa mạch rang do mẹ và cậu của cậu gửi đến. Trong khi những người Ấn Độ ấy đang ăn, họ tuyên bố, "Ôi là một bệnh chết người! Ôi là một bệnh chết người!" Họ biết rằng

Rechungpa bị bệnh cùi. Lúc ấy Rechungpa hỏi họ có cách nào chữa trị được không. Một trong các hành giả yoga ấy nói, "Quả thật anh là một người đáng thương, đáng được cảm thông, và tôi thông cảm anh. Tôi có một Đạo Sư gọi là Wala Tsandra có thể cứu giúp anh. Vì ông ta sẽ không đến Tây Tạng, nên anh phải đến Ấn Độ." Vì thế Rechungpa xin Milarepa cho phép cậu đi. Milarepa đồng ý và hát bài hát sau để làm quà chia tay:

Con nguyện Đạo Sư của con, Người con nợ ân huệ
vô biên,
Con nguyện Người bảo vệ và gia trì cho Rechungpa,
con của con.

Con ơi, con nên khước từ thế gian,
Và làm việc siêng năng cho Pháp.
Cho Đạo Sư, Phật Hộ Trì, (11) và Tam Bảo.
Con nên khẩn nguyện với lòng chân thành và
không chỉ bằng lời nói.
Hãy ghi nhớ trong tâm khi con du hành trên đất Ấn.

Bằng cách ăn thức ăn Kiên Trì trong Định,
Bằng cách mặc y phục Ah Tung, (12)
Bằng cách cưỡi con ngựa Tâm-Khí (13) diệu kỳ,
Như vậy đó, con ơi, nếu con du hành trên đất Ấn.

Con nên luôn luôn giữ sạch tâm không ô nhiễm;
Con nên luôn luôn nhớ tấm gương bạc sáng
Giới Luật Mật Giáo,
Hãy tuân giữ mà không lấy làm khó chịu.
Hãy ghi nhớ trong tâm, con ơi, khi con du hành trên đất Ấn.

Nếu con bị bọn cướp theo dõi và bắt con,
Con nên tự nhắc mình Tám Gió Thế Gian (14)
vô giá trị như thế nào.
Hãy dấu đi các năng lực và công đức của con.
Với tâm khiêm tốn và vui vẻ du hành trên đất Ấn.

Con ơi, với lời khẩn nguyện thành thực và sự gia trì của ta,
Mong con bình phục và hưởng đời trường thọ.

Rồi Milarepa bắt đầu thiền định trở lại trong hang. Rechungpa trám cửa hang lại bằng đất sét, và đi Ấn Độ với các hành giả yoga ấy. [Khi đến] đó, Rechungpa gặp Lạt-ma Wala Tsandra, [bằng lòng cho] cậu các giáo lý đầy đủ của Hung Thần Kim Cang Thủ với Cánh Chim Ưng. (15) Bằng cách tu tập giáo lý ấy trong một thời gian, Rechungpa lành bệnh.

Khi Rechungpa trở về Tây Tạng, đến Thung Lũng Hạnh Phúc, anh hỏi một người địa phương của thung lũng đó về hành tung của Milarepa, người ấy nói, "Thời gian trước đây, tôi nghe có một hành giả yoga gọi là Mila, nhưng gần đây tôi không nghe nói gì về ông ta cả." Nghe vậy, Rechungpa trở nên rất bất an. Rechungpa nghĩ, "Đạo Sư của mình chết rồi sao?" và tiến tới Hang Lụa trong lòng rất lo lắng. Rechungpa thấy cái tường đất sét mình đã làm để lấp lối vào hang vẫn còn đó. Suy nghĩ, "Mình ngờ rằng Jetsun chết ở bên trong," Rechungpa phá tường đi vào. Thấy Milarepa ngồi thẳng đứng trong thiền định, Rechungpa cảm thấy cực kỳ sung sướng và nhẹ nhõm. Rechungpa hỏi Milarepa về sức khỏe và sự an lạc của ông. Để trả lời Milarepa [từ trong thiền định đứng lên] hát:

Con cúi đầu đảnh lễ dưới chân Marpa, Bậc Ân Từ.

Bởi vì ta đã lìa bỏ thân nhân, ta an lạc;
Bởi vì ta đã dứt bỏ vướng mắc với quê hương, ta an lạc;
Vì ta không quan tâm chỗ này, ta an lạc;
Vì ta không mặc y phục tu sĩ cao sang, ta an lạc.
Bởi vì ta không bám vào nhà cửa và gia đình, ta an lạc;
Ta không cần cái này hay cái kia, ta an lạc.
Bởi vì ta sở hữu sự giàu sang vĩ đại của Pháp,
ta an lạc;
Bởi vì ta không lo âu về của cải, ta an lạc;
Bởi vì ta không sợ mất bất cứ thứ gì, ta an lạc;

Vì ta không bao giờ kiệt lực vì sợ hãi, ta an lạc;
Đã chứng ngộ hoàn toàn Tự Tánh của Tâm, ta an lạc;
Vì ta không cưỡng ép mình làm vui lòng các người bảo trợ, ta an lạc;
Không mệt mỏi hay nhàm chán, ta an lạc;
Vì tất cả những gì ta làm đều hợp với Pháp, ta an lạc;
Không bao giờ ham muốn di chuyển, ta an lạc;
Khi nghĩ đến cái chết không đem lại sợ hãi cho ta, ta an lạc;
Bè đảng, trộm, cướp không bao giờ quấy rầy ta, nên trong tất cả mọi thời, ta an lạc!
Đã thắng được nhân duyên tốt nhất cho tu tập Pháp, ta an lạc;
Không còn làm những hành vi ác và từ bỏ phạm tội, ta an lạc;
Đi trên Con Đường Công Đức, ta an lạc;
Lìa xa ghét và gây tổn thương, ta an lạc;
Đã mất hết kiêu hãnh và ganh tị, ta an lạc;
Hiểu rõ cái sai của Tám Gió Thế Gian, ta an lạc;
Nhập vào tịch tĩnh và tâm bình thường, ta an lạc;
Dùng tâm nhìn tâm, ta an lạc;
Không hy vọng hay sợ hãi, ta luôn an lạc.
Trong tinh cầu Quang Minh không bám víu, ta an lạc.
Chính Trí Pháp Giới Vô Phân Biệt là an lạc;
Quân bình trong cõi Nội Tại tự nhiên, ta an lạc;
Để cho Sáu Nhóm Thức đi qua
Trở về tánh bản nguyên, ta an lạc.
Năm cửa thức sáng ngời tất cả khiến ta an lạc;
Dừng tâm đến và đi là an lạc;
Ôi, ta có rất nhiều an lạc và vui!
Đây là bài hát vui tươi ta hát,
Đây là bài hát biết ơn Đạo Sư của ta và Tam Bảo –
Ta không muốn hạnh phúc nào khác.

Nhờ ân huệ của chư Phật và chư Đạo Sư,
Thức ăn và áo mặc đều do các người bảo trợ

của ta chu cấp.
Không có hành vi xấu và tội lỗi nào, ta sẽ vui khi ta chết.
Với tất cả hành vi tốt và đức hạnh, ta an lạc trong khi ta còn sống.
Thưởng thức Yoga, ta quả thật sung sướng nhất.
Nhưng con thế nào Rechungpa?
Ước muốn của con có hoàn thành chăng?

Rechungpa nói với Milarepa, "Con đã khỏe lại rồi. Con đã đạt được những gì con muốn. Từ giờ trở đi, con thích ở lại trong cô tịch và ở bên thầy. Xin thầy vui lòng ban thêm cho con những lời chỉ dạy bên trong." Lúc ấy Milarepa truyền thêm những lời chỉ dạy cho Rechungpa, và ở lại với Rechungpa trong Hang Lụa. Qua tiếp tục tu tập thiền định, Rechungpa đạt được những Kinh Nghiệm và Chứng Ngộ hoàn hảo.

Đây là câu chuyện Milarepa gặp người Con-trong-Lòng Rechungpa ở Hang Zhaoo.

Chú Thích Chuyện 10

(1) A-lại-da (Ph.: Ālaya) có nghĩa là kho chứa hay chỗ dự trữ. Chức năng chính của thức này là dự trữ những "hạt giống" ấn tượng của tâm. Không có nó, ký ức và học thức trở thành bất khả đắc. Thức A-lại-da cũng được gọi là thức nguyên sơ, hay "Thức mang quả." Trong một vài khía cạnh, nó giống như "Tiềm thức Cộng thông" của Jung.

(2) Những viên Ngọc Siêu Thế gian: từ biểu tượng chỉ những công đức và phẩm hạnh siêu việt của Phật.

(3) Không-rỉ-lậu (T.T.: Zag.Med.) có nghĩa là không ham muốn. Từ thường dùng chỉ cảnh giới siêu việt.

(4) Nhất Thời Cực Lạc: Có thể dịch cách khác là "Hiện tướng hay Trở thành Cực Lạc." Khi một người đạt đến tầng mức cao hơn của thức, ngay cả những tiếp xúc với những hiện tướng bên ngoài cũng trở thành cực lạc.

(5) Xem Chuyện 7, các Chú thích 7 và 12.

(6) Oujen (T.T.: Ao.rGyan.): tên của Tịnh địa của ngài Liên Hoa Sanh (Padma Sambhava).

(7) Người Tây Tạng rất rộng rãi trong việc tặng quà các Lạt-ma và những người kể chuyện trong việc họ phục vụ tụng Kinh Phật và kể chuyện truyền kỳ Phật Giáo.

(8) Rechungpa: đệ tử lớn và gần gũi nhất của Milarepa, phục vụ và sống với Milarepa hầu hết cuộc đời ông. Vì ông là đệ tử trẻ nhất, nên ông được gọi là Rechungpa, nghĩa là tiểu Repa.

(9) Một cái nồi bị thần chú ác độc nguyền rủa.

(10) Nghĩa đen: chứng bệnh của Chúa Đất hay chứng bệnh của Rồng. Người Tây Tạng tin rằng bệnh cùi là chứng bệnh do những con rồng biến tính, ác ôn gây ra.

(11) Phật Hộ Trì (T.T.: Yidam). Xem Chuyện 7, Chú thích 29.

(12) Ah Tung (T.T.: A.Thun.): chủng tự âm tiết nhỏ "A" được hình dung ở trung khu rốn trong phép tu tập Yoga Nhiệt. Xem "The Six Yogas of Naropa" trong "Tibetan Yoga and Secret Doctrines" của Evans-Wenz, và "Teachings of Tibetan Yoga" của dịch giả. [Cũng xem *Du Già Tây Tạng, Giáo Lý và Tu Tập*, ND].

(13) Khí-Tâm: Xem Chuyện 3, Chú thích 2.

(14) Tám Gió Thế Gian, hay Tám Ham Muốn Thế Gian. Xem Chuyện 1, Chú thích 13.

(15) Hung Thần Kim Cang Thủ với Cánh Chim Ưng (T.T.: Phyag. rDor.gTum.Po.Khyun.gCog.Can.).

11. LỜI KHUYẾN GIÁO VỀ "CƠ DUYÊN HIẾM CÓ CỦA TU TẬP PHÁP"

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Từ Zhaoo Jetsun Milarepa đến Động Ánh Sáng ở Runpu và ở lại đó một thời gian. Một hôm, một vài thanh niên từ quê ông đến viếng. Họ nói, "Trong quá khứ, ngài đã tiêu diệt tất cả kẻ thù của ngài để trả thù, và bây giờ ngài đang tu tập Pháp theo cách phi thường như thế. Đây quả thực kỳ diệu phi thường! Khi ở gần ngài, chúng tôi cảm thấy rằng chúng tôi chỉ thích hiến mình cho tôn giáo; nhưng khi về nhà, chúng tôi lại bị việc thế gian chiếm hữu. Làm sao có thể sửa được điều này?" Milarepa đáp, "Nếu một người quyết tâm giải thoát mình khỏi những đau khổ của luân hồi, như sinh, già, bệnh, chết, và vân vân, y sẽ có được sự an tâm trong tất cả mọi lúc và sẽ không cần nỗ lực gì cả. Mặt khác, y nên nhớ trong tâm rằng sự đau khổ trong đời vị lai có thể nhiều chịu đựng và trường kỳ hơn trong đời này; và cái gánh cũng có thể nặng hơn nhiều. Do đó, tiến hành chuẩn bị cho đời sau là có tầm quan trọng lớn lao.

Xin hãy nghe, tôi sẽ hát cho các anh một bài:

Chúng ta những chúng sinh di động trên thế gian
Trôi nổi theo dòng Bốn Khổ. (1)
So ra, khó biết bao nhiêu
Là những đời vị lai trong Sinh Tử không ngừng.
Vậy, sao không chuẩn bị một con thuyền để "vượt qua"?

Tình cảnh của những đời vị lai đáng sợ hơn nhiều

Và đáng được quan tâm hơn
Là những quỉ, ma, và Dạ-ma (Yama) đáng kinh sợ.
Vậy sao không chuẩn bị cho mình một kẻ dẫn đường?

Ngay cả các phiền não đáng sợ – thèm khát, oán ghét, và mù quáng –
Cũng không đáng sợ như tình cảnh vị lai [không biết] của chúng ta.
Vậy sao không chuẩn bị cho mình phương thuốc giải độc?

To lớn là vương quốc của Ba Cõi luân hồi,
Nhưng to lớn hơn là con đường vô tận của sinh và tử,
Vậy sao không chuẩn bị cho mình lương thực?
Tốt hơn là hãy tu tập Pháp
Nếu các anh không có gì chắc chắn nơi mình.

Các thanh niên ấy nói, "Lời khuyên của ngài rất hữu ích. Chúng tôi sẽ đến và tu tập Pháp với ngài. Tuy nhiên, không có nghĩa gì khi tự trừng phạt mình bằng cách thực hành một lối sống cực kỳ khổ hạnh, chúng tôi xin ngài, vì bảo vệ tài nguyên của những người bảo trợ và đệ tử của ngài, giữ cho ngài một phần nhỏ những vật dụng tùy thân làm dấu hiệu. Chúng tôi cũng không hiểu hoàn toàn những gì ngài vừa nói trong bài hát của ngài. Xin ngài vui lòng nói rõ hơn."

Để đáp, Milarepa hát:

Nương tựa vào một Đạo Sư đủ tư cách là kẻ dẫn đường
Sinh Tử và Niết Bàn;
Không dè xẻn của từ thiện cung cấp cho cuộc hành trình;
Khi trăng lên chiếu sáng trong bóng tối,
Những kinh nghiệm thực trong thiền định [làm tâm giác ngộ].
Đây là bạn đồng hành
Người ta nên tìm làm dẫn đạo.

Đem cho sự giàu sang tích lũy vì nhân duyên của Pháp

Hãy tự chuẩn bị một con thuyền cho dòng Sinh Tử.
Giữ cái Thấy không có cuồng tín môn phái,
Người ta có thể thiền định không phân tán.
Nếu hành động hợp với lời Phật dạy
Giới luật rõ ràng, Đạo Sư vừa ý.
Phần thưởng là chết không hối tiếc.

Thân nhân, người bảo trợ, và đệ tử
Không nghĩa gì đối với tôi, Hành giả Yoga.
Chỉ người thế gian cần họ.

Danh tiếng, cao sang, và vinh dự
Không nghĩa gì đối với tôi, Hành giả Yoga.
Những kẻ đeo đuổi Tám Dục cần chúng.

Sở hữu, hàng hóa, và đời sống xã hội
Không nghĩa gì đối với tôi, Hành giả Yoga.
Những kẻ theo đuổi danh vọng cần chúng.

Ngăn nắp, giặt rửa, và vệ sinh,
Không nghĩa gì đối với tôi, Hành giả Yoga.
Tôi không bao giờ muốn chúng.
Đó là những thứ những thanh niên như các anh cần.
Mười hai cái đó không dính dáng đến tôi.

[Tôi biết rõ] rằng không phải mọi người
Có thể tu tập tất cả những điều ấy;
Nhưng các anh những thanh niên tụ hội nơi đây,
Hãy nhớ cuộc "nói chuyện khoe khoang" của ông già này!
Nếu các anh muốn sự gia trì trong đời
Thì hãy tu tập Pháp,
Hãy khước từ phân tán, và ở lại trong cô tịch.
Hãy kiên trì bám lấy cái am.
Ước mong thành Phật và kiên cường sẽ phát triển.
Rồi các anh sẽ chiến thắng Bốn Con Quỉ ấy.

Trong đám người trẻ ấy có một thanh niên tài năng, thông minh nhất, chịu khó làm việc, và có lòng bi mẫn. Anh ta nói với Milarepa, "Bạch Đạo Sư, chỉ vì chúng con bị ràng buộc vào chuyện đời này nên chúng con đã chểnh mảng trong việc quan tâm đến định mệnh của mình trong đời vị lai. Xin vui lòng chấp nhận cho chúng con làm người phục vụ thầy. Chúng con sẽ khước từ đời này và hiến mình vào việc chuẩn bị cho các đời vị lai. Xin thầy từ bi ban thêm cho chúng con lời giáo huấn."

Milarepa đáp, "Thân người, tự do và thích nghi, là quí như ngọc, vả lại cơ duyên tu tập Pháp là rất hiếm có. Lại như, tìm được một Phật tử nghiêm túc trong một trăm người là khó! Xét về những khó khăn trong sự gặp gỡ các Đạo Sư chân chánh, và những điều kiện thích hợp cần thiết để tu tập Phật Giáo, các anh nên nghĩ mình rất may mắn là bây giờ các anh hội đủ tất cả mọi yêu cầu. Do đó, chớ [bỏ mất cơ hội], mà hãy tu tập Pháp.

Rồi Milarepa hát:

Tránh khỏi Tám Điều Không Tự Do (2) là khó;
Cũng như được thân người, tự do và thích hợp.

Nhận ra các ưu sầu của Sinh Tử
Và tìm Niết Bàn là khó.

Trong một trăm người tìm Bồ-đề, khó tìm được
Một người có thể đạt được các duyên thanh tịnh và thích nghi!

Khước từ khoái lạc của đời này là khó,
Vì là tận dụng thân người như ngọc.

Mong manh là cơ hội gặp được một Đạo Sư từ ái
Biết những Chỉ Dạy phương tiện (3) và truyền thống bên trong.

Một đệ tử chân thật và trung thành
Với căn cơ tu tập Pháp, là hiếm có nhất.

Tìm được một ngôi chùa không có sợ hãi
Và náo loạn là khó nhất.
Tìm được một bạn đồng hành thích đáng, mà Thấy
Tu, và Môn phái hợp với mình, là hiếm có.

Có được một thân không đau và bệnh,
Có thể chịu được tu tập khó khăn, là khó!

Ngay cả khi có đầy đủ tất cả những điều kiện này,
Cũng vẫn khó tập trung thiền định!

Đây là chín điều kiện khó;
Dù khó thế nào và đúng như chúng có thể,
Với quyết tâm tu tập, người ta có thể
khắc phục được tất cả.

Khi nghe lời khuyến cáo này, người thanh niên chỉ còn cách là phát triển niềm tin rất mãnh liệt nơi Jetsun. Anh ta tự hiến mình phục vụ Milarepa, ông đã điểm đạo và truyền pháp cho anh ta. Sau này, anh ta trở thành một hành giả yoga thành tựu giỏi và đạt Giải Thoát. Anh ta được biết là đệ tử thân cận của Milarepa, tên là Tsapu Repa.

Đây là câu chuyện về Tsapu Repa gặp Milarepa trong Hang Đại Quang.

Chú Thích Chuyện 11

(1) Bốn khổ: sinh, già, bệnh, và chết.

(2) Tám Điều Không Tự Do (T.T.: Mi.Khom.brGyad): là tám điều kiện trong đó khó thọ nhận và tu tập Pháp. Đó là: ở địa ngục, là ngạ quỉ hay súc sinh; ở trong Uttarakuru ("Bắc Cư lư châu", theo truyền thuyết, nơi mà tất cả đều thích thú); ở cõi trời (nơi kiếp sống trường thọ và dễ dàng); là kẻ điếc, mù, câm; là triết gia thế tục; và trong thời kỳ trung gian giữa một vị Phật và người thừa kế ngài.

(3) Một Đạo Sư đầy đủ tư cách phải có khả năng không những chỉ ban cho các lời dạy truyền thống về Pháp mà còn ban cho những giáo lý hay phương tiện thích hợp cho từng cá nhân đệ tử. Nhưng theo nghĩa đen, câu này nên dịch như vầy: "Biết những chỉ dạy cốt yếu của Kinh và Luận" (T.T.: Lun. [và] Rig.Pa.).

12. CUỘC TÌM TÂM CỦA CẬU CHĂN CỪU

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Một hôm, Milarepa từ Hang Đại Quang xuống Làng An Lạc Mang Yul để xin thức ăn và của bố thí. Thấy nhiều người ở trung tâm ngôi làng, ông nói với họ, "Các người bảo trợ thân mến, xin vui lòng cho tôi một ít thức ăn sáng nay." Họ hỏi, "Ông có phải là hành giả yoga được nhiều người nói đến mà trước kia đã ở Ragma?" Ông đáp, "Phải, tôi đó." Lúc ấy trong lòng họ nẩy sinh một sự kính trọng to lớn đối với ông, và họ kêu lên, "Ô, hãy đến đây hỡi hành giả yoga kỳ diệu!"

Trong đám người ấy, có một cặp vợ chồng không con. Họ mời ông về nhà, phục vụ ông và nói, "Thưa Lạt-ma, nhà và thân nhân của ông ở đâu?" Milarepa đáp, "Tôi là một khất sĩ nghèo đã từ bỏ thân nhân và xứ sở, và cũng đã bị họ làm ngơ." Lúc ấy cặp vợ chồng kêu lên, "Trong trường hợp đó, chúng tôi sẽ nhận nuôi ông vào gia đình chúng tôi! Chúng tôi có một giải đất tốt, chúng tôi có thể cho ông; rồi ông có thể cưới một người đàn bà hấp dẫn, rồi ông sẽ sớm có thân nhân." Milarepa đáp, "Tôi không có nhu cầu nào về những cái đó, và sẽ nói với ông bà tại sao":

Nhà và đất thoạt nhìn dường như thích thú;
Nhưng chúng như cái giũa bào mòn thân, khẩu, ý của người ta!
Cày cuốc trở thành mệt nhọc làm sao!
Và khi hạt giống gieo không bao giờ nảy mầm,
làm mà chẳng được gì!
Cuối cùng trở thành đất khốn khổ – hoang tàn và

không bảo vệ –
Một chỗ của Quỉ Đói, và ma lai vãng!
Khi tôi nghĩ đến nhà kho
Để chất chứa những hành vi tội lỗi,
Nó gặm nhấm trái tim tôi;
Tôi không ở trong một nhà tù của vô thường như vậy,
Tôi không muốn nhập vào gia đình anh chị chút nào!

Cặp vợ chồng nói, "Xin đừng nói như vậy! Chúng tôi sẽ tìm cho ông một cô gái tốt thuộc gia đình khá giả, thích hợp làm cô dâu của ông và sẽ hợp với ý vị của ông. Xin vui lòng xét cho." Milarepa hát:

Lúc đầu, nương tử giống như một tiên nữ trên trời;
Càng nhìn nàng anh càng thích ngắm.
Đến trung niên, nàng trở thành con quỉ với cặp mắt
thây ma;
Anh nói một tiếng nàng hét lại hai.
Nàng kéo tóc anh và đánh vào đầu gối của anh,
Anh đánh nàng bằng roi, nàng ném lại anh bằng cái vá.
Cuối đời, nàng trở thành con bò cái già không răng.
Đôi mắt giận dữ của nàng cháy lửa yêu ma
Xoi sâu vào trái tim anh!
Tôi tránh xa đàn bà để tránh đánh nhau và cãi vả.
Cô dâu trẻ anh chị nói đó, tôi không hứng thú tí nào.

Lúc ấy người chồng nói, "Lạt-ma thân mến, đúng là khi một người trở nên già và gần cái chết, y không còn khả năng thưởng thức cuộc đời hoặc thích thú như lúc còn trẻ. Nhưng nếu tôi không có con trai, sự buồn rầu và thất vọng của tôi sẽ trở thành không thể chịu đựng được. Còn ông thế nào? Ông không cần một người con trai chút nào sao?" Đáp lại, Milarepa hát:

Lúc thanh niên, con trai giống như Hoàng tử trên Trời;
Anh yêu con rất nhiều nên phiền não khó mà chịu được.
Đến trung niên, y trở thành một chủ nợ bất nhân

Anh cho y tất cả, nhưng y còn muốn được nhiều hơn.
Xua cha mẹ của y ra khỏi nhà,
Và mời nương tử mỹ lệ, yêu dấu của y vào cửa.
Cha kêu, nhưng y không đáp;
Mẹ gọi, nhưng y chẳng nghe.
Rồi hàng xóm lợi dụng thời cơ lan truyền tin đồn, dối láo.
Tôi đã biết rằng con thường trở thành kẻ địch.
Ghi nhớ điều này trong tâm, tôi khước từ sợi xích luân hồi.
Về con trai và cháu trai, tôi không hứng thú chút nào.

Hai vợ chồng đều đồng ý với ông, trả lời rằng, "Những gì thầy vừa nói quả đúng như vậy. Đôi khi con trai thành kẻ địch. Có lẽ có con gái sẽ khá hơn. Thầy nghĩ thế nào?" Milarepa hát:

Lúc thanh xuân, con gái giống như thiên nữ mỉm cười;
Cô ta hấp dẫn và quí hơn ngà ngọc.
Đến trung niên, cô ta vô tích sự.
Trước mặt cha, cô ta lấy các vật mang đi;
Sau lưng mẹ, cô ta bí mật ăn cắp những đồ lặt vặt.
Nếu cha mẹ không ca tụng và thỏa mãn những gì
cô ta muốn,
Họ sẽ khổ vì sự cay đắng và giận dỗi của cô.
Cuối cùng, cô ta đỏ mặt và vung kiếm.
Hết sức tốt, cô ta có thể phục vụ và hiến mình cho kẻ khác;
Hết sức xấu, cô ta có thể đem lại bất hạnh và tai họa.
Đàn bà luôn luôn là kẻ tạo phiền hà.
Ghi nhớ điều này trong tâm, nên tránh những
bất hạnh không thể vãn hồi.
Vì đàn bà, nguồn gốc của đau khổ, tôi không
hứng thú tí nào.

Lúc ấy hai vợ chồng nói rằng, "Người ta có thể không cần con trai con gái, nhưng không có thân nhân, cuộc đời sẽ quá khốn khổ và không nơi nương tựa. Không phải vậy sao?"

Milarepa lại hát:

Lúc đầu, khi một người chào mừng thân nhân của mình,
Y hạnh phúc và hân hoan; với cả nhiệt tình
Y phục vụ, làm trò vui, và nói chuyện.
Rồi sau đó, họ chia phần thịt và rượu của y.
Y cống hiến họ vật gì một lần, họ có thể hồi đáp.
Cuối cùng, họ sinh giận dữ, ham muốn, và cay đắng;
Họ là nguồn hối tiếc và bất hạnh.
Nhớ vậy trong lòng, tôi khước từ bạn bè thích thú
và xã giao;
Về thân nhân và hàng xóm, tôi không hứng thú tí nào.

Rồi cặp vợ chồng ấy nói: "Quả thật, thầy có thể không cần thân nhân. Tuy nhiên, vì chúng tôi có một số của cải khá nhiều, thầy có thích và chăm sóc chúng không?" Milarepa đáp, "Như mặt trời và mặt trăng không bao giờ ngừng chiếu sáng một chỗ nhỏ bé, cũng vậy tôi hiến mình cho phúc lợi của tất cả chúng sinh. Do đó, tôi không thể trở thành người trong gia đình của các người được. Chỉ qua sự gặp tôi, cả hai người sẽ được lợi ích trong các đời vị lai. Tôi cũng sẽ lập một ước nguyện rằng chúng ta có thể gặp nhau ở cõi Tịnh địa Oujen."

Rồi Milarepa bật lên hát:

Giàu sang, ban đầu, đưa đến tự vui thích,
Khiến người khác ganh tị.
Tuy nhiên, càng có nhiều, người ta không bao giờ thấy đủ,
Cho đến khi y bị quỉ khốn cùng trói buộc;
Lúc ấy khó đem tiêu dùng cho các hành vi đạo đức.

Giàu sang kêu gọi kẻ thù và khuấy động yêu ma.
Một người làm việc cực nhọc để gom của cải
của những người khác tiêu xài;
Cuối cùng, người ta đấu tranh sống chết.
Chất đống của cải và tiền bạc là mời kẻ thù đến;
Vì vậy, tôi khước từ những mê hoặc Sinh Tử.
Trở thành nạn nhân của ác quỉ gạt lừa,
Tôi không hứng thú tí nào.

Những bài hát này đã cho cặp vợ chồng ấy một niềm tin không lay chuyển nơi Milarepa và họ đã cho đi tất cả những sở hữu của họ vì Pháp. Họ bắt đầu tu tập theo những lời dạy của Jetsun và vĩnh viễn được giải thoát không rơi vào ba Cõi hạ đẳng. Khi họ chết, họ nhập Đạo [Bồ-đề] và từng bước tiến gần Phật quả.

Sau đó, Jetsun trở lại Động Bồ-đề ở Ragma. Những người bảo trợ trước kia của ông phục vụ và cúng dường ông, và ông ở lại đó trong tâm thái hứng khởi.

Một hôm, hai thanh niên chăn cừu đến với ông. Người trẻ hơn hỏi, "Thưa Lạt-ma, thầy có bạn không?"

Milarepa đáp, "Có, tôi có."

"Ai vậy?"

"Tên của anh ta là "Bạn Bồ-đề Tâm."

"Bây giờ ông ta ở đâu?"

"Trong Nhà Hàm Tàng Thức." (1)

"Thầy muốn nói gì thế?"

"Chính thân của tôi."

Lúc ấy cậu lớn tuổi hơn nói, "Lạt-ma, chúng tôi tốt hơn nên đi, vì ông không thể hướng dẫn chúng tôi." Nhưng cậu trẻ hơn nói, "Có phải thầy muốn nói Thức này chính là tâm, và thân này là nhà của tâm không?"

"Phải, đúng vậy."

Cậu tiếp tục, "Chúng ta biết rằng mặc dù một cái nhà thường chỉ thuộc về một người, nhiều người có thể vào, vì vậy chúng ta luôn luôn thấy một số người sống trong một ngôi nhà. Cũng giống như vậy, là chỉ có một tâm trong thân, hay là có nhiều? Nếu có nhiều, làm thế nào họ có thể cùng sống với nhau?"

"À, hoặc chỉ có một hay nhiều tâm trong thân, tốt hơn là anh nên tự tìm lấy cho chính mình."

"Tôn giả, tôi sẽ cố gắng vậy."

Đến đây, hai cậu thanh niên từ giã về nhà. Sáng hôm sau cậu trẻ hơn trở lại nói với Milarepa, "Thưa Lạt-ma, tối hôm qua tôi đã cố gắng tìm tâm là cái gì và nó làm việc như thế nào. Tôi

quan sát nó một cách cẩn thận và thấy rằng tôi chỉ có một cái tâm. Dù cho có muốn, người ta cũng không thể giết được tâm này. Tuy nhiên, dù muốn đuổi nó đi đến đâu, nó cũng không đi. Nếu người ta cố nắm bắt nó, cũng không thể nắm bắt nó được; cũng không thể giữ nó lại bằng cách đè nó xuống. Nếu ông muốn nó ở lại, nó cũng không ở; nếu ông buông ra, nó cũng không đi. Ông cố gom nó lại, ông không thể nhặt được nó. Ông cố gắng thấy nó, ông không thể thấy được. Ông cố gắng hiểu nó, ông không thể hiểu được. Nếu ông nghĩ nó là một thực thể hiện hữu và ném nó đi, nó sẽ không rời ông. Nếu ông nghĩ rằng nó không hiện hữu, ông cảm thấy nó chạy tới. Nó là một cái gì chiếu sáng, ý thức, thức tỉnh rộng rãi, song không thể hiểu được. Tóm lại, khó nói nó thực sự là cái gì. Xin từ bi giải thích nghĩa của tâm ấy."

Đáp lại, Milarepa hát:

Hãy lắng nghe, cậu chăn cừu thân mến, người bảo vệ [cừu]!
Chỉ nghe nói về vị của đường,
Không thể kinh nghiệm cái ngọt;
Dù tâm người có thể hiểu
Thế nào là ngọt,
Nó không thể kinh nghiệm trực tiếp;
Chỉ có lưỡi có thể biết nó.

Cũng giống vậy, một người không thể thấy đầy đủ
bản tánh của tâm,
Dù y có thể thoáng thấy nó
Nếu người khác có thể chỉ ra. (2)
Nếu ai không chỉ dựa vào cái thoáng thấy duy nhất này,
Mà tiếp tục truy tìm bản tánh của tâm
Cuối cùng y sẽ thấy nó trọn vẹn.
Cậu chăn cừu thân mến, theo cách này hãy quan sát tâm anh.

Lúc ấy cậu thanh niên nói, "Trong trường hợp ấy, xin hãy cho con pháp "Chỉ Dạy Chỉ Ra" (3) và chiều nay con sẽ nhìn vào đó. Con sẽ trở lại vào sáng mai và cho thầy biết kết quả." Milarepa đáp, "Hay lắm. Khi cậu về nhà, hãy cố gắng tìm ra tâm có màu gì. Nó trắng, đỏ hay là gì? Nó có hình dáng như thế nào? Bầu dục, tròn, hay là gì? Cũng như hãy cố gắng tìm xem nó ở chỗ nào trong thân cậu."

Sáng hôm sau, khi mặt trời lên, cậu thanh niên chăn cừu lùa bầy cừu đi trước, và đến với Milarepa, ông hỏi, "Tối hôm qua cậu có cố gắng tìm thấy tâm giống như cái gì không?" Cậu ta đáp, "Vâng, con đã cố gắng."

"Nó giống cái gì nào?"

"À, nó trong suốt, linh mẫn, chuyển động, không thể tiên đoán được, và không thể nắm bắt được. Nó không có màu sắc hay hình dạng gì cả. Khi nó hợp tác với mắt, nó thấy; khi với tai, nó nghe; khi với mũi, nó ngửi; khi với lưỡi, nó nếm và nói; khi với chân, nó đi. Khi thân cử động, tâm cũng khuấy động. Thông thường, tâm hướng dẫn thân; khi thân ở trong tình trạng tốt, tâm có thể điều khiển nó theo ý muốn, nhưng khi thân trở nên già, suy thoái, hay bị tước đoạt, tâm sẽ bỏ nó lại phía sau không suy nghĩ như người ta ném đi hòn đá sau khi đã làm sạch mình. Tâm rất hiện thực và thích nghi. Mặt khác, thân không ở yên hay phục tùng, mà thường gây phiền phức cho tâm. Nó gây ra đau khổ và đau đớn cho đến khi tâm mất đi sự tự kiểm soát. Ban đêm, trong trạng thái ngủ, tâm đi vắng; nó quả thật rất bận rộn và làm việc cực nhọc. Đối với con, rõ ràng là tất cả đau khổ đều do nó [tâm] gây ra.

Milarepa hát:

Hãy lắng nghe, người chăn cừu trẻ.
Thân ở giữa trạng thái ý thức và không ý thức,
Trong khi tâm là yếu tố chủ yếu và quyết định!
Kẻ nào cảm thấy đau khổ trong các Giới thấp hơn,
Là tù nhân của Sinh Tử,
Song chính tâm có thể giải thoát con khỏi Sinh Tử.
Hẳn là con muốn đến bờ bên kia?

Hẳn là con mong Thành Phố An Lạc và Giải Thoát?
Nếu con muốn đi, con ơi, ta có thể chỉ
Con đường và cho con những lời chỉ dạy.

Cậu thanh niên chăn cừu đáp, "Chắc hẳn vậy, thưa Lạt-ma, con đã quyết tâm tìm nó." Lúc ấy, Milarepa hỏi, "Tên con là gì?"

"Sangje Jhap."

"Con bao nhiêu tuổi?"

"Mười sáu."

Vì thế, Jetsun cho cậu ta lời dạy về "Qui Y," (4) giải thích vắn tắt về lợi ích và ý nghĩa của nó. Rồi ông bảo, "Chiều nay, khi con về nhà, đừng ngừng tụng Lời Nguyện; và trong lúc ấy hãy cố gắng tìm ra cái nào, tâm hay thân, qui y. Hãy cho ta biết kết quả vào ngày mai."

Sáng hôm sau người thiếu niên chăn cừu đến nói với Milarepa, "Thưa Lạt-ma, tối hôm qua con đã cố gắng tìm ra cái nào, thân hay tâm, qui y. Con thấy rằng chẳng cái nào hết. [Con quan sát thân trước]. Mỗi phần, từ đầu đến ngón chân, đều có tên. Con tự hỏi, 'Có phải thân là toàn thể qui y?' Không thể như vậy, vì khi tâm rời bỏ thân, thì thân không còn hiện hữu nữa. Người ta gọi đó là 'xác chết,' và chắc chắn không thể nào gọi nó là 'cái-tìm-nơi-qui-y.' Hơn nữa, khi tan rã, nó không còn là xác chết nữa; do đó, không thể nào thân qui y Phật được. Rồi con tự hỏi, 'Có phải tâm qui y chăng?' Nhưng 'cái-tìm-nơi-qui-y' không thể nào là tâm, vì tâm chỉ là tâm và không là cái gì khác. Nếu có ai nói rằng tâm hiện tại là tâm [thực], và tâm kế tiếp là tâm qui y, vậy sẽ có hai cái tâm; và hai cái tên cho cả hai, như vậy ắt có "tâm hiện tại" và 'tâm vị lai' cho chúng. Vả lại, khi hành động 'tìm chỗ qui y' xảy ra, cả hai cái tâm hiện tại và kế tiếp đã đi qua! Nếu có ai nói cả hai cùng qui y, thì tâm sẽ [trở thành cái gì đó bất động] chẳng bao giờ [phát triển] hay ngừng hiện hữu. Nếu là như vậy, thì trong tất cả mọi đời sống quá khứ và vị lai trong sáu nẻo luân hồi, chúng ta không cần gì khác hơn là 'Cái Tìm Nơi Qui Y' này. Nhưng con không thể nhớ được điều gì trong đời quá khứ; con cũng không biết cái gì sẽ xảy ra

trong đời vị lai. Tâm năm ngoái và hôm qua đã đi rồi; tâm ngày mai chưa đến; tâm hiện tại không ở lại. Xin thầy vui lòng giải thích cho con! Con dâng hết mọi thứ lên thầy, thầy biết mọi thứ, thầy biết con cần gì!"

Để đáp yêu cầu của cậu ta, Milarepa hát:

Con chân thành khẩn nguyện với Đạo Sư của con
Người đã giác ngộ Chân Lý Vô Ngã,
Con khẩn nguyện với thân, khẩu, ý;
Với chí thành và đại tín tâm.
Xin gia trì con và đệ tử của con,
Khiến chúng con có thể giác ngộ Chân Lý Vô Ngã!
Xin thương xót và đưa chúng con thoát cảnh ngã chấp!

Hãy nghe kỹ, cậu chăn cừu thân mến.
Chấp lấy ý niệm ngã là đặc tính của ý thức này.
Nếu một người nhìn vào chính ý thức này,
Y thấy không có ngã, vì nó không có gì để thấy!

Nếu một người có thể tu tập pháp môn Đại Thủ Ấn
Và biết làm sao thấy không có gì, thì sẽ thấy một cái gì.

Tu tập lời dạy của Đại Thủ Ấn
Cần đại tín tâm, khiêm tốn, nhiệt thành làm Nền Tảng. (5)
Nên hiểu chân lý của Nghiệp và Nhân Duyên là
Con Đường. (6)
Để đạt Thành Tựu, (7)
Nên nương tựa vào Đạo Sư
Để được Khai Thị, Chỉ Dạy, và Nội Giáo.

Nó đòi hỏi người đệ tử có công đức (8) để thọ nhận giáo lý;
Nó đòi hỏi một người bất chấp khó khăn và đau khổ;
Nó đòi hỏi can đảm không sợ hãi và coi thường cái chết!
Cậu chăn cừu thân mến, cậu có thể làm được
những điều ấy không?
Nếu làm được, cậu là người có định mệnh tốt;

Nếu không, tốt hơn là đừng nói đến chuyện này.
Vậy, hãy tự hỏi điều này và suy tư cẩn thận.
Khi cậu tìm "tôi" [đêm qua], cậu không tìm được.
Đây là phép tu Vô Ngã của Con Người.
Nếu cậu muốn tu Vô Ngã của Tồn Sinh, (9)
Hãy theo gương tôi và mười hai năm thiền định.
Rồi cậu sẽ hiểu bản tánh của Tâm.
Hãy nghĩ kỹ điều này, cậu bé!

Cậu chăn cừu nói, "Con dâng thầy cả thân và đầu con. Xin làm cho con hiểu tâm con một cách rõ ràng và chính xác." Jetsun nghĩ, "Ta sẽ xem thằng bé này có thực sự tu tập hay không," và nói, "Trước hết, hãy khẩn nguyện với Tam Bảo, rồi hình dung ra hình ảnh của Phật ở trước mũi con." Như vậy Milarepa đã chỉ dạy cậu chăn cừu cách tập trung và bảo cậu ta đi.

Trong bảy ngày, chẳng có dấu hiệu gì của cậu. Vào ngày thứ bảy, cha của cậu đến và nói với Milarepa, "Thưa Lạt-ma, con trai tôi đã không về nhà suốt cả tuần nay. Điều này thật là bất thường. Không biết nó lạc mất ở đâu. Tôi đã hỏi những người chăn cừu khác đã cùng đi với nó. Tất cả chúng nó đều nói rằng nó đã đến với thầy vì Pháp, và nghĩ rằng nó đã về nhà. Nhưng nó ở đâu?" "Nó đã ở đây," Milarepa đáp, "nhưng nó đã không về nhà bảy ngày."

Người cha lo buồn sâu xa và khóc chua xót khi ông ta từ giã Milarepa. Rồi nhiều người đã được phái đi tìm cậu. Cuối cùng, họ tìm thấy cậu ta trong một cái hầm đất sét ngồi thẳng đứng với hai mắt mở rộng nhìn thẳng ra trước. Họ hỏi cậu, "Ngươi làm gì ở đây vậy?" Cậu ta đáp, "Tôi đang tu tập thiền định do Đạo Sư của tôi dạy." "Vậy thì tại sao bảy ngày rồi ngươi không về nhà?" "Tôi thiền định chỉ một lúc thôi mà, chắc các người đùa tôi!" Khi cậu nói thế, cậu nhìn mặt trời và thấy rằng nó còn sớm hơn lúc cậu bắt đầu thiền định. Tràn ngập bối rối, cậu ta hỏi, "Chuyện gì đã xảy ra vậy?"

Từ hôm đó về sau, gia đình cậu bé gặp rất nhiều khó khăn với cậu, bởi vì cậu ta hầu như hoàn toàn mất ý niệm về thời

gian. Đối với cậu ta, những gì xảy ra trong một ngày, thì đối với những người khác là bốn hay năm ngày. Nhiều lần cha mẹ cậu đã phái người ra đi tìm cậu. Như thế cậu và gia đình bắt đầu cảm thấy khốn khổ. Đến độ này, họ hỏi cậu, để được tốt đẹp, có muốn sống với Milarepa hay không. Cậu trả lời rằng như vậy thì còn gì bằng. Vì vậy, họ cung cấp thức ăn cho cậu và gửi cậu đến ông Thầy.

Trước hết, Milarepa ban cho cậu Năm Giới Lành, (10) giảng giáo Pháp cho cậu, rồi ban cho cậu giáo lý về Trí Bẩm Sinh. (11) Qua tu tập, cậu dần dần đạt được kinh nghiệm thiền định tốt và Milarepa rất hài lòng. [Tuy nhiên, để làm sáng tỏ sự hiểu sai của cậu về bản tánh của chân Giác Ngộ], ông hát:

Con cúi đầu đảnh lễ dưới chân Marpa,
Người đã thọ nhận ân điển từ Naropa và Medripa.

Những ai tu tập Pháp bằng miệng
Nói nhiều và dường như biết nhiều về lời dạy,
Nhưng khi đến lúc người thọ nhận phải lìa cái xác,
Kẻ rao giảng bằng miệng bị trói buộc vào hư không
bị ném bỏ.

Khi Tịnh Quang (12) chiếu, nó bị che dưới lớp áo mù lòa.
Cơ hội thấy được Pháp Thân vào lúc chết
Bị mất do sợ hãi và lầm lẫn.

Dù một người dùng cả đời học Kinh Điển,
Cũng không giúp gì vào lúc tâm ra đi.

Hỡi ôi! những hành giả yoga thành thạo đã tu tập
thiền định lâu dài
Nhận lầm kinh nghiệm tâm thần chiếu sáng
Là Trí Siêu Việt,
Và sung sướng với hình thức tự lừa này. (13)
Do đó, vào lúc chết Tuệ Giác của Pháp Thân chiếu sáng,
Những hành giả yoga đó không thể hợp nhất

Ánh sáng Mẹ và Con. (14)
Vì thiền định không thể giúp họ vào lúc chết,
Họ vẫn còn trong nguy hiểm của tái sinh nơi
các Cõi thấp hơn. (15)

Con ơi, người giỏi nhất trong hàng cư sĩ, hãy
lắng nghe cẩn thận!

Khi thân con đúng tư thế, và tâm nhập sâu
trong thiền định,
Con có thể cảm thấy rằng tâm và suy nghĩ
cả hai biến mất;
Song đây chỉ là kinh nghiệm bề mặt của Thiền Định.
Bằng tu tập và nhiếp tâm liên tục
Người ta cảm thấy Tự Tỉnh Giác chiếu lên
như một ngọn đèn sáng rỡ.
Trong và sáng như một đóa hoa,
Giống như cảm giác nhìn
Vào bầu trời mênh mông, bát ngát.
Tỉnh giác của Tánh Không thì trong sáng song linh động.
Vô-niệm này, kinh nghiệm trong sáng này
Chỉ là cảm giác của Thiền-na.
Với nền tảng tốt đẹp này
Người ta nên cầu thêm với Tam Bảo,
Và thấm nhập Chân Như bằng nghĩ sâu
và chiêm nghiệm. (16)
Như thế y có thể buộc Trí Vô Ngã
Bằng sợi-thừng-sống lợi ích của Thiền-na sâu thẳm.
Với năng lực từ bi,
Với lời nguyện vì người của Tâm Bồ-đề,
Y có thể thấy trực tiếp và rõ ràng
Chân Lý của Con Đường Giác Ngộ,
Về nó không thể thấy gì, song tất cả được thấy rõ ràng
Y thấy sợ hãi và hy vọng của tâm sai làm sao.
Không đi, y đến chỗ Phật;
Không thấy, y thấy Pháp Thân;

Không dụng công, y làm tất cả các việc một cách tự nhiên.
Con ơi, Người Tìm đức hạnh, hãy nhớ trong tâm
lời dạy này.

Rồi Milarepa ban cho cậu lễ Khai Thị đầy đủ và những Lời Chỉ dạy bằng miệng. Sau khi tu tập những điều đó, cậu đã đạt được Kinh Nghiệm và Chứng Ngộ thượng thừa. Cậu ta có danh là một trong những người "Con-trong-Lòng" của Jetsun, là Repa Sangje Jhap.

Đây là câu chuyện về lần viếng thăm Ragma thứ hai của Milarepa, và về cuộc gặp gỡ của ông với Repa Sangje Jhap.

Chú Thích Chuyện 12

(1) Một tên khác của thức A-lại-da.

(2) Nghĩa đen: "Qua 'Lời Chỉ Dạy Chỉ Ra' người ta có thể thoáng thấy nó." Chỉ Dạy Chỉ Ra (T.T.: No.sProd.) là một pháp tu tập chủ yếu của Đại Thủ Ấn. Mối quan tâm chính của Đại Thủ Ấn là khai mở tự tánh của tâm. Để thành tựu, người đệ tử được vị Đạo Sư ban cho sự chứng minh "Chỉ ra". Điều này có thể được thực hiện theo những cách khác nhau với những điệu bộ khác nhau – một nụ cười, một cú đánh, một cái đẩy, một lời bình, v.v… Đây thật giống với truyền thống Thiền, dù phong cách và phương thức tiến hành có vẻ hơi khác nhau.

(3) Xem Chú thích 2.

(4) "Qui y" (T.T.: sKyabs.hGro): Đây là lời nguyện căn bản và phổ biến của tất cả Phật tử. Đọc như vầy: "Con xin qui y Phật, qui y Pháp, qui y Tăng."

(5), (6), (7) Nền Tảng, Con Đường, và Thành Tựu (T.T.: gShi, Lam, hBres. Bu.): Ba thuật ngữ này thường được dùng trong các bản văn Phật Giáo Mật Giáo. Các thuật ngữ này có nhiều nghĩa và cách dùng khác nhau. Nói chung, "Nền Tảng" (gShi) ám chỉ các nguyên lý căn bản của Phật Giáo; "Con

Đường" (Lam.) là pháp tu tập hay cách hành động thích ứng với các nguyên lý "Nền Tảng"; và "Thành Tựu" (hBres.Bu.), dịch cách khác là "Quả," là sự chứng ngộ đầy đủ về các nguyên lý Nền Tảng. Ví dụ, Nền tảng giáo lý Đại Thủ Ấn là thấy rằng Phật Tánh nội tại ở bên trong tất cả chúng sinh mà nếu không có nó thì không chúng sinh nào có thể thành Phật dù cho y khổ nhọc tu tập Pháp đến đâu. Do đó, "Nền tảng" là nguyên nhân, hạt giống, tiềm năng, hay Chân Như nội tại bản nhiên hiện hữu trong tất cả chúng sinh trong tất cả mọi thời gian. Con Đường của Đại Thủ Ấn là phương pháp tu tập mà người ta theo trong khung cảnh Giáo lý Căn bản Đại Thủ Ấn. Thành Tựu của Đại Thủ Ấn là sự chứng ngộ đầy đủ về Phật Tánh nguyên thủy, được phú cho – cái Nền tảng – bên trong mình. Ba thuật ngữ này, thêm vào tính hàm súc đặc biệt và cụ thể của chúng, được dùng ở đây, cũng như ở nhiều chỗ khác trong suốt tập sách này, theo nghĩa rất thông thường là chỉ niềm tin tôn giáo, sự tu tập, và sự chứng đắc.

(8) Người có công đức là một Pháp khí tốt, một người có định mệnh tốt. Theo Phật Giáo, một người trở thành một Pháp khí tốt trong đời này, một phần là bởi vì y đã thực hiện những hành vi công đức trong các đời trước.

(9) Vô ngã của Tồn sinh (T. T.: Chos.Kyi.bDag.Med.): chân lý của Vô Hữu hay của Tánh Không.

(10) Năm Giới Lành: Đây là những giới căn bản cho tất cả Phật tử, kể cả tăng nhân và cư sĩ. Ấy là: (1) Không sát sinh, (2) Không trộm cắp, (3) Không tà dâm, (4) Không nói dối, và (5) Không uống rượu.

(11) Trí Bẩm Sinh: Theo quan điểm của Mật Giáo, sự chứng ngộ Trí vô sinh và Trí phổ hiện này là sự chứng ngộ chính Phật Tánh, và vì thế, nó là cốt lõi của Mật Giáo.

(12) Vào lúc chết, Tịnh Quang của Pháp Thân sẽ chiếu sáng một lúc ngắn, nhưng vì vô minh và thói quen chấp trước, người ta không thể nhận ra nó, như vậy họ mất đi cơ hội Giải Thoát. Xem "Tibetan Book of the Dead" của W. Y. Evans-Wentz.

(13) Milarepa cho các hành giả yoga lời cảnh cáo rất quan trọng này, chỉ ra rằng có nhiều loại và cấp độ của sự chiếu sáng. Một số là trần tục, một số là siêu việt, một số là hiện tượng tâm thần, một số nữa là sự chiếu sáng của Trí Siêu Việt.

(14) Xem Chuyện 9, Chú thích 17.

(15) Phật Giáo tuyên bố rằng chỉ niềm tin và thiền định không thể giải thoát con người khỏi Sinh Tử. Không có sự hủy diệt hoàn toàn của ngã chấp, hay sự hoại diệt hoàn toàn của những hạt giống niệm tưởng do tập khí trong Hàm tàng thức (Ālaya vijñāna), thì không thể có chân Giải Thoát. Nhiều giáo lý khác nhau do các tông phái khác nhau cống hiến để đạt sự Giải Thoát này, như là Bát-nhã Ba-la-mật-đa của Trung đạo (Mādhyamika); phép Quán Tránh Xa Các Ý Niệm Chủ-Khách của Du-già Hành tông (Yogācāra); Tính Nhất Như của Sinh Tử và Niết Bàn của Mật Giáo nói chung; và Sự Hợp Nhất của Ánh Sáng Mẹ và Con của Đại Thủ Ấn.

(16) Niềm tin, thiện chí, bi tâm, và Định không thể đưa người ta đến Giác Ngộ mà không có nội kiến Bát-nhã. Do đó, Quán sâu xa về Tánh Không (Śūnyatā) là tuyệt đối cần thiết.

13. KHÚC CA CHỨNG NGỘ

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Jetsun Milarepa từ Thành phố Hạnh Phúc Mang Yul trở về Nya Non. Những người bảo trợ trước kia của ông rất vui mừng và xin ông ở lại Nya Non vĩnh viễn. Ở một gốc cây là một tảng đá có hình cái bụng, dưới tảng đá đó có một cái hang, và Milarepa lấy chỗ đó làm chỗ trú. Rồi thượng tọa Shaja Guna và một số người bảo trợ ở Nya Non đến, họ hỏi ông tiến bộ thế nào và chứng ngộ được gì trong thời gian ông lưu trú ở những nơi khác. Ông hát trả lời họ:

Con chí tâm đảnh lễ Marpa, Dịch giả.

Trong lúc ở lại nơi khác,
Ta chứng ngộ rằng không gì hiện hữu;
Tự giải thoát mình khỏi nhị nguyên quá khứ và vị lai.
Ta hiểu rằng Sáu Nẻo không hiện hữu.
Ta đã được giải thoát khỏi sinh và tử một lần và mãi mãi,
Và hiểu rằng tất cả đều bình đẳng.
Ta không còn bám víu vào hạnh phúc hay sầu muộn.
Ta chứng ngộ tất cả những gì ta nhận thức là như huyễn,
Và được giải thoát khỏi lấy và bỏ.
Ta chứng ngộ Chân Lý Vô Phân Biệt,
Và giải thoát khỏi cả luân hồi và niết bàn.
Ta cũng chứng ngộ Tu, các Bước, và các Giai Đoạn [Địa] là như huyễn.
Tâm ta như vậy không có hy vọng và sợ hãi.

Những người bảo trợ lại hỏi Milarepa, "Thầy còn hiểu những gì khác nữa?" Milarepa trả lời, "À, để làm vui lòng các người, ta sẽ hát một bài thích hợp và có ích:

Cha mẹ cung cấp nhân và duyên bên ngoài;
Hàm Tàng Thức (1) thì ở bên trong;
Thân tinh khiết con người có được ở giữa hai thứ đó.
Với ba thứ được phú cho này người ta đứng cách ly
Ba Cõi Khốn Cùng.
Bằng quan sát quá trình nhàm chán của sự sinh ở
thế giới bên ngoài,
Sự mong muốn khước từ và niềm tin Pháp sẽ
phát triển bên trong.
Thêm vào đó, mãi nhớ lời Phật dạy;
Như thế người ta sẽ được giải thoát khỏi người thân
và kẻ địch.

Sư Phụ cung cấp trợ giúp từ bên ngoài;
Tự phân biệt phát sinh từ nỗ lực bên trong;
Giữa hai cái ấy là niềm tin và xác quyết.
Như vậy người ta được giải thoát tất cả nghi ngờ
và nhầm lẫn.

Một người nghĩ đến chúng sinh trong Sáu Nẻo bên ngoài,
Trong khi tình thương vô biên chiếu sáng tâm từ bên trong.
Giữa hai cái ấy là kinh nghiệm đến từ thiền định.
Như vậy, sẽ không có bi tâm thiên lệch. (2)

Bên ngoài, Ba Vương Quốc được tự giải thoát;
Bên trong, Trí tự hiện diện (3) chiếu sáng ngời;
Giữa hai cái ấy, đứng vững vàng là niềm tin nơi Chứng
Ngộ.
Như thế, lo âu và sợ hãi phai tàn.

Năm Ham Muốn hiện ra bên ngoài;
Trí Vô Chấp chiếu sáng bên trong;

Cảm giác của [hai cái ấy] có cùng một vị (4)
Được kinh nghiệm ở giữa.
Như vậy người ta được tự do với cả an lạc
và buồn phiền.

Sự vắng mặt của hành động và hành vi xuất hiện bên ngoài,
Sự ra đi của sợ hãi và hy vọng thấy bên trong;
Giữa hai cái ấy, và từ ông riêng rẽ,
Là chứng bệnh đến từ nỗ lực.
Như vậy người ta được giải thoát khỏi sự lựa chọn
giữa thiện và ác.

Thượng tọa Shaja Guna nói với Milarepa, "Thưa Jetsun, tâm của ngài thấm nhập trong Thanh Tịnh đã lâu, mặc dù trước kia con đã cùng với ngài, nhưng chưa bao giờ con nhận được một lời dạy rõ ràng và xác quyết từ ngài. Bây giờ, xin ngài vui lòng ban cho con lễ Khai Thị và những lời Chỉ Dạy." Jetsun đồng ý theo yêu cầu của Shaja Guna, và bảo ông ta bắt đầu tu tập.

Sau một thời gian, Shaja Guna đã có kinh nghiệm, và đến nói với Milarepa, "Nếu Sinh Tử và hiện tướng không hiện hữu, thì không cần tu tập Pháp; nếu tâm không hiện hữu, thì đâu cần đến Đạo Sư; nhưng nếu không có Đạo Sư, làm sao học tu tập? Xin ngài vui lòng giải thích bản tánh của những điều này và khiến cho con giác ngộ Tự Tánh của Tâm."

Lúc ấy Milarepa hát:

Hiện tướng không phải là [cái gì đó] sinh ra;
Nếu có người thấy cái gì đó xảy ra, ấy chỉ là chấp trước.
Bản tánh của Sinh Tử là không có bản thể;
Nếu ai thấy bản thể trong đó, ấy chỉ là ảo ảnh.

Bản tánh của tâm là hai-trong-một;
Nếu có người phân biệt hay thấy có đối đãi,
Ấy chỉ là vướng mắc và ái chấp.

Đạo Sư có tư cách là người sở hữu của Truyền Thừa;

Tạo ra Đạo Sư của riêng mình, ấy là điên rồ.

Tự Tánh của Tâm giống như hư không;
Đôi khi nó bị che mờ vì những đám mây của
Dòng Niệm Tưởng.
Rồi cơn gió nội giáo của Đạo Sư
Thổi đi những đám mây lảng vảng;
Song chính Dòng Niệm Tưởng là sự chiếu sáng.
Kinh nghiệm thì tự nhiên như ánh sáng của mặt trời
và mặt trăng;
Song nó ở bên kia cả thời gian lẫn không gian.
Nó ở bên kia mọi ngôn từ và diễn đạt.
Nhưng niềm tin chắc phát triển trong tâm, như nhiều
ngôi sao sáng;
Bất cứ khi nào nó chiếu thì đại xuất thần phát sinh.

Nằm bên kia tất cả trò chơi chữ là bản tánh của Pháp Thân;
Trong hành động của Sáu Nhóm, nó hoàn toàn là không.
Nó siêu việt, không gắng sức, và tự nhiên,
Bên kia tầm nắm bắt của ngã và vô ngã.
Ở mãi mãi trong đó là Trí Không Chấp Giữ.
Kỳ diệu thay là Ba Thân, Ba trong Một.

Rồi ông bảo Shaja Guna đừng để bị vướng mắc trong khoái lạc, danh vọng, và thế gian, nhưng hãy hiến mình cho tu tập Pháp trọn đời và thúc giục người khác cùng tu tập.

Rồi Milarepa hát:

Hãy nghe ta, hỡi người có thiện tài!
Không phải đời này không chắc chắn và mê hoặc sao?
Không phải những khoái lạc và thú vui của nó
giống như bóng nước sao?
Có bình an nào ở đây trong Sinh Tử?
Không phải diễm phúc giả dối của nó không thực
như giấc mộng sao?

Không phải ca ngợi và trách mắng cả hai đều trống rỗng như âm vang sao?
Không phải tất cả hình tướng đều giống như
Bản tánh của Tâm sao?
Không phải Phật cũng giống như Pháp Thân sao?
Không phải Pháp Thân đồng nhất với Chân Lý sao?
Người giác ngộ biết tất cả mọi vật là tâm;
Vì thế, nên quán tâm cả ngày lẫn đêm.
Nếu quán nó, ông vẫn có thể không thấy gì.
Rồi hãy định tâm trong cảnh giới không thấy này.

Trong tâm Milarepa không có tự thể nào cả;
Ta, chính ta, là Đại Thủ Ấn;
Bởi vì không có khác biệt giữa Thiền Định Tĩnh và Động,
Ta không cần các giai đoạn khác nhau trên đường Đạo.
Bất cứ cái gì hiện ra, tự tánh của nó cũng là Tánh Không;
Trong sự quán của ta không có chú tâm hay không chú tâm.

Ta đã nếm mùi vị của Không Hiện Hữu;
So với các giáo lý khác, đây là đệ nhất.
Tu tập Yoga Kênh, Khí, và Giọt Tinh Chất (5),
Lời dạy của Ấn Karma (6) và của Yoga Chân Ngôn,
Tu tập quán tưởng Phật và Bốn Tư Thế Thanh tịnh,
Đây chỉ là những bước đầu của Đại Thừa.
Tu tập chúng không nhổ được rễ ái dục và ghét.

Hãy nhớ kỹ trong tâm những gì bây giờ ta hát;
Tất cả vạn vật là của Tự Tâm, mà nó là không.
Ai không bao giờ ra đi từ Kinh Nghiệm và
Chứng Ngộ [Không],
Không gắng sức mà thành tựu tất cả mọi tu tập sùng mộ và nhẫn nhục,
Ở trong đây có tất cả mọi công đức và kỳ diệu!

Milarepa hát như vậy, và thầy Shaja Guna hiến mình cho tu tập thiền định. Thầy ấy đã đạt được liễu tri phi thường và trở thành một trong những Đệ tử thân cận của Jetsun.

Đây là câu chuyện về Milarepa thuần thục tu sĩ Shaja Guna ở Nya Non, trong Hang cái Bụng.

Chú Thích Chuyện 13

(1) Hàm Tàng thức: A-lại-da Thức (Ph.: Ālaya-vijñāna). Xem Chuyện số 4, Chú thích 38.

(2) Lòng thương xót thiên lệch: Một người giác ngộ nên có lòng thương xót vô hạn và không phân biệt, trái với tình yêu có giới hạn và thiên lệch của người thường. Lòng thương xót [bi tâm] này luôn luôn hiện diện và vô hạn do tu tập Đại Thủ Ấn đem lại. Người ta nói rằng bi tâm vô hạn này sẽ lưu xuất một cách tự nhiên từ Tâm Phật Bất Sinh khi đạt đến giai đoạn thượng thừa của Đại Thủ Ấn.

(3) Trí tự hiện diện: Một người giác ngộ không bao giờ cảm thấy rằng mình *đạt được* Phật Trí, y chỉ *khám phá* ra nó – Trí luôn luôn hiện diện.

(4) Cùng có một vị, hay Nhất Vị (T.T.: Ro.gCig.): Khi một người được giải thoát khỏi những ý nghĩ phân biệt, thì y đạt đến cảnh giới "Nhất Vị," từ đó y thấy không có sự phân biệt của chúng sinh và trở thành một với "Đại Hài Hòa" và "Pháp Giới Tương Nhập." (Xem "Avatamsaka Sūtra"; và "The Essence of Buddhism" của D. T. Suzuki.

(5) Chữ Phạn trong bản dịch tiếng Anh, theo trình tự là: Nāḍīs, Prāṇa, và Bindus. Xem chuyện 7, Chú thích 19.

(6) Karma Mudra: một Yoga Hoàn Thiện cao cấp, qua đó năng lực tình dục đạt đến cực điểm.

14. VAI TRÒ CỦA NGƯỜI ĐÀN BÀ TRONG PHÁP

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Một lần Jetsun Milarepa định đi đến núi tuyết Bắc Mã Môn để tu tập thiền định. [Trên đường], ông đến Gebha Lesum trong khu vực Jung. Trời mùa thu, và dân làng đang bận rộn gặt hái. Trên cánh đồng rộng lớn, một cô gái đẹp, khoảng mười lăm tuổi, đang dẫn đầu một nhóm người lao động. Cô ta dường như có tất cả những phẩm chất của một Thiên nữ Trí Tuệ (Đa-ki-ni). Milarepa đến gần cô ta và nói, "Nữ bảo trợ thân mến, xin làm ơn bố thí cho tôi." "Hành giả yoga thân mến, xin vui lòng đến nhà tôi," cô gái đáp, "nhà tôi ở đằng kia. Hãy chờ tôi ở cửa. Tôi sẽ đến ngay."

Vì vậy, Milarepa đi đến nhà cô ta, dùng tích trượng đẩy cửa mở ra, và bước vào. Lập tức, một bà già xấu xí với nắm tay đầy tro chạy xốc tới ông, hét lên, "Các ngươi bọn ăn mày yoga! Ta không bao giờ gặp các ngươi ở một chỗ! Mùa hè thì các ngươi chường mặt ra để xin sữa và bơ! Mùa đông thì các ngươi đến để xin thóc gạo! Ta cá là các ngươi muốn lẻn vào để đánh cắp đồ trang sức của con gái và con dâu ta!" Gầm gừ và run rẩy vì giận, bà ta hầu như sắp ném tro vào người Milarepa, khi ông nói, "Hãy chờ một chút, Bà ngoại ơi! Xin vui lòng nghe tôi nói!" Rồi ông hát một bài hát có chín ý nghĩa:

Bên trên là Trời có điềm lành,
Ở dưới là Ba Đường khốn khổ,
Ở giữa, là những người không có tự do lựa chọn sự sinh. (1)
Tất cả ba cái này đều tụ hội nơi bà.
Bà ngoại ơi, bà là một người đàn bà giận dữ,
Và chẳng thích Pháp!

Hãy hỏi ý nghĩ của bà và quán xét tâm bà.
Hãy nên tu tập theo lời Phật dạy,
Bà cần một Đạo Sư có phẩm cách và có thể nương tựa.
Hãy suy nghĩ kỹ, hỡi bà thân mến;
Khi bà được gửi đến đây lần đầu,
Bà có mơ trở thành một con dê già nhũ mẫu?

Sáng bà từ giường thức dậy,
Chiều bà lại [lên giường] ngủ,
Giữa sáng và chiều, bà làm việc nhà không hết;
Bà bị ba thứ này độc chiếm.
Bà ngoại ơi, bà là kẻ giúp việc không công.
Hãy hỏi ý nghĩ của bà và quán xét tâm bà.
Bà nên tu tập theo lời Phật dạy,
Bà cần một Đạo Sư có phẩm cách và có thể nương tựa.
Và rồi sự việc có thể là khác cho bà.

Gia trưởng là người quan trọng nhất trong nhà,
Lợi tức và những gì kiếm được là những thứ được
mong chờ kế đó,
Rồi con trai và cháu trai là được mong muốn nhất,
Bà bị ba thứ này ràng buộc.
Bà ngoại ơi, cho riêng bà, bà chẳng có phần.
Hãy hỏi ý nghĩ của bà và quán sát tâm bà.
Bà nên tu tập theo lời Phật dạy.
Bà cần một Đạo Sư có phẩm cách và có thể nương tựa,
Và rồi sự việc có thể là khác cho bà.

Đạt cho được những gì bà muốn cho dù là ăn cắp,
Lấy cho được những gì bà ham cho dù là ăn cướp,
Đánh kẻ thù bất kể sống chết và thương tích,
Bà chịu phục tùng ba thứ này.
Bà ngoại ơi, bà bị đốt cháy trong phẫn nộ
Khi bà đến với kẻ thù.
Hãy hỏi ý nghĩ của bà và quán sát tâm bà.
Bà nên tu tập theo lời Phật dạy.

Bà cần một Đạo Sư có phẩm cách và có thể nương tựa,
Và rồi sự việc có thể là khác cho bà.
Đàm tiếu về những người đàn bà khác và cách thức của họ
Là những gì làm bà thích thú;
Đối với những việc của con trai và cháu trai
Bà thật là chú ý;
Nói về các góa phụ và thân nhân là niềm thích thú của bà.
Ba thứ này làm bà say mê.
Bà ngoại ơi, bà có thật dịu dàng khi bà đàm tiếu?
Hãy hỏi ý nghĩ của bà và quán sát tâm bà.
Bà nên tu tập theo lời Phật dạy.
Bà cần một Đạo Sư có phẩm cách và có thể nương tựa,
Và rồi sự việc có thể là khác cho bà.

Nâng bà khỏi ghế như tháo đi cái chốt;
Với cặp chân yếu xìu
Bà đi lạch bạch như con vịt ăn cắp;
Đất và đá dường như bể nát ra
Khi bà buông mình ngồi xuống;
Già nua và cụm rụm là thân bà đó.
Bà ngoại ơi, bà chỉ vâng lời và không đường lựa chọn.
Hãy hỏi ý nghĩ của bà và quán sát tâm bà.
Bà nên tu tập theo lời Phật dạy.
Bà cần một Đạo Sư có phẩm cách và có thể nương tựa,
Và từ đó bà có thể thấy bà thay đổi thế nào.

Da bà nhăn nheo với nhiều nếp gấp;
Xương bà nhô ra vì thịt lõm vào;
Bà điếc, câm, khờ dại, kỳ quặc, và quờ quạng;
Bà bị ba dị hình.
Bà ngoại ơi, cái mặt xấu xí của bà gói trong
những nếp nhăn.
Hãy hỏi ý nghĩ của bà và quán sát tâm bà.
Bà nên tu tập theo lời Phật dạy.
Bà cần một Đạo Sư có phẩm cách và có thể nương tựa,
Và rồi sự việc có thể là khác cho bà.

Thức ăn của bà nguội lạnh và hôi thối,
Chiếc áo choàng của bà nặng nề và rách nát,
Cái giường quá gồ ghề làm rách da bà; (2)
Ba cái này là bạn đồng hành không thay đổi của bà.
Bà ngoại ơi, bà giờ đây đang khốn khổ, nửa đàn bà
và nửa kia là đồ bỏ!
Hãy hỏi ý nghĩ của bà và quán sát tâm bà!
Bà nên tu tập theo lời Phật dạy.
Bà cần một Đạo Sư có phẩm cách và có thể nương tựa,
Và rồi sự việc có thể là khác cho bà.

Để được sinh ở cõi cao hơn và Giải Thoát
Còn khó hơn thấy sao sáng giữa ban ngày;
Rơi vào đường khốn khổ của luân hồi
Thì dễ và thường xảy ra.
Bây giờ, với sợ hãi lo âu trong lòng,
Bà nhìn cái chết đến gần.
Bà ngoại ơi, bà có thể đối diện cái chết với niềm tin không?
Hãy hỏi ý nghĩ của bà và quán sát tâm bà!
Điều bà cần là tu tập theo lời Phật dạy,
Điều bà cần là một Đạo Sư có phẩm chất và
có thể nương tựa.

Khi nghe bài hát sâu xa, song êm tai, bà lão xúc động đến nỗi chỉ có phát sinh một niềm tin sâu xa nơi Jetsun. Một cách không ý thức, các nắm tay của bà buông lơi, và tro lọt qua kẽ tay rơi xuống sàn nhà. Bà hối hận những gì bà đã làm đối với Jetsun, xúc động vì lòng thương xót và lời nói của ông, bà chỉ còn có thể rơi lệ.

Ngay lúc ấy, cô gái ở trên cánh đồng [tên là Bardarbom] vừa bước vào nhà. Thấy bà lão khóc, cô ta quay về phía Milarepa, kêu lên, "Việc gì thế? Có phải ông, một người theo Phật, đánh một bà lão đáng thương?" Bà lão lập tức xen vào,

"Không, không, xin đừng buộc tội sai ông ta! Ông ta không bao giờ nói điều không tử tế với bà. Chính bà đã đối xử sai với ông ta. Ông ta đã cho bà một bài học thật đúng và rất cần đến

nỗi khiến bà xúc động sâu xa. Nó cũng làm bà thức tỉnh rằng bà đã chểnh mảng tôn giáo của bà. Bà đã xúc động với sự hối hận nhiều đến nỗi nó làm bà rơi nước mắt. Ôi, con còn trẻ và khác với bà; con có niềm tin cũng có của cải, và rất may mắn cho con là gặp được một bậc thầy như thầy Milarepa. Con nên cúng dường và phục vụ ông ta, nên yêu cầu ông ta ban cho con giáo lý và sự chỉ dạy."

Cô gái đáp, "Cả hai người đều tuyệt diệu! Thầy có phải là một Đại hành giả Yoga, Milarepa? Chỉ gặp được thầy con sẽ tích lũy được nhiều công đức. Nếu thầy nói cho chúng con biết Truyền Thừa của thầy, việc ấy sẽ phấn khích chúng con cũng như các đệ tử khác của thầy. Chắc chắn nó sẽ làm tâm chúng con thay đổi. Vậy, xin thầy vui lòng kể cho con nghe."

Milarepa nghĩ, "Đây là một nữ nhân rất có tài, cô ta sẽ trở thành một đệ tử giỏi của ta." Vì thế, ông hát:

Pháp Thân phổ hiện là Phật Phổ Hiền;
Báo Thân trang nghiêm là Phật Kim Cang Trì;
Đấng Cứu Độ chúng sinh, Hóa Thân, là Phật Cồ-đàm.
Có thể tìm thấy [giáo lý] của cả ba Phật trong
Truyền Thừa của ta.
Truyền Thừa của hành giả yoga này là như vậy;
Các người có phó thác mình cho nó không?

"Truyền Thừa của thầy thật siêu tuyệt," Bardarbom nói, "ấy là núi tuyết đối với sông ngòi – là suối nguồn uyên nguyên của tất cả [công đức]. Con nghe người ta nói rằng các thầy, những kẻ theo Pháp, có một người gọi là 'Đạo Sư Chỉ Điểm Bên Ngoài'; và rằng bằng cách nương nhờ vào ông ta, người ta sẽ có thể quan sát và thấy bên trong cái gọi là Pháp Thân Bất Sinh. Thầy có loại Đạo Sư nào? Ai là bổn sư của thầy?"

Milarepa đáp, "Tôi sẽ hát một ca khúc ngắn để giải thích các phẩm chất của một Đạo Sư chân chính."

Đạo Sư chỉ ra chân tri từ bên ngoài;
Là Đạo Sư Bên Ngoài của các người;

Đạo Sư làm sáng tỏ Tâm Thức bên trong,
Là Đạo Sư Bên Trong của các người;
Đạo Sư soi sáng bản tánh của tâm,
Là Chân Đạo Sư của các người.
Ta là hành giả yoga có tất cả ba Đạo Sư ấy,
Ở đây có ai là đệ tử ước mong trung thành với họ?

"Các Đạo Sư ấy thật phi thường!" cô gái cảm thán, "Đúng là một xâu chuỗi ngọc trên sợi xích vàng. Nhưng trước khi chúng con khẩn nguyện giáo lý của họ, cần loại lễ Khai Thị gì?" Lúc ấy Milarepa hát:

Cái Bình đặt trên đầu cô
Là Khai Thị Bên Ngoài;
Bằng chứng hợp nhất của tự thân và Thân Phật
Là lễ Khai Thị Bên Trong;
Sự Chiếu Sáng của tự nhận thức về Tự Tánh của Tâm
Là lễ Khai Thị đích thực.
Ta là hành giả yoga đã được cả ba lễ ấy.
Ở đây có ai là đệ tử mong có được [ba lễ] chăng?

Bardarbom kêu lên, "Những lễ Khai Thị đó thật sâu xa! Thật giống oai nghi của sư tử, như sóng tràn trên tất cả những con vật khác. Con cũng đã nghe nói rằng sau lễ Khai Thị có một giáo lý tuyệt đối gọi là 'Dẫn Tỉnh Giác vào Đạo.' Đó là gì? Xin thầy từ bi giải thích cho."

Trả lời câu hỏi của cô gái, Milarepa hát:

Giáo Lý Bên Ngoài là nghe, suy nghĩ, và tu tập;
Giáo Lý Bên Trong là sự minh bạch rõ ràng nhất về
Tỉnh Giác;
Giáo Lý Tuyệt Đối là không gom góp hay phân chia
Kinh Nghiệm và Chứng Ngộ.
Ta là hành giả yoga có cả ba Giáo lý này.
Ở đây có ai là đệ tử mong đạt được cả ba?

Bardarbom tuyên bố, "Ba giáo lý ấy quả thật giống như tấm gương không rỉ sét, phản chiếu các hình ảnh không tì vết." Milarepa đáp, "Để đạt các giáo lý này, người ta nên vào am thất tu tập." Lúc ấy, cô gái hỏi, "Thầy sẽ nói về các phương pháp tu tập đó cho con chứ?" Milarepa hát trả lời:

Sống trong am thất gồ ghề, hoang vắng, và cô tịch
Là Tu Tập Bên Ngoài;
Hoàn toàn không quan tâm đến tự thân
Là Tu Tập Bên Trong;
Biết cái Tuyệt Đối duy nhất, một cách thông suốt,
Là Tu Tập Tuyệt Đối.
Ta là hành giả yoga biết cả ba.
Ở đây có ai là đệ tử mong học cả ba?

Sau khi nghe nói thế, cô gái nói, "Cách tu tập thầy vừa nói giống như một con chim ưng to lớn bay trên bầu trời. Sự huy hoàng của nó rợp bóng tất cả những con chim khác!" Cô ta nói tiếp, "Con nghe người ta nói rằng một vài hành giả yoga biết một giáo lý gọi là 'Pháp Tu *Pai'* (3) rất hữu ích trong sự cải thiện thiền định. Thầy có thể nói cho con biết không?" Lúc ấy Milarepa hát:

Áp dụng "Giáo lý Pai" Bên Ngoài với dòng
niệm tưởng phân tán,
Tâm được nhiếp thu;
Áp dụng "Giáo lý Pai" Bên Trong với tỉnh giác,
Tâm được tỉnh thức khỏi hôn trầm.
Để [tâm] yên nghỉ trên bản tính nội tại,
Là "Giáo lý Pai" Tuyệt Đối.
Ta là hành giả yoga biết cả ba.
Ở đây có ai là đệ tử mong biết chúng?

"Giáo lý Pai của thầy quả thật là tuyệt diệu!" Bardarbom kêu lên. "Nó giống như lệnh truyền hay triệu gọi của Hoàng đế; nó làm người ta nhanh chóng và kịch liệt đạt lấy thành tựu.

Nhưng nếu tu tập nó, người ta sẽ kinh nghiệm được gì?" Milarepa hát đáp:

Người ta sẽ kinh nghiệm Căn Nguyên Không Dụng Công
vĩ đại và phổ hiện;
Sẽ kinh nghiệm Con Đường Không Dụng Công,
sự trong suốt vô cùng;
Sẽ kinh nghiệm Quả Không Dụng Công,(4) Đại Thủ Ấn.
Ta là hành giả yoga đã kinh nghiệm cả ba.
Ở đây có ai là đệ tử mong kinh nghiệm như thế?

Lúc ấy Bardarbom nói, "Ba kinh nghiệm này giống như mặt trời sáng chói chiếu từ bầu trời không mây, khiến cho mọi vật trên trái đất rõ ràng và phân biệt. Thật là tuyệt diệu! Nhưng thầy có gì bảo đảm đã đạt qua các kinh nghiệm ấy?" Milarepa lại hát:

Không Thiên đàng và không Địa ngục, là bảo đảm về
Tri Kiến, (5)
Không thiền định và không phân tán là bảo đảm về Tu tập,
Không sợ hãi và không hy vọng là bảo đảm về Thành Tựu.
Ta là hành giả yoga với ba bảo đảm này,
Ở đây có ai là đệ tử mong đạt được ba bảo đảm ấy?

Vì thế, cô gái trở nên rất tin tưởng Jetsun. Cô ta cúi đầu đảnh lễ dưới chân ông, và với niềm tôn kính vô cùng cô ta mời ông vào [nhà] trong, cúng dường và phục vụ ông hoàn hảo. Rồi cô ta nói, "Thưa Đạo Sư, con đã bị vô minh chướng ngại, nhờ bi tâm to lớn của thầy, xin vui lòng nhận con làm kẻ phục vụ và đệ tử." Cô gái đã hoàn toàn nhận ra lỗi lầm tự lừa dối mình trong quá khứ. Rồi cô ta hát:

Ôi! Bậc Thầy vô song!
Thầy hoàn hảo nhất của loài người, Hóa Thân của Phật!
Con ngu muội, mù quáng, và vô minh biết bao.
Thế gian này sai lầm và tội lỗi làm sao!
Hơi nóng mùa hè thật to lớn làm tan mây lạnh,

Và con không tìm được chỗ trú nào trong bóng tối.
Khí lạnh mùa đông khắt khe đến nỗi
Con không bao giờ tìm được hoa nào, dù chúng vẫn mọc.
Ảnh hưởng của suy nghĩ do tập khí của con đã quá
mãnh liệt
Đến nỗi con đã không bao giờ thấy thầy là một bậc
thành tựu.

Hãy để con kể thầy nghe câu chuyện của con:
Bởi vì tội nghiệp của con đã cho con thân [nữ]
thấp kém này.
Qua ác chướng của thế gian này,
Con đã không bao giờ nhận ra tính đồng nhất
của mình và Phật.
Thiếu tinh tấn cần thiết,
Hiếm khi con nghĩ đến lời Phật dạy.
Dù con ham muốn được Pháp,
Lười biếng và ù lì, con đã lãng phí thời gian.

Với nữ nhân, sinh nơi thịnh vượng có nghĩa là ràng buộc,
không tự do.
Với nữ nhân, sinh nơi khốn khổ có nghĩa là mất đi
tình bằng hữu.
Với chồng mình, chúng con đôi khi nói đến tự tử;
Chúng con bỏ một bên và bỏ rơi cha mẹ ơn trọng của mình;
Cao vọng của chúng con thì lớn, nhưng kiên trì lại nhỏ.
Chúng con giỏi nghề phỉ báng, và khéo léo trong trách móc,
Là nguồn [phát sinh] tin tức và ngồi lê đôi mách.
Chúng con là những người phải tránh xa,
không nên đính ước.
Vì dù chúng con cho mọi người thức ăn và tiền bạc,
Cũng luôn luôn bị phỉ báng là hạ tiện và xấu nết.
Đôi khi chúng con nghĩ đến vô thường và sự chết.
Những chướng ngại tội lỗi vẫn bám theo như cái bóng.
Bây giờ, với lòng thành thực sâu xa, con mong
tìm được Pháp.

Xin cho con lời dạy dễ tu tập và dễ hiểu!

Điều này làm Milarepa rất hài lòng, và hát đáp lại:

Này cô gái hạnh phúc và may mắn,
Ta nên ca ngợi câu chuyện của con hay chê bai nó?
Nếu ta ca ngợi nó, con sẽ kiêu hãnh;
Nếu ta chê bai nó, con sẽ tức giận;
Nếu ta nói sự thật, nó sẽ phô bày các lỗi che giấu của con.

Bây giờ, hãy lắng nghe bài hát của một lão nhân:
Nếu con thành thật muốn tu tập Pháp,
Hãy rửa sạch hết bụi bẩn trên mặt con,
Hãy quét đi những bẩn thỉu khỏi tim con.

Thành thật và nhiệt tình là tốt,
Nhưng khiêm cung và tiết độ còn tốt hơn.
Dù con có thể cho đi cả chồng và con mình,
Nương tựa vào một Đạo Sư có phẩm cách còn tốt hơn nữa.
Dù con có thể buông bỏ đời sống thế gian,
Nỗ lực vì Giác Ngộ vị lai (6) còn tốt hơn nữa.
Dù một người có thể từ bỏ bần tiện và tham lam quá độ,
Thì cho mà không giữ lại vẫn tốt hơn.
Khôn là biết những điều này.

Với hăng hái cao,
Con chơi và thao diễn tinh ranh như chuột.
Con có thể rất là hùng biện,
Nhưng con không có Pháp trong tim.
Con chơi trò như một con công mái dại –
Về cách làm dáng con biết quá nhiều,
Nhưng về sùng mộ thì quá ít.
Con ơi, con đầy tinh ranh và lừa gạt
Giống như một thương nhân ở giữa thị trường.
Vậy là khó cho con tu tập Pháp.

Nếu con muốn tu đúng theo lời Phật dạy,
Con nên theo ta và tu tập Đạo ta,
Thiền định không phân tán trong núi non hẻo lánh.

Lúc ấy Bardarbom hát:

Thầy là Jetsun, là Hành giả Yoga trân quí!
Chắc chắn người ta sẽ đạt lợi ích khi kết giao,
Ban ngày, bận rộn con làm việc;
Ban đêm, mơ màng con đi ngủ.
Con là một tên nô lệ của nữ công gia chánh.
Con có thể tìm đâu ra thời giờ để tu tập Pháp?

Milarepa đáp, "Nếu con nghiêm túc muốn tu tập Pháp, con phải biết rằng việc thế gian là kẻ thù của con và hãy từ bỏ chúng." Và ông hát bài "Bốn Khước Từ":

Hãy lắng nghe, hỡi cô gái may mắn,
Con giàu sang và có niềm tin!

Các đời vị lai lâu dài hơn đời này –
Con có biết làm sao chuẩn bị?
Cho với trái tim mọi rợ
Thì giống như cho một con chó lạ ăn,
Chỉ mang lại hại nhiều hơn là lợi –
Không đem lại được gì trừ cái cắn ác ôn.
Hãy từ bỏ bần tiện mà bây giờ con biết nó xấu xa.

Hãy lắng nghe, hỡi cô gái may mắn!
Chúng ta biết đời này ít hơn đời kế tiếp.
Con đã chuẩn bị và đốt ngọn đèn của con chưa?
Nếu đèn chưa sẵn sàng,
Hãy thiền định về "Ánh Đại Quang."
Nếu con chọn giúp đỡ một kẻ địch không biết ơn,
Con sẽ không được bạn mà chỉ là tai hại.
Hãy cảnh giác hành động mù quáng;

Hãy cảnh giác cái xấu này và hãy bỏ nó đi.

Hãy lắng nghe, hỡi cô gái may mắn.
Những đời vị lai còn tệ hơn đời này –
Con có người dẫn đường hay hộ vệ cho cuộc hành trình của con không?
Nếu con không có bạn đồng hành đúng,
Hãy nương tựa vào thánh Pháp.
Hãy cảnh giác thân nhân và quyến thuộc;
Họ cản trở và chống đối [Pháp].
Họ không bao giờ giúp đỡ mà chỉ làm hại người.
Con có biết bà con là kẻ thù?
Nếu đúng vậy, chắc chắn con nên từ bỏ họ.

Hãy lắng nghe, hỡi cô gái may mắn.
Cuộc du hành trong đời vị lai còn nguy hiểm hơn đời này –
Con đã chuẩn bị con ngựa tốt kiên trì cho nó chưa?
Nếu chưa, con nên nỗ lực nhiều và cần cù làm việc.
Sự kích động lúc đầu sẽ sớm giảm đi;
Hãy cảnh giác kẻ thù, "Vô cảm," sẽ khiến lạc đường.
Vội vã và kích động thì vô ích, và chỉ làm hại thôi.
Con có biết kẻ thù là lười biếng và thay đổi bất thường?
Nếu con hiểu được lời ta, nên vất bỏ cả hai.

Lúc ấy Bardarbom nói, "Thưa Lạt-ma, con chưa chuẩn bị gì cả cho đời kế tiếp, nhưng con sẽ bắt đầu chuẩn bị ngay bây giờ. Xin thầy vui lòng dạy con Tu tập." Với lòng rất chân thành cô gái van xin ông. Milarepa rất hân hoan, và đáp, "Ta rất vui vì con thực sốt sắng hiến mình cho tôn giáo. Theo truyền thống Truyền Thừa của ta, không cần phải thay đổi tên mình hay xuống tóc. Người ta có thể thành Phật dù là cư sĩ hay tăng nhân. Không thay đổi tình cảnh của mình, người ta vẫn có thể trở thành Phật tử tốt." Rồi ông hát cho cô ta bài "Bốn Ngụ ngôn và Năm Ý nghĩa," ban cho lời chỉ dạy Tu Tâm:

Hãy lắng nghe, hỡi cô gái may mắn,

Con giàu sang và có niềm tin!
Khi nghĩ về sự trọng đại của bầu trời,
Hãy thiền định về tính Bao La, không tâm điểm,
và không bờ mép.
Khi nghĩ về mặt trời và mặt trăng,
Hãy thiền định về ánh sáng của chúng
Không bóng tối hay u ám.

Như hòn núi vững chắc, không thay đổi trước mặt con,
Con nên thiền định với quyết tâm và vững chắc.

Như biển cả, sâu khôn dò và vĩ đại vô cùng,
Hãy tự thấm nhập trong chiêm nghiệm sâu nhất.
Hãy thiền định về Tự Tâm như thế;
Hãy tu tập như vậy, không nghi ngờ và lầm lạc.

Rồi Milarepa chỉ dạy cô ta về các pháp tu tập thân và tâm, rồi bảo cô ta đi thiền định. Từ đó về sau, cô gái, khi có kinh nghiệm nào, để đánh tan những nghi ngờ và phá đi các trở ngại, đều đến hát cho ông nghe:

Ôi Thầy, Jetsun, Đạo Sư quí của con,
Thầy, người hoàn thiện, Hóa Thân của Phật!

Khi con chiêm nghiệm về bầu trời, thì tốt!
Nhưng chẳng dễ dàng khi nghĩ đến mây.
Con nên thiền định về mây như thế nào?

Khi con chiêm nghiệm mặt trời và mặt trăng, thì tốt!
Nhưng khi con nghĩ đến các tinh tú và hành tinh,
thì chẳng dễ dàng.
Con nên thiền định như thế nào về tinh tú và hành tinh?

Khi con chiêm nghiệm núi kiên cố, thì tốt!
Nhưng khi nghĩ đến cây và bụi cây, thì cảm thấy
chẳng dễ dàng.

Con nên thiền định về cây như thế nào?

Khi con chiêm nghiệm đại dương, thì tốt!
Nhưng cảm thấy không dễ khi con nghĩ đến sóng.
Con nên thiền định về sóng như thế nào?

Khi con chiêm nghiệm về bản tánh của Tự Tâm, thì tốt,
Nhưng con thấy không dễ dàng khi gặp phải
dòng niệm tưởng miên man! (7)
Con nên thiền định như thế nào về dòng niệm tưởng?

Sau khi nghe cô ta hát, Milarepa rất đỗi hài lòng. Ông biết rằng cô ta thực sự đã có những Kinh Nghiệm ấy trong thiền định. Như vậy, để đánh tan các mối nghi của cô ta và làm cho cô ta hiểu thêm, ông hát:

Hãy lắng nghe, hỡi cô gái may mắn,
Con giàu sang và có niềm tin!

Nếu con đã cảm thấy tốt trong thiền định về bầu trời,
hãy cứ như thế với mây.
Mây chỉ là hiện tướng của bầu trời;
Vì vậy, hãy yên nghỉ ngay trong lãnh vực của bầu trời!

Tinh tú chỉ là phản ảnh của mặt trời và mặt trăng;
Nếu con có thể thiền định được về hai vầng nhật nguyệt,
sao lại không được về các vì tinh tú?
Vì vậy, hãy tự thâm nhập trong ánh sáng của hai vầng nhật nguyệt!

Cây và bụi cây chỉ là hóa thân của núi;
Nếu con có thể thiền định được về núi, hãy cứ
như thế với cây!
Vì vậy, hãy ở trong sự vững chắc của núi!

Sóng chỉ là sự chuyển động của đại dương;

Nếu con có thể thiền định được về đại dương,
sao lại không được với sóng?
Vì vậy, hãy tự mình tan biến ngay trong đại dương!

Dòng Niệm Tưởng quấy rầy là hiện tướng của tâm;
Nếu con có thể thiền định được về tâm, hãy cứ như thế với dòng Niệm tưởng!
Vì vậy, hãy tự mình tan biến vào chính Tự Tánh của Tâm!

Từ đó trở đi, Bardarbom cố gắng chiêm nghiệm về thực tánh của tâm, và kết quả cô đạt được Chứng Ngộ toàn hảo chỉ trong một đời. Khi cô chết, cô bay đến cõi Tịnh địa của các Đa-ki-ni trong thân hình người của cô. Người ta nghe âm thanh của cái trống nhỏ mà cô đã mang theo vào lúc ấy.

Đây là câu chuyện về Milarepa gặp Bardarbom, một nữ đệ tử, một trong bốn nữ nhân thừa kế của ông, ở Gebha Lesum thuộc khu vực Jung.

Chú Thích Chuyện 14

(1) Bị Nghiệp lực đưa đẩy, chúng sinh trong luân hồi không thể lựa chọn sự sinh của mình khi họ đầu thai.

(2) Đây là dịch thoát.

(3) "Pháp tu *Pai,*" hay Giáo lý Pai (T.T.: Phat): Chữ Tây Tạng "Phat," phát âm là "Pai," thường có trong chú thuật Mật Giáo. Nó thường được dùng như là một phương tiện cắt đứt những niệm tưởng phân tán và để khởi phát ý thức từ hôn trầm xảy ra trong thiền định. Khi áp dụng giáo lý Pai, hành giả yoga trước tiên tập trung vào dòng niệm tưởng, sự hôn trầm, các hiện hành, hay bất cứ chướng ngại nào xuất hiện, và rồi thình lình hét to "Pai" với toàn bộ sức mạnh của mình. Làm như thế, các chướng ngại đương nhiên bị loại bỏ.

(4) Căn nguyên, Con Đường, và Quả Không Dụng Công. "Căn nguyên" có nghĩa là nguyên lý căn bản, bản tánh của Phật. "Con Đường" chỉ sự tu tập nguyên lý căn bản này. "Quả" là sự thành tựu có kết quả hay sự giác ngộ nguyên lý căn bản.

(5) Tri kiến, (T.T.: lTa.Wa.) hay cái "Thấy" về sự không hiện hữu tuyệt đối của hiện thể.

(6) Nghĩa đen: "nỗ lực cho Đại Sự."

(7) Dòng niệm tưởng miên man: Chỉ qua tu tập thiền định thực sự, người ta có thể kinh nghiệm những niệm tưởng lang thang chạy miên man bất tuyệt và không thể chế ngự.

15. KHÚC CA Ở LỮ QUÁN

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Khi thiền định ở Jundhagho [Bắc Mã Môn], Jetsun Milarepa đã đi Shri Ri để thiền định. Trên đường đi, ông đã tạm trú trong một lữ quán ở Yei Ru Jang. Một học giả tên Yaugru Tangbha, với nhiều tăng nhân đệ tử, và một thương nhân gọi là Dhawa Norbu [Viên Ngọc Mặt Trăng], với đoàn tùy tùng đông đảo, tất cả cùng dừng bước ở đó. Milarepa xin thương nhân bố thí, ông ta nói, "Các ông, những hành giả yoga quen lấy của tùy thân của người khác để tự hưởng dụng; sao các ông không cố gắng tự mình kiếm sống? Tự trợ giúp mình thì tốt hơn nhiều!" Milarepa đáp, "Đúng là theo cách của ông, người ta có thể có được sự sung sướng và lạc thú tức thời, nhưng chính cái lạc thú ấy sẽ gây đau khổ nhiều hơn trong tương lai. Bây giờ hãy nghe tôi hát bài "Tám Nhắc Nhở":

Lâu đài và thành phố đông người là những nơi ông thích ở.
Nhưng hãy nhớ rằng chúng sẽ sụp đổ điêu tàn
Sau khi ông ra đi từ trái đất này.

Kiêu hãnh và khoe khoang là miếng mồi câu nhử
Mà bây giờ ông yêu thích và đuổi theo;
Nhưng hãy nhớ, khi ông sắp chết
Chúng chẳng cho ông chỗ trú hay ẩn thân!

Thân nhân và bà con là những kẻ
Mà bây giờ ông thích sống cùng!
Nhưng hãy nhớ rằng ông phải bỏ tất cả lại phía sau
Khi ông ra đi từ thế giới này!

Tôi tớ, giàu sang, và con cái
Là những gì ông yêu thích nắm giữ;
Nhưng hãy nhớ rằng, vào lúc chết
Tay trắng ra đi không mang theo được thứ gì!

Sinh lực và sức khỏe là những gì bây giờ thân thiết nhất;
Nhưng hãy nhớ rằng vào lúc chết
Thi thể của ông được bó lại và mang đi! (1)

Bây giờ các giác quan của ông còn tỏ rõ, máu và thịt
còn khỏe và đầy sinh lực;
Nhưng hãy nhớ, vào lúc chết
Chúng sẽ không còn theo ý muốn của ông!

Thức ăn ngon ngọt là những vật
Bây giờ ông ưa thích;
Nhưng hãy nhớ, vào lúc chết
Miệng của ông nước miếng chảy ra!

Khi nghĩ đến tất cả điều này, tôi không thể giúp
Nhưng hãy tìm những lời Phật dạy!
Vui thú và khoái lạc của thế gian này,
Đối với tôi không có gì hấp dẫn.

Tôi, Milarepa, hát về Tám Điều Nhắc Nhở,
Ở Nhà Khách Garakhache của Tsang.
Với những lời rõ ràng này tôi đã cho sự cảnh cáo hữu dụng;
Tôi thúc giục ông xem xét và tu theo!

Ông hát như vậy, và bài hát khơi dậy trong lòng người thương nhân, Dhawa Norbu, một niềm tin sâu xa đến nỗi ông ta kêu lên, "Thưa Lạt-ma, những gì ông vừa hát quả thật rất đúng, rõ ràng, và đã làm tôi nghĩ đến Pháp. Xin chỉ dạy tôi làm thế nào tu tập theo lời Phật dạy." Để trả lời, Milarepa hát:

Am thất gồ ghề là chỗ của đức hạnh,

Đạo Sư với tri kiến và thực hành là viên ngọc quí
Cho những ai nguyện với chân thành và tôn kính.
Các lời dạy nên được tu tập không sai.

Ai cảm thấy tâm mình chạy hoang loạn,
Nên áp dụng cái Thấy (2) của mình
[về Tánh Không] làm thuốc chữa.
Những vướng kẹt của tâm mình như thế được tự do.
Điều này thật kỳ diệu làm sao!

Kẻ nào tâm cảm thấy bệnh,
Thì nên xin của bố thí Không Phân Biệt. (3)
Rồi y sẽ kinh nghiệm tự giải thoát về những nơi [y du hành]
Điều này thật kỳ diệu làm sao!

Ai không thích những kinh nghiệm thiền định của mình,
Nên so sánh và bàn luận chúng với các Đạo Sư thông thạo.
Nói chuyện và sống với các hành giả yoga kinh nghiệm,
Chắc chắn sẽ giúp ích tâm y!

Nếu đôi khi nghi ngờ dấy lên, và hoài nghi chủ nghĩa,
Nên đọc những lời dạy Thánh Thiện của Phật-đà.
Với tin quyết vào những lời chân lý của Pháp,
Tin tưởng và niềm tin trong tim sẽ phát sinh!

Ai cảm thấy không thoải mái và không khỏe mạnh,
Hãy khẩn nguyện với Sư Phụ của mình
Với tất cả nhiệt tình;
Như thế y sẽ được gia trì và tâm y trở nên tĩnh lặng.

Lại nữa, nên nghĩ đến những người bất tín
Đặt thân xuống trên chiếc giường Sinh Tử
Gối đầu trên chiếc gối Năm Độc
Và ném tung đống phân phiền não đến Mười Phương.
Nên tìm [thầy thuốc nào có thể]chữa được những thứ này.
Với lòng sùng mộ Ba Cửa (4), có thể chẩn đoán;

Qua Sáu Công Đức của Đạo-Y-Sư, có thể cho thuốc.
Như vậy, chắc chắn sẽ đạt được Ba Thân,
Và Năm Độc cũng sẽ được giải trừ!

Để xin lỗi và tha thứ
Nên chân thành đem hiến vật cúng dường.

Nghe hát như vậy, niềm tin sâu xa nhất hướng về Jetsun của người thương nhân được củng cố. Từ đó về sau, là một cư sĩ, ông ta đã theo lời chỉ dạy của Milarepa tu tập Pháp và trở thành một hành giả yoga rất giỏi.

Cũng trong thời gian đó, ở lữ quán, khi Milarepa xuất hiện như một người tu khổ hạnh, thì y-sĩ-học-giả Yaugru Tangbha cũng đang thuyết giảng Pháp. Các tăng nhân đệ tử của ông ta bận rộn tụng đọc những lời nguyện buổi chiều, và ngồi trong tư thế thu mình tu tập Định [Samadhi] vào ban ngày. Họ còn tổ chức các nghi lễ và bắt đầu các bài giảng của họ trước rạng đông.

Một hôm, Milarepa đến hội chúng của họ trong giờ ăn trưa để xin một ít thức ăn. (5) Mấy tăng nhân nói, "Tình cảnh của người này thật thảm thương! Ông ta hành động và mặc y phục như một hành giả yoga, nhưng không tu tập hay học được lời dạy nào về Pháp; không một chút kiến thức hay ham muốn nào đối với thiền định, ông ta cũng chẳng tụng đọc một lời nguyện nào; và còn hỏi xin của bố thí của những người tu sĩ! Thật đáng thương! Thật đáng thương!" Và tất cả bọn họ đều cảm thấy rất thương xót và lo lắng cho ông. Lúc ấy Milarepa nói với họ, "Tâm tôi luôn luôn thoải mái và an lạc, bởi vì cùng một lúc tôi có thể thực hành nhiều kinh cầu khác nhau, chẳng hạn như tụng Chân Ngôn [Mantra] và quán tưởng thân các Thiên thần, trong khi học và thực hiện những lời dạy của Phật. Xin vui lòng lắng nghe bài hát của tôi":

Tam Bảo, phù trợ tất cả

Trong cảnh giới Tỉnh Giác Vô Vi –
Tôi chứng ngộ tất cả!
Thì tại sao tôi phải khẩn nguyện họ?
An lạc là tu tập Yoga
Không Chân Ngôn và lẩm bẩm!

Người ban cho hai Thành Tựu (6) là Phật bảo hộ;
Trong cõi Đại Quang Minh,
Tôi đã giác ngộ đầy đủ Phật Vô Hữu,
Và như vậy, tôi không cần tu tập Yoga Phát-sinh!
An lạc là kinh nghiệm
Đồng nhất Tự Thân với Phật!

Các Đa-ki-ni quét sạch mọi chướng ngại và
tiêu trừ bất hạnh;
Trong cảnh giới Tự Tánh, bình diện của cội nguồn,
Tôi đã chứng ngộ tất cả.
Và như vậy, tôi không cần làm lễ cúng dường!
An lạc là Yoga
Trong đó sáu căn thức thư giãn thong dong!

Tri giác là cội nguồn của chướng ngại.
Trong cảnh giới Pháp-Yếu,
Tôi đồng nhất quỉ kiến với Hoàn Thiện;
Nên tôi không cần đọc chú trừ tà.
An lạc là Yoga
Trong đó tôi đồng nhất Pháp Thân với tri giác!

Lời nói, văn viết, và giáo điều
Và luận lý tôi thấm nhập
Trong cõi Thức Quang Minh.
Đối với tôi, không cần học.
An lạc là kinh nghiệm Yoga,
Cội nguồn của tất cả Kinh Điển.

Vì vậy, Y sĩ Yaugru nói với Milarepa, "Thưa Hành giả Yoga, kinh nghiệm và hiểu biết của ngài quả thật tuyệt vời. Tuy nhiên, theo các nguyên tắc của Phật Giáo, những người mới bắt đầu thì phải được ban cho một đối tượng hay lời dạy nào để học; cũng đáng ham muốn và hữu ích là khuyến khích người ta theo [tăng nhân] Áo vàng trong tu tập và những hành vi đạo đức. Có phải vậy không?" Milarepa đáp, "Đây có thể là lời dạy của môn phái các ông, và các ông có thể làm những gì các ông thích. Nhưng giáo lý của tôi thì hơi khác. Trong đó, nếu một người không cảm thấy xấu hổ, thế là đủ rồi! Từ đó, tôi có thể thấy, cách sùng bái của các ông như thế này – hãy phán quyết cho mình và hãy xem những gì tôi sắp nói có đúng hay không":

Con qui y Tam Bảo;
Khẩn nguyện Đạo Sư từ bi của con mãi mãi bảo hộ
và gia trì cho con.

Ông, Y-sĩ-học-giả của Tám Điều Ước Thế Gian,
Làm sao ông có thể làm sạch được vô minh và
phân tán cho người khác,
Khi ông không thể điều phục được tâm ông?

Dưới tàng lọng trắng con công xinh đẹp đứng;
Nhưng nó biến mất nhanh như tia chớp!
Suy nghĩ đi, Y sĩ thân mến! Có đúng vậy không?

Phòng nấu ăn của tu viện phía sau làng
Là biểu tượng của khốn cùng và lừa đảo;
Suy nghĩ đi, Y sĩ thân mến! Có phải vậy không?

Theo dự buổi hội họp công cộng ồn ào
Thì giống như bị lèo lái trong vòng vây của
kẻ địch hung hãn!
Suy nghĩ đi, Y sĩ thân mến! Có đúng vậy không?

Tích lũy ngựa, cừu, và châu báu,

Thì giống như sương trên cỏ
Dưới hơi gió ấm.
Suy nghĩ đi, Y sĩ thân mến! Chúng có giống vậy không?

Thân người hư huyễn với một khối phiền não
Thì giống như xác chết phết vàng!
Suy nghĩ đi, Y sĩ thân mến! Chúng có giống vậy không?

Dẫn đạo những người nữ tu tập, mà không có
kinh nghiệm bên trong,
Là nhái lại sự trang nghiêm, và là một sỉ nhục.
Suy nghĩ đi, Y sĩ thân mến! Không phải vậy sao?

Thực phẩm và hiến vật trong vòng hiến tế
Thì giống như sự thu thuế của viên thanh tra kiêu ngạo.
Suy nghĩ đi, Y sĩ thân mến! Chúng không giống vậy sao?

Bói toán, chiêm tinh, và nghi thức đạo Bon – (7)
Ba Pháp của phố chợ này giống như những trò lừa đảo.
Suy nghĩ đi, Y sĩ thân mến! Chúng không giống vậy sao?

Tán ca mê hoặc đệ tử
Thì giống như lời cầu đảo ác ý của Quỉ rồng.
Suy nghĩ đi, Y sĩ thân mến! Chúng không giống vậy sao?

Xứ sở, quê nhà, và đồng ruộng không phải là
những chân sở hữu
Mà là mê hoặc, và như cầu vồng trêu tức thanh niên!
Suy nghĩ đi, Y sĩ thân mến! Không phải vậy sao?

Lèo lái và chế ngự đệ tử bằng lừa lọc và đạo đức giả
Thì giống như một đầy tớ phục vụ nhiều chủ nhân.
Suy nghĩ đi, Y sĩ thân mến! Không đúng vậy sao?

Rao giảng mà không có Tự Tánh
Thì giống như dối láo và gian lận!

Suy nghĩ đi, Y sĩ thân mến! Không phải vậy sao?

Nếu ông không thể tự giúp ông
Làm sao ông giúp được người khác?

Sau khi nghe hát như vậy, Y sĩ Yaugru có thái độ rất cung kính đối với Jetsun. Từ chỗ ngồi đứng lên, ông ta cúi đầu chào, mắt đẫm lệ, và nói, "Xin vui lòng dạy tôi và cho phép tôi làm đệ tử của ngài."

Trong đám đệ tử của Y sĩ Yaugru, có một tăng nhân trẻ gọi là Sevan Dunchon Shawa theo Jetsun và được ban cho lễ Khai Thị và sự chỉ dạy của Milarepa. Hiến mình cho thiền định, anh ta đạt được mức thành tựu cao nhất. Anh ta là một trong những đứa con-trong-lòng của Jetsun, có danh hiệu là Sevan Repa xứ Dodra.

Đây là câu chuyện làm sao Milarepa gặp đệ tử của ông, Sevan Repa, ở Nhà Khách Garakhache của Yei Ru Jang ở Tsang.

Chú Thích Chuyện 15

(1) Ở Tây Tạng, xác người chết được đặt lên lưng ngựa, giống như một kiện hàng xếp gọn ghẽ, và được thân nhân chở đến nghĩa trang.

(2) Thấy: cái hiểu căn bản về Tánh Không. Nếu các ý nghĩ chạy tán loạn trong lúc thiền định, hành giả yoga nên hợp nhất mình với Không. Như vậy, các ý nghĩ có thể được tĩnh lặng và chuyển hóa.

(3) Vô Phân Biệt: Những người bảo trợ giàu hay nghèo, cao hay thấp, hành giả yoga nên xin của bố thí không có sự phân biệt. Đồng thời, y cũng nên nhớ rằng người cho, người nhận, và của bố thí đều không hiện hữu, hay chỉ là huyễn hóa.

(4) Ba Cửa: thân, khẩu, và ý.

(5) Thức ăn còn lại sau lễ cúng dường.

(6) Hai Thành Tựu (Siddhis) là những "thành tựu" hay thần thông thế tục và siêu việt.

(7) Bon: tôn giáo bản xứ của Tây Tạng, có trước Phật Giáo.

16. ĂN CƯỚP TRỞ THÀNH ĐỆ TỬ

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Một hôm khi Jetsun Milarepa đang thiền định ở Shri Ri thuộc Deut Jal, thì mấy tên ăn cướp đến am của ông. Khi không thể tìm được bất cứ thứ gì, thức ăn hay quần áo, và biết được ông sống và sùng mộ như thế nào, thì họ chỉ còn cách là tin ông một cách sâu xa. Họ nói, "Thưa Lạt-ma, chỗ này rất tệ. Bởi vì các điều kiện không thích hợp, ắt rất khó có thức ăn. Xin vui lòng đến quê chúng tôi, và chúng tôi sẽ cung cấp cho ông đúng mức."

Milarepa đáp, "Đúng là các điều kiện ở đây không thích hợp, nhưng tôi có mọi thứ tôi cần để đi xa hơn trong việc sùng mộ của tôi. Dù chỗ của các anh có thể tốt hơn, tôi không muốn đến đó. Thay vì, tôi thích các anh, nhân danh tôi, gửi đến quê các anh lời mời những tín đồ có phú bẩm tốt đến đây để thiền định." Và ông hát một bài hát gọi là "Chào Mừng Đến Thiền Định ở Shri Ri":

Shri Ri, nơi tuyệt diệu của Jal,
Đi vòng thì xa, tiến thẳng thì gần.
Hãy đến đây, hỡi những tín đồ đầy niềm tin và định mệnh
Và tất cả những ai khước từ thế gian và cuộc đời này!

Đây là đất kỳ diệu, Shri Ri,
Quả thực cách xa với thị thành,
Nhưng lại gần với thiền định và thành tựu!
Hãy đến Shri Ri, hỡi những tín đồ trung thành và định mệnh
Và tất cả những ai khước từ thế gian và cuộc đời này!

Ở đây dù nước có hiểm, nhưng nhiều nữ thần.
Hãy đến Shri Ri, hỡi những tín đồ tài năng và định mệnh
Hãy đến Shri Ri, các người những kẻ chối bỏ thế gian
và cuộc đời này.

Shri Ri, chỗ kỳ diệu của Jal,
Là cõi phúc, là lâu đài của Dem Chog,
Kẻ ban cho thành tựu và Thần thông!
Hãy đến Shri Ri, các người những tín đồ đầy niềm tin
và tài năng,
Tất cả các người chối bỏ thế gian và cuộc đời này!

Đây là miền đất kỳ lạ, Shri Ri của Jal,
Nơi huynh đệ Hộ vệ kỳ diệu cư trú.
Họ, những kẻ tiêu diệt chướng ngại
và khó khăn của các người!
Hãy đến Shri Ri, các người những tín đồ đầy niềm tin
và định mệnh,
Và những người chối bỏ thế gian và cuộc đời này.

Khi nghe hát như vậy, người thủ lãnh bọn cướp xúc động sâu xa với niềm tin. Y đảnh lễ dưới chân Milarepa và nói với ông rằng y sẽ trở lại thăm ông sớm. Một thời gian sau, khi trở lại, y mang theo một viên ngọc màu lam lớn, nhưng không thể quyết định được cho Milarepa hay không. Đồng thời y cũng mang theo một món quà nhỏ khác, y tặng món quà này cho Jetsun trước.

Milarepa mỉm cười và nói, "Đừng do dự! Anh có thể tặng tôi viên lam ngọc đó, dù tôi ít dùng châu ngọc. Tôi sẽ chấp nhận nó để hoàn thành công đức cho anh." Thủ lãnh bọn cướp nhận ra rằng Milarepa có năng lực thần thông tuyệt hảo biết được ý nghĩ của người khác. Rồi y dâng ông viên ngọc màu lam. Sau khi nhận viên ngọc, Milarepa nói, "Bây giờ tôi cho lại anh viên ngọc này, hy vọng rằng anh sẽ dùng nó để duy trì lòng sùng mộ của anh."

Người thủ lãnh nghĩ: "Tuyệt diệu làm sao! Ông ta không có một chút ham muốn nào về tiền bạc!" Và niềm tin của y đối với Jetsun được xác định. Rồi Milarepa ban cho anh ta lễ Khai Thị và lời chỉ dạy. Sau khi tu tập theo các lời dạy, cuối cùng anh ta đạt được những Kinh Nghiệm và Chứng Ngộ thượng thừa. Sau đó, anh ta có danh hiệu là Drigom Linkawa, và trở thành một trong những đứa con trong lòng của Milarepa.

Đây là câu chuyện Milarepa đã gặp Drigom Repa ở Shri Ri của Jal như thế nào.

17. CUỘC GẶP GỠ Ở SUỐI BẠC

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Một mùa hè nọ, đại hành giả yoga, Jetsun Milarepa, thiền định ở bắc Shri Ri. Khi mùa thu đến và mùa gặt hái đã xong, ông đi xin của bố thí, nhưng đến vùng Thượng Gog Tang thì ông bị buồn ngủ. Ông nằm mơ thấy một cô gái màu xanh lục có tóc vàng và lông mày màu nâu sáng chói, dẫn một thanh niên khoảng hai mươi tuổi. Cô ta nói, "Milarepa, ngài sẽ có tám cánh hoa từ [đóa hoa sen] trái tim ngài. Đây là một trong những cánh hoa đó. Xin vui lòng tạo phúc cho y và nuôi dưỡng y!" Rồi cô ta biến mất.

Tỉnh giấc, Milarepa nghĩ về ý nghĩa giấc mộng của mình. Ông nhất quyết rằng cô gái ấy phải là một Đa-ki-ni và tám cánh hoa ấy ắt ám chỉ rằng ông sẽ có tám đệ tử siêu tuyệt, định mệnh, như trái tim. "Có lẽ hôm nay ta sẽ gặp một đệ tử đã tận nghiệp, và ta sẽ cố gắng hết sức giúp nó." Với ý nghĩ như vậy, ông leo lên con đường dẫn đến Bong. Khi đến một con suối chảy giống như bạc, ông dừng lại để ngủ một giấc ngắn. Sau đó một lúc, một thanh niên cưỡi một con ngựa đen tiến đến gần và hỏi, "Hành giả Yoga ơi, sao ông ngủ ở đây?" Milarepa lờ đi câu hỏi của thanh niên và hỏi lại anh ta, "Người bảo trợ thân mến của ta, anh đang đi đâu vậy?" "Tôi đang đi qua con suối này để đến Din Ri."

Rồi Milarepa giải thích, "Vì già rồi, tôi thấy rất khó lội nước. Anh có thể cho tôi quá giang không?"

Người thanh niên đáp, "Vì tôi sắp chơi với những thanh niên ở đằng kia, tôi rất vội và sẽ không thể chở ông theo được. Vả lại, việc ấy sẽ quá sức con ngựa của tôi, và làm đau nó."

Sau khi nói vậy, anh ta tiếp tục đi tới, một mình, không quay đầu nhìn lại.

Vì vậy, Milarepa, chân thành tập trung, nhập định Hợp Nhất với Đạo Sư.(1) Ông nín thở bước đi nhẹ nhàng trên nước, lướt đi trơn tru qua dòng suối đến bờ bên kia. Ông nhìn lại và thấy người thanh niên và con ngựa đang thì thụp giữa dòng, làm nước bắn tung tóe. Lúc đó, người thanh niên để ý thấy Milarepa vượt qua anh ta trên nước mà không chìm. Dù chính mắt trông thấy, nhưng anh ta vẫn không tin. Anh ta lầm bầm với chính mình, "Chuyện gì đây? Ta đang nhìn thấy ảo ảnh phải không? [Nếu không], người này sinh ra là đã nổi trên mặt nước!"

Khi sang đến bờ bên kia, anh ta đến gần Milarepa quan sát hai bàn chân ông một cách cẩn thận, khám phá ra rằng ngay cả lòng bàn chân của ông cũng không bị ướt. Vì thế, trong lòng anh ta phát sinh một niềm tin sâu xa đối với Milarepa. Anh ta kêu lên, "Tôi đã không biết ngài là một Lạt-ma thành tựu. Tôi rất ân hận là tôi đã không cho ngài leo lên lưng ngựa tôi. Xin vui lòng tha thứ cho tôi và chấp nhận lời xin lỗi của tôi." Nói vậy rồi, anh ta cúi đầu làm lễ Milarepa nhiều lần. Với lòng chân thành và tin tưởng rất nhiều, anh ta hỏi, "Thưa Lạt-ma, ngài từ đâu đến? Ngài thuộc Giáo hội nào? Ai là Đạo Sư của ngài? Chùa của ngài ở đâu? Ngài tu tập thiền định gì? Sáng nay ngài từ đâu đến? Tối nay ngài sẽ ở đâu?" Để trả lời, Milarepa hát:

A! Anh bạn trẻ tốt của ta ơi!
Hãy lắng nghe, hỡi cậu bé ham chơi!

Cậu có biết ta là ai không?
Ta là hành giả Yoga Milarepa;
Gung Tang là nơi ta từ đó đến.
Chân ta đã dẫm qua tất cả các vùng Weu và Tsang, (2)
Trong lúc học các dòng tu và giáo lệnh.

Từ Đạo Sư Ngomi ân huệ đến Lạt-ma Rondonlaga,
Ta đã học với mười Đạo Sư và biết năm Mật Điển,
Các tri kiến, và triết lý của Pháp.

Từ thầy ta, Lhaje Nu Chon, ta đã học

Năm phép trừ ma dữ của các hành tinh Đen và Đỏ.
Dù rất thiện nghệ,
Ông ta không bao giờ có thể phá tan được những điểm
nghi ngờ của ta.

Rồi ta nghe người ta nói có một bậc thầy kỳ diệu
Ở phương Nam, trong Thung lũng có sông vây bọc.
Ông ta được các Chúa Naropa và Medripa gia trì,
Và đã kinh nghiệm Tự Tánh là mẹ của Tâm.
Làm chủ điều phục thân mình,
Ông ta ở dọc theo Sông Nam.
Ông, danh tiếng lan xa
Là Sư Phụ, Marpa Dịch giả.

Chỉ nghe tên nói, ông khiến da ta rúng động và
tóc ta dựng đứng.
Bất chấp hành trình khó khăn, ta đã tìm đường đến ông.
Chỉ thoáng thấy mặt ông, lòng ta đã thay đổi
Trong đời ta, ông là Đạo Sư duy nhất,
Bậc vô song, là Lho Draug Wa ân huệ. (3)

Không tiền bạc hay của cải để cúng dường ông,
Nên ta thu mình lại thành bụi phấn phục vụ ông.
Từ ông, ta học được Mật Điển Hevajra thâm diệu
Và các lời dạy về Con Đường Thiện Xảo (4) của Naropa.
Ta lập nguyện và thắng được bốn lễ Khai Thị của
Dem Chog gia trì.

Khi ta chứng ngộ tự tánh của Đại Thủ Ấn,
Ta thấy rõ ràng thực tánh của tâm;
Ta chứng ngộ đầy đủ [cảnh giới] "Bên Kia Mọi Trò
Chơi Chữ" tối hậu.

Trong Bốn Lời Dạy Như Dòng Sông (5) của
Truyền Thừa Rỉ Tai
Ta tu tập giáo lý sâu xa của Chín Điều Cốt Yếu.

Khi tu tập phép điều khiển các Kênh, Khí, và
Giọt Tinh Chất,
Ta hoàn toàn làm chủ cả tâm và Khí. (6)

Ta là hành giả yoga ở trong bầu trời;
Hợp nhất Bốn Đại,
Ta không sợ nước.

Cho cậu biết
Chùa của ta ở Shri Ri.
Sáng hôm nay ta đi đến Gog Tang Thượng;
Chiều nay ta đến chỗ nào, ta không chắc,
Vì cách sống của ta là của hành giả yoga.

Cậu có nghe những gì ta đã hát,
Hỡi cậu bé hạnh phúc chỉ tìm khoái lạc?

Sau khi nghe bài hát này, nơi người thanh niên một niềm tin không lay chuyển đối với Jetsun đã được thiết định. Nước mắt cậu ta rơi không ngừng. Rồi cậu ta đưa dây cương của con ngựa đen cho Milarepa, và hát:

Ngài là Hiền giả người ta không nhận ra, một người
ở bờ bên kia!
Ngài là Phật mà người ta ít khi được gặp.
Lời chỉ dạy của ngài là lời thuyết giảng của Hóa Thân.

Dường như là con đã nghe tên ngài lúc trước,
Nhưng con không dám chắc.
Dường như con đã gặp ngài trước kia,
Nhưng con lại không dám chắc.

Dù đã đảnh lễ với ngài
Đã thành thật đủ chưa, bây giờ con không biết.
Nếu những câu hỏi của con không đúng, cung cách
của con không thích hợp,

Con xin ngài tha thứ, vì con đã không biết ngài.

Con ngựa đen này chạy nhanh như gió.
Cổ của nó đeo lục lạc đẹp lạ lùng;
Trên lưng nó, thuộc dòng giống nổi danh
Là tấm vải yên, ấm và êm nhất;
Nằm trên đó là chiếc yên gỗ khỏe.
Chiếc đai yên làm bằng thép xứ Mon.
Cái nút xinh trang điểm cái dây đuôi đỏ nhạt;
Gần dây cương quanh đầu có màu xám đỏ
Các cuộn lông bờm giống như nụ cười của cọp,
Sáng ngời như một ngôi sao phản chiếu.

Roi trong tay, ngài hãy ra lệnh;
Giật sợi cương, nó sẽ vâng lời và chạy.
Khi nó thấy lá cờ trước mặt
Nó sẽ thắng cuộc đua!
Khi ngài hét "Chạy nhanh!" nó sẽ phi toàn tốc lực.
Đối với người thế gian, ngựa tốt là niềm kiêu hãnh.
Con biếu ngài con tuấn mã làm vật cúng dường,
Cầu mong ngài giữ cho con khỏi rơi địa ngục
Mà nếu không, con sẽ rơi vào.

Khi chấm dứt bài hát, người thanh niên dâng con ngựa cho Milarepa, nhưng Jetsun không nhận, và bảo người thanh niên rằng ông có con ngựa tốt hơn. Và ông hát:

Hãy lắng nghe, hỡi anh bảo trợ thân mến!
Con ngựa Khí-Tâm mà ta có;
Ta trang điểm cho nó tấm khăn lụa Thiền Định.
Da của nó là Giai Đoạn Sau Thiền Định, (7)
Yên của nó, Tự Tỉnh Giác quang minh.
Những roi thúc là Ba Quán Tưởng, (8)
Cái dây đuôi là lời dạy bí mật của Hai Môn. (9)

Dây cương quanh đầu là Khí Sinh Lực, (10)

Cuộn lông bờm là Ba Thời Điểm. (11)
Tĩnh lặng bên trong là đồ trang sức,
Sự di chuyển của thân là chiếc dây cương,
Và hứng khởi luôn luôn lưu chuyển là sợi dây dàm (kềm chế).

Nó phóng như điên dọc theo Con Đường Giữa
Cột Xương Sống.
Nó là con ngựa của hành giả yoga, đây chiến mã của ta.
Cưỡi nó, người ta thoát khỏi bùn Sinh Tử,
Theo nó, người ta đến được đất lành Bồ-đề.

Hỡi người bảo trợ thân mến, ta không cần hắc mã của anh.
Hãy đi con đường của anh, người trai trẻ,
và hãy tìm khoái lạc!

Người thanh niên nghĩ, "Dù ông ấy không muốn con ngựa của mình, hai bàn chân ông ấy không có giày. Ông ta nhất định cần một đôi giày!" Nghĩ như vậy, anh ta hiến đôi giày của mình cho Milarepa, và hát:

Hành giả yoga tôn kính, bậc Thánh thành tựu quí như ngọc,
Bởi vì trong tâm ngài không dính mắc,
Ngài dạo chơi không mục đích từ nơi này đến nơi khác.
Đôi khi ngài gặp chó với đôi hàm răng bén;
Có những lúc, ngài đi qua bụi gai và hẻm núi;
Và đôi bàn chân trần của ngài có thể bị đau.

Đi không có giày thì đau lắm;
Đôi ủng xanh này sẽ là đầy tớ trung thành.
Với đinh thúc bằng đồng trên gót
Và được thêu bằng lụa, đắt tiền;
Do người thợ đóng giày thiện nghệ làm ra
Bằng da hươu, bò yak, và cá sấu.
Đôi ủng này là nhãn hiệu của con, nhãn hiệu
của thanh niên,

Mà giờ đây con hiến dâng ngài.
Xin ban cho con sự gia trì thương xót.

Anh ta hát như vậy; nhưng Jetsun không nhận món quà. Ông bảo anh ta rằng ông đã có một đôi ủng tốt hơn, và hát:

Hãy lắng nghe, hỡi người thanh niên thành tín.
Miền đất bóng tối này và những cái nhìn mù quáng
Là phần của Ba Vương quốc luân hồi.

Đầy bùn là Đồng Cỏ Khát Khao,
Đầy gai là Đầm Lầy Ghen Tị.
Dã man và ác độc là con chó hung dữ Oán Ghét,
Nguy hiểm và cheo leo là ngọn đồi Kiêu Hãnh.

Nhưng ta đã đi qua các Con Sông Bốn (12)
Và đã đến bờ Tịnh Địa.
Ta đã cắt đôi ủng của ta từ thứ da từ khước luân hồi
Và da thức tỉnh vô thường và mê hoặc.
Ta đã làm đôi ủng của ta bằng sự khéo tay của
niềm tin sâu xa nơi Nghiệp,
Với thuốc nhuộm Vô Chấp nơi Vạn Hình tướng,
Với sợi chỉ và dây thừng Sùng Mộ;
Trong khi những cái móc là những Chỉ Dạy về
Ba Ràng buộc. (13)

Đây là đôi ủng của ta, đôi ủng của hành giả yoga;
Ta không ham đôi ủng của anh.
Hỡi người bảo trợ thân mến, bây giờ anh có thể về nhà.

Lúc ấy người thanh niên nói, "Thưa Tôn giả, mặc dù ngài không lấy đôi ủng của con, con vẫn muốn hiến ngài chiếc áo choàng màu xanh phớt đỏ, dùng để ngủ thì tốt lắm, vì con thấy ngài chỉ có một tấm vải mỏng che thân. Chắc ngài lúc nào cũng bị lạnh. Xin vui lòng nhận lấy chiếc áo choàng này!" Cầu mong rằng Milarepa nhận nó, chàng thanh niên hát:

Hỡi Đạo Sư thành tựu và quí báu,
Đã thoát khỏi ngã chấp,
Ngài dạo chơi không mục đích trong tâm.
Đôi khi ngài leo lên đỉnh núi;
Đôi khi ngài ngủ say trên đường phố.
Mặc một lớp áo mỏng, giống như sắp chết đói;
Còn tệ hơn khổ vì lạnh mà không có áo.

Đây là chiếc áo choàng may đẹp nhất của con
Làm bằng vải Mandari xanh phớt đỏ.
Phía trước là lụa,
Vải lót thượng hảo hạng.
Nó được viền bằng lông linh miêu.
Cổ bằng da rái cá hợp với lai.
Hai miếng đệm vai được thêu kỹ lưỡng.
Mặc nhẹ nhàng và trông rất sang.
Mặc vào rồi người ta không sợ gió táp,
Vì nó là chiếc áo choàng quí phái.
Xin vui lòng *nhận lấy, ôi Cha kính mến;*
Xin *gia trì, và ban ân huệ của ngài.*

Nhưng Milarepa không nhận chiếc áo choàng, và đáp, "Ta có cái áo choàng hơn hẳn cái của anh!" Rồi ông hát:

Hãy nghe đây, hỡi chàng thanh niên hùng biện!
Trên những thành phố của sáu nẻo luân hồi,
Gió ác Nghiệp cuồng nộ thổi.
Bị các giác quan lèo lái, cướp đoạt tự do,
Người ta lang thang giữa sinh tử, lạc lõng trong
Cảnh Giới Trung Gian!

Đôi khi người ta leo lên đỉnh núi
Trong trạng thái như mộng giữa sinh và tử.
Đôi khi người ta ngủ trên đường phố
Trong thành phố Cảnh Giới Trung Gian luân hồi.

Về phần ta, ta khao khát Cảnh Giới Chân Như,
Và trang điểm áo tịnh tâm tịnh trí
Với đồ thêu giới luật không tì vết.

Nhiếp tâm là thợ may cắt
Áo của ta thành hình dạng Ba Yoga.
Vải lót chiếc áo khoác của ta là nghệ thuật
Hợp nhất Ba Điểm Cốt Yếu. (14)
Ta làm sáng cái cầu vai
Với Đại Quang [sáng lên vào lúc] chết.
Ta cắt lai áo Giác Ngộ Cảnh Giới Trung Gian
Theo "kích thước" của các Tịnh Thân Huyền Diệu. (15)

Đây là áo choàng của ta, áo choàng của hành giả yoga;
Ta không muốn áo choàng của anh.
Vậy hãy đi đi, hỡi người bảo trợ trẻ, và hãy vui vẻ!

Chàng thanh niên nói, "Tôn giả, vì ngài không lấy chiếc áo choàng của con mặc dù áo của ngài vẫn quá mỏng, vậy thì, xin vui lòng nhận chiếc áo khoác ngắn này." Và anh ta hát để thuyết phục:

Hỡi Đạo Sư quí, bậc tối thượng,
Vào mùa hè, trong ánh mặt trời chiếu sáng
Khi nghe tiếng cúc cu hót,
Người ta có thể trần truồng đi mà không thấy lạnh.
Nhưng vào mùa đông, khi trăng lạnh sáng soi
Và bão tố mù lòa giận dữ [trên đồi],
Áo vải còn mỏng hơn lụa,
Và lạnh buốt chích giống như mũi tên!

Cha Jetsun, thử thách này
Thì nhiều quá cho ngài.
Đây là chiếc áo khoác lông cừu màu trắng xám
Với lai viền lông thú màu hạt dẻ

Và tươi vui trong lụa màu năm sắc;
Vải thì thuộc thượng hảo hạng.
Bây giờ con tặng nó cho ngài.
Xin vui lòng *nhận lấy và gia trì cho con.*

Nhưng Milarepa không nhận, và nói rằng ông có chiếc áo khoác còn tốt hơn nữa. Và ông hát:

Hỡi người bảo trợ có lòng tử tế, hãy lắng nghe cho kỹ.
Với mù quáng làm người dẫn đạo
Ta lang thang xuống những con đường hiểm nghèo;
Bị dập vùi bởi Gió Phiền Não, (16) khi nóng khi lạnh,
Ta đã bị ướt sũng trong mưa Nghiệp Báo.
Hao mòn vì những thử thách này,
Ta mơ ước Thành Phố Tự Do.

Với áo Ah Shea Sinh Nhiệt (17)
Là ve áo làm bằng Bốn Xa Luân. (18)
Thợ may của ta là Khí-Tâm bên trong
Làm ấm Giọt Tinh Chất (19)
và làm nó lưu thông;
Kinh Nghiệm Cực Lạc Tánh Không hòa lẫn
Là kim dùng để may;
Áo là Sinh Nhiệt bên trong.
Bây giờ mùa hè mùa đông đối với ta cũng vậy!

Dù áo lông cừu của anh xinh đẹp,
Áo vải của ta nhẹ và dễ chịu hơn.
Hỡi người bảo trợ thân mến, ta không muốn áo của anh;
Bây giờ anh nên về nhà.

Người thanh niên đáp, "Mặc dù ngài không nhận áo khoác ngắn của tôi, chắc ngài phải mệt mỏi vì tu tập thiền định lâu dài. Xin vui lòng nhận chiếc khăn quấn đầu của tôi, ngài có thể dùng nó đổi lấy ít thịt để duy trì và nuôi dưỡng thân thể của ngài." Rồi anh ta hát:

Hỡi Đạo Sư quí, bậc tối thượng,
Chán ghét luân hồi, ngài tìm
Giải thoát khỏi bánh xe Sinh Tử.
Ngài thiền định lâu dài
Và tu tập sùng mộ.

Như thế đôi khi chắc ngài phải cảm thấy lạnh.
Cái nón hào hoa của con
Là kỳ vật của Ấn Độ!
Sườn của nó bằng kim loại quí do
người thợ giỏi làm nên.
Nó được lợp bằng da cá sấu và kên kên,
Và trang điểm bằng lông các con chim đẹp.
Giá của nó sánh bằng con bò Yak lớn.
Bây giờ con tặng nó cho ngài – Phật Hóa Thân.
Ngài có thể dùng nó đổi lấy được nhiều thịt
Cho sức khỏe và dinh dưỡng của ngài.
Vào mùa đông và mùa hè,
Con sẽ đi theo và kính lễ!

Nhưng Milarepa cũng không nhận hiến vật này. Thay vì, ông hát:

Hỡi người thanh niên thân mến,
Chớ mất bình tĩnh!
Ta theo Dòng Truyền Thừa của Naropa vĩ đại,
Tổ sư đã hoàn toàn làm chủ nghệ thuật nhân duyên vũ trụ.
Chủ nhân của tu tập thâm sâu,
Ta không sợ 'phong đại' [nguyên tố gió] bên trong,
Cũng không tùy thuộc vào thịt của chim ưng.
Ta cảm thấy vui và hân hoan trong cơn gió táp.

Trên đỉnh đầu ta, (20)
Là viên ngọc huy hoàng như hai vầng nhật nguyệt,
Ngự trên đó là Đạo Sư của ta, Marpa dịch giả,

Trang nghiêm với những đồ trang trí bằng xương người.
Ông là Ngọc Như Ý, Hóa Thân của Phật.
Nếu anh thấy ông với con mắt kính ngưỡng,
Anh sẽ thấy ông là Phật Dorje-Chang! [Kim Cương Trì]
Ông sẽ mãi mãi coi anh như một đứa con trai.
Chiếc khăn quấn đầu hiếm có này là món trang sức
bí mật của ta.

Bậc Đạo Sư cao cả trên đầu ta rất đẹp.
Cậu thanh niên ơi, ta không muốn cái khăn quấn đầu
của cậu.
Hãy cưỡi [ngựa]đi đi với lòng vui vẻ!

Người thanh niên nghĩ, "Vị Lạt-ma tôn kính này không nhận bất cứ vật gì mình hiến tặng. Có lẽ ông ta coi những món quà ấy quá nhỏ." Vì thế, anh ta cởi sợi dây có miếng ngọc đeo cổ là một miếng ngọc rất tốt ra và hát:

Hỡi Đạo Sư quí, bậc tối thượng,
Ngài cố gắng vì sùng mộ, không vướng mắc trong tâm.
Đối với ngài, tất cả những đồ vật chất chỉ là mê hoặc!
Ngài không mong muốn của cải và giàu sang.
Một niềm tin nơi ngài đã tự chỗi dậy trong con.

Xấu hổ là bất đắc dĩ làm việc tích trữ của cha;
Trong lòng người ta khinh thị;
Một người có thể trở thành con ma khốn khổ.
Vì vậy, con khẩn nguyện ngài, Tôn giả,
Đừng từ chối miếng ngọc này.
Miếng ngọc sáu cạnh trắng trong này
Lóe ngời lên như ánh sáng lấp lánh.
Da dê mềm, và cây anh túc đỏ,
Tạo thành bộ còn thanh lịch hơn.
Với ngọc này ngài không bao giờ có thể nghèo.
Con hiến nó như món đồ trang sức đeo cổ.
Xin ngài ban cho con ơn huệ

Và ban cho lời Phật dạy.

Rồi cậu dâng ngọc cho Jetsun, nhưng Milarepa vẫn không nhận, nói, "Tôi không cần ngọc của anh. Tôi có một viên ngọc còn quí hơn nhiều lắm. Hãy lắng nghe bài bát của tôi":

Hãy lắng nghe, hỡi người bảo trợ thân mến,
Anh với một người cha tốt.
Trong tất cả mọi xứ sở, xa và rộng,
Ta, hành giả yoga, dạo chơi.
Trên đường phố, ngay tại cửa, ta xin thực phẩm.
Ta không tham lam vì bữa ăn ngon,
Ta không mong muốn sở hữu.

Con người lòng tham bất tận.
Ngay cả khi của cải tích trữ đến ngập đầu,
Người ta không bao giờ thỏa mãn.
Ta không ganh tị sự giàu sang và hàng hóa của anh.

Giàu sang lớn nhất là sự bằng lòng trong trái tim ta;
Lời dạy của Truyền Thừa Rỉ Tai là sự giàu có của ta;
Lòng sùng mộ Pháp là vật trang sức của ta
Ta tự trang sức bằng Tiếp Tục Chú Tâm; (21)
Các Yoga của Bốn Thời Kỳ là món giải trí của ta;
Các Tâm Tỉnh Giác lớn và nhỏ là đồ trang sức của ta.
Ta không cần ngọc đeo cổ của anh.
Hỡi cậu bé thân mến, hãy vui vẻ đi con đường của cậu.

Người thanh niên nghĩ, "Có phải mình là một người có tội quá lớn nên Tôn giả không từ ái với mình?" Anh ta nói với Milarepa, "Tự nhiên là một người cao cả như ngài không muốn những sở hữu hư huyễn này. Bây giờ con xin dâng lên ngài Ba Người Bạn Đồng Hành của con. (22) Từ đây về sau, con sẽ không bao giờ mang vũ khí hay giết bất kỳ chúng sinh nào. Con xin ngài ban cho con lễ Thọ Giới. Con xin ngài bảo hộ con với

ân điển từ ái của ngài!" Nói vậy rồi anh ta mở dây đeo cái túi (23) của mình và hát:

Ôi, hỡi Lạt-ma cao cả và từ bi,
Con đã luôn luôn thấy một kẻ thù như thế,
Và không bao giờ không thấy kẻ thù.
Từ bên phải, con mở túi tên bằng gỗ;
Từ bên trái, con lấy cây cung trang điểm,
Và cây kiếm bén ở bên hông
Làm tất cả các kẻ thù hết mê muội!
Với ba thứ này bên cạnh,
Con giống như một tên cướp hung tàn.
Khi con xuất hiện trước kẻ thù
Tim họ run rẩy và họ rùng mình.
Họ bỏ chạy giống những con bò sợ hãi!

Nghĩ đến họ và những việc làm sai của con
Con cảm thấy hối hận và buồn phiền.
Hôm nay con dâng lên ngài Ba Kẻ Đồng Hành.
Con sẽ nghiêm túc tuân theo giới luật
Và theo ngài đi bất cứ nơi đâu.

Nhưng Milarepa vẫn cứng rắn như kim cương. Ông nói, "Tôi không nghĩ rằng anh có thể giữ lời thề của mình. Tôi cũng không cần Ba Kẻ Đồng Hành của anh, bởi vì những người bạn đồng hành của tôi tốt hơn. Bây giờ hãy nghe tôi hát":

Hãy nghe ta, người không sợ đánh nhau,
Năm Độc Thù Nghịch (24) chạy điên cuồng
Trong miền đất của những ý nghĩ ác.
Kẻ nào không từ bỏ cuộc đánh nhau "toàn quan trọng,"
Sẽ bị tù và mất cơ hội tự do!
Đánh nhau và quân đội không phải để cho hành giả yoga.

Thế gian bên ngoài là ống tên của ta,
Tự Quang Minh Không Chấp Giữ bên trong

Là vỏ kiếm bằng da báo của ta,
Vũ khí của ta là gươm Đại Trí Tuệ.

Con Đường Hai-trong-Một là sợi dây thừng
Cái bao ngón tay cái của ta là công đức thiền định.
Đây là những nội nghĩa ẩn kín bên trong của ta.

Trên chiếc dây cung Tánh Không Bất Sinh Tối Hậu
Ta đặt vững vàng dấu ấn của Tâm Bồ-đề;
Ta bắn mũi tên Bốn Vô Cùng (25)
Vào đám quân Năm Độc.
Không nghi ngờ gì, ta sẽ thắng trận đánh nhau;
Ta sẽ tiêu diệt những nghịch thù ham muốn.

Đó là đường của ta, đường chinh phục của hành giả yoga.
Ta không thích những quà tặng của anh.
Hỡi người bảo trợ trẻ, hãy vui vẻ đi đi.

Người thanh niên nói, "Thưa Tôn giả! Mặc dù ngài không chấp nhận Ba Người Bạn Đồng Hành của con, con cũng phải nhận được sự gia trì của ngài. Vì thế, xin ngài vui lòng nhận lấy sợi dây đai (26) và con dao này của con." Rồi anh ta hát:

Ngài, Hành giả Yoga, là Phật sống,
Mặc dù nhiều người biết Pháp,
Nhưng ít kẻ tu theo.
Trong hàng trăm người khó tìm được một
Có thể cho bằng chứng về thành tựu của mình.
Con sẽ không hỏi lời dạy từ một ai khác,
Dù cho họ biết cả thế giới của Pháp;
Chỉ từ ngài thôi, Phật sống, Cha Repa.
Lời dạy của ngài phát xuất từ khổ công làm việc,
Và con không dám hỏi mà không trả trước.

Ở giữa Nepal, một con sông giận dữ chảy,
Với mây như những cây trụ đứng quanh tròn.

Nơi giống như đầu sư tử của dòng suối giận dữ ấy
Bao kiếm này được làm với những đồ trang sức bằng bạc,

Lủng lẳng trên dây đai là sợi dây vàng và bạc.
Khi mang nó, cả thân con rực sáng!
Bây giờ con dâng ngài con dao và sợi đai này.
Con sẽ hỏi ngài cho con lời chỉ dạy, sau.

Rồi người thanh niên tặng chiếc dây đai và con dao cho Milarepa. Jetsun nói, "Hiện tại, tôi không thể cho anh Giáo lý và những lời chỉ dạy; tôi cũng không muốn các tặng vật của anh. Tôi có một sợi dây đai tốt hơn dây đai của anh. Hãy lắng nghe bài hát của tôi":

Hãy lắng nghe, hỡi người thanh niên ngay thẳng!
Từ mái lều của ta trong núi tuyết
Chảy ra tinh chất của sữa và cam lồ.
Dù nó chẳng làm bằng vàng hay ngọc,
Ta sẽ không rót vào đồ chứa làm bằng đất.

Quanh eo của ta, người đàn ông nghèo đầy dũng chí,
Được buộc vào một sợi đai bằng vải sùng mộ cuồng nhiệt!
Không có mặt của giả vờ và đạo đức giả
Là kiểu mẫu của sợi đai ta.
Trí sáng ngời là con dao của ta,
Vỏ bọc nó, niềm tin Ba Độ Lượng. (27)
Tin tưởng và cần mẫn trong Pháp là sợi dây buộc
bằng vàng và bạc của ta.
Vẻ đẹp của Pháp là vinh quang trên tất cả.

E rằng các nữ thần trừng phạt ta,
Ta không bao giờ hỏi đến giàu sang và tiền bạc
Khi dạy, trong quá khứ,
Và bây giờ, ta cũng không hỏi.
Cậu thanh niên thân mến, cậu có thể về nhà;
Ta không muốn tặng vật của cậu.

Người thanh niên lại nói với Milarepa, "Thưa Tôn giả! Ngài quả thật không có một chút ham muốn nào về sự giàu sang hay hàng hóa. Vì vậy, con nghĩ rằng ngài có thể không phản đối con cúng dường ngài một ngôi chùa ở một chỗ yên tĩnh mà ngài có thể trú được." Nói như vậy rồi, anh ta hát:

Ngài là một hành giả yoga đích thực,
một bậc tu hành khổ hạnh,
Chán ghét những sự việc thế tục
Và lạnh lùng với thế gian.
Ngài đã khước từ đất mẹ và bỏ đi!
Không mục đích trong tâm, ngài rong chơi khắp cả.

Mặc dù đối với ngài vật này thì cũng như vật khác,
Một ngôi nhà trường cửu có thể giúp ngài hứng khởi.

Hãy để chúng con tìm một chỗ tốt trên đồi và
xây một ngôi chùa,
Hãy để chúng con làm những trụ cột cao, không tì vết!

Treo bên trên các trụ cột, hai vầng nhật nguyệt sẽ soi sáng.
Trên sàn rộng của chùa
Chúng con sẽ vẽ một Mandal (28) với những màu
do đá tạo nên.
Chúng con sẽ trồng hoa chung quanh tất cả
Và đào một hào sâu tròn.
Những đồ trang trí Ka Be (29) sẽ là bằng gỗ,
Và một bảo tháp với tám món trang trí sẽ làm
chỗ ấy đẹp hơn.
Sẽ có một rương đựng thánh tích để thờ và kính ngưỡng.
Xin ngài hãy nhận nó làm chỗ trụ.
Rồi thung dung, ngài có thể ở yên!

Nhưng Milarepa vẫn không chấp nhận món quà này. Ông nói, "Tôi sẽ không nhận ngôi chùa và biến nó thành nhà tôi. Tôi

cũng không biết thế nào làm vừa lòng người ta. Bây giờ, hãy lắng nghe:

Này anh chàng trẻ tuổi lẫn lộn!
Anh không biết rằng thế gian này là vô thường
và không thật?
Khi anh đến trước Diêm Vương
Tiền bạc nhà giàu của anh vô ích.
Ở đó sự giàu sang không bao giờ có thể chuộc anh ra;
Ở đó anh sẽ không tìm được chỗ nào để dũng sĩ vung gươm,
Không một chỗ để nhảy múa và vênh vang trên sân khấu.
Xác thịt của anh sẽ là cát bụi.
Bởi vì ta sợ những điều này có thể xảy đến với ta,
Ta tự buộc mình vào chỗ khổ hạnh nghiêm túc.

Ngôi chùa ta ở trong Tâm bất sinh bên trong;
Đồ trang trí Ka Be là Khí không lay chuyển;
Ta dựng các trụ cột Chân Như
Trên nền móng bất động.
Mặt trời và mặt trăng là Yoga Phát Sinh và
Yoga Hoàn Thiện.

Trên nền Hơi Ấm Thiền Định (30)
Ta vẽ một Mandal Tịnh Quán. (31)
Các kinh nghiệm Cực Lạc, Quang Minh, và Vô Niệm
Là những bông hoa xinh đẹp trong vườn!
Vây quanh bảo tháp Mười Đức Hạnh
Là cái hào hùng mạnh Tánh Không.

Đây là chùa của ta, chùa của hành giả yoga;
Ta không cần chùa của anh.
Người bảo trợ trẻ, hãy vui vẻ đi đi!

Người thanh niên nói với Milarepa, "Thưa Tôn giả, mặc dù ngài không muốn ngôi chùa ấy, thân thể yếu đuối này phải chịu bệnh hoạn. Con có một cô em gái có nhiều khả năng, có niềm

tin lớn nơi Pháp. Con muốn dâng cô ta cho ngài để làm Jomo (32) phục vụ. Xin ngài chớ coi thường mà hãy vui lòng chấp nhận cống hiến này.” Và anh ta hát:

Ôi Tôn giả yoga, người bám vào am cốc,
Dù ngài đã nhận thấy đầy đủ các lỗi của đàn bà,
Và không có lòng ham ái dục,
Thân người mong manh này phải chịu bệnh đau
Vậy nên người ta luôn luôn cần một người bạn
đồng hành ao ước.

Con dâng ngài cô em gái duy nhất của con,
Được ba người anh của nàng yêu mến.
Nàng xuất thân từ một dòng họ phi thường –
Cha mẹ nàng là hàng quí tộc;
Nàng là người thừa kế truyền thống hoàng gia.
Giữa đám đông, nàng là người lấy trái tim người,
Rạng rỡ như cầu vồng, đẹp hơn thiên nữ.
Áo vải trên thân nàng,
Trông còn đáng yêu hơn lụa.
Vàng ngọc trang điểm trên đầu nàng;
Ngọc lấp lánh và vòng châu đeo cổ
Không sánh bằng sắc đẹp rạng ngời;
Nét dịu dàng và quyến rũ khó vẽ nên.
Người đeo đuổi theo nàng không ít,
Nhưng chúng con không bằng lòng ai cả.
Hôm nay, con dâng nàng cho ngài, Hóa Thân của Phật.
Xin ngài chớ coi rẻ sự hiến dâng.

Nhưng Milarepa vẫn không chấp nhận. Ông nói, “Đừng nói như một người ngu. Tôi đã khước từ các mối ràng buộc gia đình. Tôi không thích thú gì nơi một người đàn bà chấp ngã. Cái gọi là niềm tin nơi người thường là bất định nhất và chịu sự thay đổi nhiều nhất. Tôi là một ông già xin ăn, không gia đình, không thân nhân. Người ta sẽ cười anh, nếu anh tặng cô ta cho tôi. Sau này, anh sẽ hối hận những gì anh làm. Tôi không ham

muốn làm em rể của anh đâu. Tôi có người phối ngẫu tốt hơn em gái anh rất nhiều. Hãy lắng nghe":

Về toàn diện, hỡi ông chủ trẻ,
Đàn bà là nguyên nhân của ái dục và ràng buộc.
Một Nữ Nhân Sáng Chói (33) xứng đáng quả thật
hy hữu nhất.
Có người bạn thiên nữ đồng hành trên Đường Bồ-đề
Là kỳ diệu và tuyệt vời;
Nhưng anh hơi phóng đại một chút.
Đây là lý do khiến Tu Tập Thủ Ấn (34) thành rất khó.

Người đàn bà kỳ diệu của ta là Tánh Không vô ái dục.
Trên mặt nàng là bi tâm,
Và trong nụ cười là từ ái.
Các Nguyên Tố Đỏ và Trắng (35) là y phục của nàng,
Hợp Nhất Thể Hai-trong-Một là đồ trang sức bằng lụa.
Hành động không phân biệt là sợi dây thắt lưng
Bốn Cực Lạc (36) là đồ trang sức.
Vòng đeo cổ làm bằng tất cả sự vật như là Một Vị.
Nàng là một nữ phù thủy quyến rũ như thế –
Sự Chứng Ngộ Chân Lý là nguồn gốc của nàng!
Đây là vợ ta, người bạn của hành giả yoga.
Ta không thích những đàn bà Luân hồi của anh.
Người bảo trợ trẻ ơi, đã đến lúc để anh đi đó!

Biết Milarepa không chấp nhận cống hiến này, người thanh niên nói, "Mặc dù đối với tâm đã giác ngộ của ngài thì không có chuyện như xấu hổ hay mất danh dự, làm người và ngăn trở chuyện xấu xảy ra giữa người và người. Bây giờ con thành thật hiến ngài một cái quần dài. *Xin vui lòng* nhận cho. Và anh ta hát:

Thưa Tôn giả yoga người không có gì che giấu,
Mà chỉ theo con đường Mật Giáo,
Sống trần truồng trên núi –

Ngọc hành như ngọc của ngài, phô bày rất rõ,
Có thể thấy với bất cứ ai và ở bất cứ chỗ nào.

Mặc dù ngài hoàn toàn không có ý nghĩ đến mất danh dự và hổ thẹn,
Chúng con những người thế gian xấu hổ vì sự phô bày xúc phạm thuần phong mỹ tục.
Ngay cả đức Phật Toàn Hảo, Bậc Giác Ngộ Viên Mãn
Cũng cẩn trọng giữ theo thế tục.

Chiếc quần này là của riêng con mặc;
Nó được làm bằng thứ lông cừu tốt nhất
Mà mẹ và em gái con xe chỉ.
Vợ quí phái của con đã dệt thành tấm len,
Cô gái con người hàng xóm đã nhuộm nó cho con;
Và người chú tử tế của con đã may nó.

Với y phục như thế chúng con che kín phần xấu hổ.
Con cúng dường cái quần dài của con cho ngài.
Xin đừng lặp lại câu, "Ta không cần nó!"

Milarepa nói, "Cậu thanh niên thân mến, xem chừng cậu không biết gì về xấu hổ cả! Cơ quan của tôi thòng ở đó một cách rất tự nhiên. Nó chẳng có gì đáng buồn cười cả, vậy tại sao cậu lại cười? Ngay lúc ban đầu, ta đã hoàn toàn trần truồng từ trong bụng mẹ. Khi chết đến, ta sẽ lìa thân này không có gì che đậy. Và bây giờ cũng vậy ta cũng không làm gì cho nó. Ta cũng không quan tâm về cái "xấu hổ" tự tạo của cậu, như cậu gọi nó. Bây giờ hãy lắng nghe":

Hỡi chàng thanh niên tốt, tại sao anh lại lấy
Những vật không có gì là xấu hổ làm xấu hổ?
Đó chỉ là cơ quan bản sinh của người nam;
Ta không thể hiểu cái gọi là "xấu hổ" này của anh.
Cái đáng xấu hổ nhất trong tất cả, anh là vô minh nhất.

Hãy nhìn những hành vi tội lỗi, xấu xa, và vô nghĩa;
Anh không thấy xấu hổ vì chúng.
Hãy để ta nói anh nghe ta giữ tự trọng như thế nào:
Tấm lông cừu tốt của ta là Tâm vì Bồ-đề
Mà ta xe chỉ Bốn Lễ Khai Thị; (37)
Tấm vải ta dệt là Con Đường Chánh Định giải thoát;
Thuốc nhuộm ta dùng làm bằng đức hạnh và thiện ước;
Ông chú thợ may của ta là trực giác phán đoán thận trọng
Chiếc quần dài tự trọng của ta do chú ấy may thành.

Đây là chiếc quần dài trang nghiêm và vì người,
Và vì vậy ta không cần chiếc quần dài của anh!
Anh bảo trợ thân mến, bây giờ anh có thể về nhà!

Người thanh niên nghĩ, "Con người vĩ đại này sẽ không chấp nhận bất cứ thứ gì mình cống hiến. Tốt hơn mình nên tìm biết ông ấy ở đâu và đang đi đâu. Bằng tất cả mọi phương tiện khả hữu, mình sẽ cố gắng thuyết phục ông ấy đến viếng đất nước mình." Vì thế anh ta nói: "Dù ngài không chấp nhận bất cứ vật gì con dâng hiến, vậy xin ngài vui lòng đến viếng quê hương con; và cũng xin ngài vui lòng cho con biết hiện giờ ngài đang đi đâu. Trong lòng ngài ắt phải có chỗ đến, hay là ngài sẽ không chọn cá biệt này. Xin ngài không giấu ý định mà nói cho con biết sự thật."

Milarepa đáp, "Con ạ, ta không có gì dấu con cả. Vào mùa gặt, ta đi Din Ri để xin của bố thí. Khi thu hoạch hoa màu, ta đi Nya Non. Vào mùa đông, ta ở lại một nơi hẻo lánh chỉ có chim, sóc ở." Người thanh niên nghĩ, "Một vài ngày nữa, mình sẽ mời ông ấy đến nhà mình giảng dạy cho gia đình. Mình muốn biết ông ta có chấp nhận hay không." Rồi anh ta hát:

Đạo Sư vô song, Hóa Thân của Phật,
Ngài nói rằng ngài đang đi đến Din Ri để xin của bố thí.
Nhưng đó là chỗ bị chê bai, và không công đức.
Dù bầu trời mênh mông lơ lửng trên cao,

Đức hạnh người dân ở đó
Thì nhỏ như hạt cải;
Bàn tay họ chặt hơn những cánh cửa cài
của sảnh đường hội họp! (38)
Bột lúa mì giá đắt hơn vàng.
Trăm lời nguyện bố thí chỉ phí thì giờ;
Nghèo và đói rảo bước trên chỗ ấy.

Đất Nya Non thì đầy sợ hãi,
Cõi thiên đàng cho cướp giật và giết người.
Cùi hủi trong đám đông ở đó,
Trong khi những bãi tha ma và nghĩa địa dẫy đầy.
Thật hãi hùng là xứ đó, người ta không
Dám du hành mà không có trăm bạn đi cùng,
Hay đi ba bước mà không người hướng đạo.
Chỗ bị nguyền rủa ấy, Nya Non, nổi danh xấu nhất.

Biên giới Nepal và Tây Tạng thì lạnh và cao –
Đất tuyết mà bão tuyết thét gào.
Dân ở đó thì ngu như lừa vậy!
Sông ở đó hướng nam chảy đến Nepal,
Nơi các thung lũng dưới thấp bốc nhiệt
Và những cầu dây nguy hiểm đu đưa bên trên đá tảng.
Ở Nepal khí nóng và bệnh dịch gây hiểm nguy
cho mạng sống,
Trong khi người phía Nam nói ngôn ngữ khác;
Và cây cối thì cứng đơ như xác chết.
Với tất cả tấm lòng, con ước muốn ngài không đi đến đó,
Vậy, xin ngài hãy đình hoãn chuyến đi.
Dù ngài không lấy các tặng vật của con
Xin nhận lấy của con lời đề nghị.
Đến viếng quê con chừng nửa tháng.

Milarepa đáp, "Nói chung, tôi không thể dung thứ những người bảo trợ kiêu căng. Tôi không có thích thú đến quê anh.

Về Nya Non và Din Ri, tôi biết rõ hơn anh. Hãy nghe bài hát của tôi":

Hỡi người bảo trợ kiêu căng với lòng ham muốn mạnh,
Hãy lắng nghe ta hát với niềm tin.
Thật khó gặp một người công đức không tì vết,
Khó tìm được một nơi người đức hạnh sống,
Vì đã nhiều lần thay đổi.

Ta là một hành giả yoga nghĩ và nói những gì mình thích,
Nhưng ta chưa bao giờ có ác ý gây tin đồn nhảm.

Dù bột mì ở Din Ri rất đắt,
Nó không khó cho ta có được.
Song ta thích mùi vị Năm thứ Cam Lồ hơn,
Và không bao giờ tự nhồi nhét cho mình đầy
những miếng vị ngon.

Ta là một hành giả yoga tự tại, ăn thực phẩm
Chánh Định bên trong Không phân biệt.
Vậy thì sự ham muốn bữa ăn ngon không mời gọi được gì.
Vào những lúc đói, ta vui và thoải mái.

Mặc dù đường thì hiểm nghèo và đáng sợ,
Lời nguyện với bậc Ân huệ sẽ chẳng bao giờ
làm ta thất vọng.
Tam Bảo là nơi trú và nương náu an toàn nhất;
Các thiên nữ trong Ba Nơi sẽ luôn luôn là người
hướng đạo của ta.
Người bạn đồng hành không ly cách là Tâm Bồ-đề
Các hộ thần của ta là Hộ vệ của Tám Phân Đàn [Bát bộ].

Vì không có sở hữu, ta không có kẻ thù.
Vui vẻ và thoải mái, ta gặp bọn cướp.
Dù Nya Non có thể có danh xấu,
Người ở đó thì thật thà và khéo léo.

Ngày xưa, họ ngay thẳng và bộc trực.
Đi dễ dàng và chẳng bận tâm,
Họ ăn và uống không giả vờ;
Họ giữ sự vật y như chúng có,
Rừng nhỏ rừng lớn cùng nhau phát triển.

Về phần ta, ta không thích thú gì về sự giàu có thế gian;
Ta cũng không bị ràng buộc gì với đồ ăn và thức uống.
Bằng lòng rồi, ta không quan tâm chuyện đi vớ vẩn
và trò giải trí.
Vì vậy, khi thiền định, Định của ta thâm nhập.
Đây là lý do tại sao ta đến Nya Non.
Làm chủ được thuật luyện Lửa Tam-muội [Dumo], (39)
Ta không sợ lạnh hay nóng;
Vui và dễ chịu khi ta gặp tuyết rơi.

Hôm nay, ta không thấy lý do nào khiến ta
hoãn lại cuộc hành trình,
Nhưng ta sẽ không đến quê hương anh [thăm viếng];
Những bảo trợ kiêu mạn không làm ta thích thú.
Làm sao ta có thể khiến cho mình mến được những
người ta không biết?
Hãy lên ngựa đi, thời giờ đã trễ .
Hỡi người thanh niên thân mến, vừa lòng, đã đến lúc
để anh đi.
Chúc anh khỏe và sống đời trường thọ.

Nghe bài hát từ chối này, người thanh niên tràn ngập chán nản và thất vọng. Anh ta nói, "Thưa Tôn giả, bất cứ vật gì con dâng hiến ngài cũng không chấp nhận. Bất cứ lời chỉ dạy nào con khẩn nguyện ngài cũng không ban cho. Con nhận thức rằng con quá tội lỗi. Bây giờ con thề rằng con sẽ không đi đâu cả, mà tự giết con tại đây ngay trước mặt ngài." Nói như thế rồi, anh ta rút con dao bén như dao cạo kê mũi nhọn ngay trái tim, và hát:

Xin hãy nghe con, hỡi Hành giả Yoga tôn kính,
Vào buổi sáng cát tường này, khi con cưỡi ngựa
trên đường,
Con đã thấy một người trần truồng, đang nằm bên suối bạc.
Con nói, "Có phải ông ta là một hành giả yoga điên,
Hay chỉ là một kẻ khôi hài ngu ngốc?
Phô thân trần truồng mà không xấu hổ,
Chắc hẳn là một người ngu mất trí!"

Vì thế, khinh khi – không phải niềm tin – phát khởi
trong con.
Con đã phản đối bất cứ ý nghĩ nào về kết bạn
và bỏ đi một mình.
Về điều này, ngài, thưa Tôn giả, đã nhận thấy rõ ràng.
Như đã bị thương tệ hại, bây giờ con hối hận trong đau đớn.

Khi ngài vượt qua dòng sông xanh
Để đến chỗ ngồi trên bờ bên kia,
Con thấy ngài bay trên nước
Giống như chim ưng trên bầu trời.
Vút lên như gió trên không trung,
Con thấy ngài bay.
Thi triển thần lực kỳ diệu của ngài,
Con thấy ngài bay trên sông Tsang
Đến bờ bên kia.

Con đã kinh ngạc và vui quá
Khi thấy một người thành tựu.
Kiêu hãnh và sung sướng, một niềm tự phụ
dấy lên trong con;
Con nghĩ rằng con là một kẻ rất có tài,
Chỉ có một ít chướng ngại và những suy nghĩ
theo thói quen.
Con nghĩ rằng con phải là một Pháp khí tốt;
Con phải là một người đức hạnh và định mệnh an bài,
Đã có những đại công đức và ý nguyện tốt. (40)

Từ ngày sinh ra,
Con chưa bao giờ hạnh phúc như hôm nay.
Với giàu sang, của cải, và tiện nghi con đã dâng hiến
Ngài không một chút gì thích thú.
Con chưa từng nghe nói đến một hành giả yoga nào
như ngài ở Tây Tạng;
Con chưa từng gặp một Phật tử nào hoàn toàn như thế,
Một người rất tuyệt diệu và phi thường.

Vào ngày cát tường này trong cuộc hành hương của con,
Con đã dâng hiến và nguyện ngài trong mọi cách!
Tuyệt diệu và phi thường như ngài,
Ngài không chú ý đến những gì con nói.
Con cảm thấy rằng mình vô tri và đáng thương nhất.
Con cảm thấy rằng con ngu và thiếu công đức;
Con hoàn toàn nhầm lẫn và làm mất lòng nhiều nhất.
Cảm thấy thất vọng, con đã mất hướng đi.
Con đang bắt đầu tin con không có khả năng vì Pháp!
Thì dùng làm gì và có ý nghĩa gì
Nếu có cơ duyên gặp Phật,
Nếu không nhận được một bài thuyết giảng của Ngài?
Làm sao có thể đối diện và nói gì với những kẻ
đồng hương?
Trở về trong xấu hổ
Thà là con sẽ tự kết liễu đời con trước mặt ngài!
Tất cả ràng buộc với chết đúng lúc;
Tốt hơn con nên chết bây giờ,
Chết trước mặt một thánh nhân đã thành tựu,
Khi lòng con đang đầy Pháp.
Ôi! Jetsun tôn kính, toàn bi mẫn!
Sau khi nghe câu chuyện xin lỗi như thế từ một
thanh niên khốn khổ,
Với tâm phổ hiện của ngài, ngài biết nên nói gì.

Khi nghe lời khẩn cầu chân thành của người thanh niên, Milarepa nghĩ: "Cậu ta quả thật có nhiệt tâm và thành thật rất nhiều. Chắc phải có sự ước nguyện với nhau (41) giữa chúng ta. Sự tiên tri do nữ thần đã cho trong giấc mộng của ta dường như ám chỉ cậu ta. Vậy, ta phải chấp nhận cậu ấy." Vì vậy, ông hát:

Hãy lắng nghe ta, hỡi người bảo trợ trẻ thân mến!
Con có lời phát nguyện nhiệt tình vì những hành vi đạo đức,
Con phải là một người có chút tội hay ác nghiệp.

Vì con có lòng mong ước kịch liệt cầu xin Pháp [nơi ta]
Sự kiêu hãnh và tự lừa mình của con quả thật không nhiều!

Vì con đã rộng rãi hiến nhiều tặng vật,
Con không thể nào bủn xỉn và tham lam.

Trí thông minh và sự đồng cảm của con đều tốt,
Vì con có chút vô minh hay ghét.

Vì con tôn trọng và kính phục ta,
Con ắt là đã kết giao gần gũi
Với Pháp trong những kiếp trước!

Vào buổi sáng cát tường hôm nay, ta, người lang thang từ Gung Tang đến.
Và con, người thanh niên từ hạ lưu Jhal Khrum, lên
Gặp nhau trên bờ sông xanh này.
Dường như hy vọng của chúng ta trong những kiếp qua đã xếp đặt nên cuộc gặp gỡ này;
Ấy là định mệnh của chúng ta gặp nhau trước Suối Bạc.
Con phải là một người mà Nghiệp không ô nhiễm,
Đã thức tỉnh khỏi những niệm tưởng do tập khí của Hàm Tàng Thức.

Hỡi người bảo trợ trẻ tuổi, ta hát bài hát cát tường này cho con.

Vì con đã nghe lời dạy chính thống,
Bây giờ con có tinh tấn tu tập Pháp chăng?

Nếu trong tim con niềm tin đã trỗi dậy,
Nếu con không chú ý đến được mất thế gian,
Nếu con thực sự muốn theo ta,
Hãy biết rằng thân nhân là những chướng ngại
quỉ ma đã sắp đặt của Pháp;
Đừng nghĩ đó là thật mà làm dịu đi cơn thèm khát
vì họ của con.

Tiền bạc và sang trọng hoa mỹ là những sứ thần của quỉ;
Kết giao với chúng chỉ là độc hại.
Hãy khước từ chúng và tất cả những gì ràng buộc.
Vui sướng trong khoái lạc là dây thừng của quỉ
Rồi nghĩ về cái chết để hàng phục lòng tham.
Những bạn trẻ là cái bẩy dụ dỗ của quỉ;
Khi biết chúng là mê hoặc, hãy cẩn thận xem chừng.

Đất quê của một người là nhà tù của quỉ;
Bị nhốt trong đó thì khó
Đạt được giải thoát.
Vậy hãy lập tức thoát ra;
Đặt tất cả sang một bên và cố gắng lên vì Pháp.
Chỉ bằng hành động tức thời con có thể thành công!

Đến lúc thân hư huyễn của con sẽ hư hoại.
Tốt hơn, hãy kết giao với Pháp bây giờ.

Con chim tâm phóng nhanh, dù sao cũng sẽ bay lên;
Tốt hơn là bây giờ cất cánh lên Trời!

Nếu con tin và theo những gì ta nói,
Con sẽ là một Pháp khí xứng danh.
Con sẽ được ban cho phúc lợi và lời chỉ dạy;
Những lời dạy sâu xa của Dòng đạo Rỉ tai

Cũng sẽ được truyền thụ.

Con ơi! Đây là khởi sự cuộc hành trình của con trên
Đường Bồ-đề.
Ngay cả ta, hành giả yoga, cũng vui khi con chứng đắc.
Con cũng vậy, người thanh niên, cũng sẽ mừng vui!

Người thanh niên sung sướng không thể tả khi nghe bài hát này. Với niềm hân hoan hồ hởi, anh ta cúi đầu đảnh lễ dưới chân Jetsun, làm lễ nhiều lần, và đi nhiễu vòng quanh Milareapa nhiều vòng. Rồi anh ta lập lời thệ nguyện [trở lại], và ra đi.

Bốn tháng sau, khi Milareapa dừng chân ở Manlun Chubar thuộc Drin, người thanh niên cùng với người cháu trai của anh ta trở lại viếng Milarepa. Người chú dâng một miếng ngọc trắng không tì vết, và người cháu dâng một nửa lạng vàng, nhưng Jetsun không nhận những món quà đó.

Vào lúc đó, Dịch giả Bhari đang xây bảo tháp của Phật Tsudor Namjhal ở Drin, vì vậy Milarepa nói với họ, tôi không cần thiết nhận lấy quà tặng của các anh; các anh có thể tặng chúng cho Dịch giả Bhari, và yêu cầu ông ta làm lễ Khai Thị cho anh. Về những Chỉ Dạy Thiết Yếu (42) thì chính tôi sẽ truyền cho anh."

Vì vậy, họ đến Dịch giả Bhari, và yêu cầu ông ta truyền lễ Khai Thị Dem Chog đầy đủ. Do đó, Bhari ban cho họ Giáo lý Bên Ngoài Tsudor Namjhal, phép tu Me Ru Sinha để tăng thêm thọ mạng, và lời Phật dạy về Thực thi.

Ông ta còn ban cho họ Giáo lý Bên Trong của Dem Chog, tức là, Pháp Tu Bảy Chữ, những Lời Chỉ Dạy của Đạo Sư Nữ Thần Biểu Tượng, và phép thiền định của Nữ Thần Kurukulla. Sau đó, họ đi theo ông ta đến Tu Viện Sajya. (43)

Rồi người thanh niên trở lại với Milarepa và sống với ông năm năm. Anh ta đã có được Sáu Yoga của Naropa từ Milarepa, và giáo lý Đại Thủ Ấn truyền từ Đại sư Medripa. Bởi vì anh ta cần mẫn tu tập các giáo lý ấy, Milarepa cũng truyền cho anh ta tất cả những Chỉ Dạy Thiết Yếu. Trước kia người thanh niên

được gọi là Dharma Wonshu; (44) sau đó, Milarepa cho anh ta một tên khác, Repa Shiwa Aui [Ánh Sáng Thanh Bình Áo Vải].

Trước khi quay về với tôn giáo, anh ta là người rất ham thích khoái lạc; về sau vì sùng mộ, anh ta hoàn toàn khước từ thế gian. Anh ta đã thề trước Milarepa rằng trong suốt quãng đời còn lại, anh ta sẽ không bao giờ mang giày da hay mặc gì hơn một manh áo vải, và sẽ không trở về quê hương nữa, cũng không tích trữ lương thực để dùng nhiều hơn hai ngày. Với sự cần mẫn lớn nhất, anh ta đã tự thâm nhập trong sùng mộ và cuối cùng đã đạt được những kinh nghiệm tốt. Milarepa hân hoan vì sự tiến bộ của anh ta và hát:

Xin cúi đầu đảnh lễ tất cả chư Đạo Sư. Vĩ đại là sự gia trì
Từ các Đạo Sư đại bi của Truyền Thừa Tu tập; (45)
Vĩ đại và đầy năng lực là những Chỉ Dạy Thiết Yếu
của Marpa và Mila!
Con, Shiwa Aui, cần cù và chịu khó.
Nhờ ân điển của các nữ thần Đa-ki-ni, con đã hiểu rõ.

Con ơi, nếu con muốn hoàn thành thiền định của con
Hãy tự mình tiết chế sự tin mù quáng và
nói những chuyện rỗng tuếch;
Đừng nghĩ về những vinh quang quí phái trong quá khứ;
Hãy ở lại trong thung lũng không người đến;
Hãy xa rời bạn xấu và tự xét mình;
Đừng ham muốn trở thành Đạo Sư;
Hãy khiêm cung và cần cù tu tập;
Đừng bao giờ hy vọng chóng đạt thành Giác Ngộ,
Nhưng hãy thiền định cho đến khi con chết.
Khi quên chữ nghĩa và nghiên cứu,
Hãy tu tập theo những Chỉ Dạy Thiết Yếu.
Nếu con muốn tự lợi ích mình
Hãy khước từ nói chuyện và lắm lời;
Hãy tập trung vào sùng mộ.

Shiwa Aui đáp, "Thầy vừa nói rằng người nào học nhiều mà không thực tập thì bị lạc đường. Xin thầy giải thích thêm điều này một chút."

Milarepa trả lời, "Ta nói như thế có nghĩa là bám vào chuyện thế gian của đời này mà không từ bỏ nó là một nguy hiểm. Một nguy hiểm khác là người ấy bị mất điểm cốt yếu của tu tập. Trong giáo lý của Dòng đạo Marpa, chúng ta không có những sai lầm và nguy hiểm như thế, vì chúng ta không bao giờ chú ý vào lời nói và sự thuyết giảng. Chúng ta nhấn mạnh vào tu tập thực tế. Hãy nghe 'Bài Hát Về Những Nguy Hiểm Và Ngụy Biện' của ta":

Kính lễ chư Đạo Sư Thánh Thiện.

Hãy lắng nghe những lời cao vời, và thuyết giảng
khoa trương;
Hãy nhìn những tên bất tài lừa bịp, điên cuồng nhập
cuộc tranh luận hăng say.

Khi nói, họ dường như có ý làm con sợ hãi;
Khi ngủ, họ những mơ màng, khoác lác;
Họ đi như những tên Mông Cổ kiêu kỳ.
Nguy hiểm và chướng ngại vây quanh họ.

Ba Vương quốc và Sáu Nẻo lâm nguy
Do dục vọng mãi mãi đưa chúng sinh vào nguy hiểm.

Có bảy nguy hiểm con nên coi chừng:
Rơi vào an lạc của Tiểu Thừa; (46)
Dùng kiến thức Phật Giáo để có thức ăn;
Tự tâng bốc mình với kiêu hãnh là tu sĩ;
Rơi vào sự điên loạn yoga; (47)
Đắm mình trong diễn thuyết trống rỗng;
Rơi vào cái bẩy hư vô.
Như vậy, vô minh là nguyên nhân của tất cả ngụy biện
và nguy hiểm.

Lời dạy của Truyền Thừa Rỉ Tai là hơi thở của
các thiên nữ Đa-ki-ni.
Đừng bao giờ nghi ngờ chân lý ấy, nếu con nghi ngờ
Hãy nhớ rằng nghi ngờ này xảy ra
Là do ảnh hưởng của quỉ.
Shiwa Aui, làm sao con có thể đi lạc đường
Vì con ở gần ta, Đại Nhân Áo Vải?
Hãy buông nghi ngờ xuống và thiền định.
Người nương tựa vào chân Giáo lý sẽ không bao giờ đi lạc.

Chớ nghĩ, con ơi, về kiến thức ngôn từ vô nghĩa
Mà hãy tập trung vào sự sùng mộ của con.
Rồi con sẽ sớm đạt đại Thành Tựu.

Vì thế, Shiwa Aui đã bỏ tìm kiếm kiến thức ngôn từ và tập trung vào sự sùng mộ của mình và không bao giờ nghĩ đến quần áo và thức ăn.

Một hôm, một người bạn đến thăm Shiwa Aui. Thấy thân thể anh ta gầy còm hốc hác vì thiếu thực phẩm và quần áo. Người bạn hiểu ra và cảm thấy thương hại anh ta, nói "Dharma Wonshu, anh là một trai lơ vui vẻ xuất thân từ gia đình giàu có. Nhưng bây giờ anh trông già và nghèo, không quần áo và thức ăn. Buồn làm sao! Buồn làm sao!" Shiwa Aui hát trả lời:

Ô, Sư Phụ của con, Jetsun, chân Phật,
Cánh Đồng Cúng Dường (48) cho cha mẹ con!

Anh em, chị em, và tất cả [thân nhân] khởi dậy luân hồi;
Nhưng giờ đây tôi đã khước từ tất cả.
Jetsun là đồng hành, đồng chí duy nhất của tôi trong Pháp,
Một mình ngài là nguồn Phật Giáo cho tôi;
Với ngài, chân Phật, tôi ở lại nơi cô tịch.

Tụm ba tụm bốn chỉ đưa đến nói năng trống rỗng,
Để tránh nó tôi ở trong cô tịch.

Sách và luận chỉ đưa đến tự kiêu,
Nhưng Phật chính thống chỉ ban cho
Lời Chỉ Dạy Thiết Yếu.
Như vậy tôi từ chối tất cả sách và luận,
Và nương tựa vào Chỉ Dạy Thiết Yếu rõ ràng.

Am chùa là chỗ gần Phật
Nơi tôi tu tập đức hạnh và tích tụ công đức.

Càng có nhiều, ham muốn càng nhiều.
Vì thế tôi lìa bỏ gia đình và khước từ đất tổ.

Xứ sở không có trụ biên giới là nơi gần Phật
Nơi ấy người thành tín có thể thực hành đức hạnh.

Bạn bè và người hầu hạ khiến nhiều lo âu
và ham muốn hơn,
Vì vậy, tôi khước từ họ trong mọi lúc.

Một niềm tin sâu xa phát sinh bên trong người đàn ông ấy sau khi ông ta lắng nghe bài hát của người bạn trước kia, vì thế ông ta tặng cho Shiwa Aui nhiều vật tốt. Milarepa rất hài lòng vì chuyện này.

Từ đó về sau, Shiwa Aui phục vụ Milarepa cho đến ngày Đạo Sư của ông nhập Niết Bàn. Trong suốt quãng đời mình, ông học toàn bộ giáo lý của Milarepa, như vậy đã giữ ông không đi lạc đường trong kinh nghiệm thiền định và hiểu biết.

Người cháu trai, Sang Jye Jhab, nổi tiếng là một người ngu và có quyền lực, không hành động như một Repa tốt. Ông ta trụ ở một ngôi chùa nhỏ gần cạnh Nya Non. Jetsun hơi không hài lòng với ông ta.

Sau khi Milarepa nhập Niết Bàn, Shiwa Aui đến động Man Chu trong thung lũng Padru tu tập thiền định. Cuối cùng, ông ta đạt được Giác Ngộ Hoàn toàn và các công đức của Đạo. Ông ta

đạt Thành Tựu Tự Tại Vô Ngại (49) vì vậy đã có thể đi xuyên qua đá của cái hang ấy và lên đến Tịnh địa của các Nữ Thần ngay trong đời ông.

Đây là câu chuyện Milarepa gặp người đệ tử của ông, Áo vải Shiwa Aui, ở Suối Bạc.

Chú Thích Chuyện 17

(1) Định Hợp Nhất với Đạo Sư (T.T.: bLa.Mahi.rNal.hByor.): Định hợp nhất tâm mình với tâm của các Đạo Sư.

(2) Weu và Tsang (T.T.: dWus.gTsan): Weu là một vùng ở Trung Tây Tạng, Tsang là vùng ở Tây bắc Tây Tạng.

(3) Lho Draug Wa là một tên khác của Marpa.

(4) Con Đường Thiện Xảo: Yoga với Hữu Tướng (T.T.: Thabs.Lam): Xem chú giải của dịch giả ở Phụ lục.

(5) Bốn Giáo lý như Dòng sông có lẽ là: (a) Giáo lý Yoga Phát Sinh, (b) Giáo lý Sáu Yoga, (c) Yoga Hoàn Thiện thượng thừa, và (d) Giáo lý Đại Thủ Ấn. "Như dòng sông" ám chỉ các giáo này chuyển vận những làn sóng ân huệ liên tục.

(6) Xem Chuyện 3, Chú thích 2.

(7) Giai đoạn Sau Thiền Định (Dhyana): Mỗi Thiền Định có hai giai đoạn: Giai đoạn Chính, và Giai đoạn Sau. Trong Giai đoạn Chính của Thiền Định, tâm của hành giả hoàn toàn thấm nhập trong tập trung. Trong Giai đoạn Sau Thiền Định, trong khi hành giả tiếp tục các sinh hoạt hằng ngày, tâm vẫn giữ như thế trong chiêm nghiệm, tức là, không hoàn toàn xa lìa kinh nghiệm thiền định.

(8) Ba Quán Tưởng: Đây có lẽ ám chỉ các phép tu tập sau đây: Quán tưởng (a) về Phật Hộ Trì, (b) về Mạn-đà-la, và (c) về các Xa Luân (Cakras) bên trong.

(9) Hai Môn: Yoga Hữu Tướng và Yoga Vô Tướng.

(10) Khí Sinh Lực hay Khí Sống (T.T.: Srog.Rlun): Đây là Khí chính yểm trợ sự sống con người và cũng theo Mật Điển Tây Tạng, là nguồn năng lực của Thức A-lại-da hay Hàm Tàng Thức.

(11) Đối với dịch giả, câu nói này không rõ. Có lẽ nó ám chỉ ba thời gian thích hợp cho thiền định.

(12) Con Sông Bốn: là một từ biểu tượng chỉ bốn giai đoạn trở thành của Sinh Tử: sinh, trụ, dị (suy tàn), và diệt.

(13) Ba Ràng buộc: thuật ngữ dùng chỉ những lời dạy hướng về sự thuần thục thân, khẩu, và ý.

(14) Ba Điểm Cốt Yếu: hợp nhất tâm với Hiện tướng-Tánh Không (T.T.: sNan. sTon.), với Cực Lạc-Tánh Không (T.T.: bDe.sTon.), và với Quang Minh-Tánh Không (T.T.: Rig.sTon.).

(15) Báo Thân và Hóa Thân.

(16) Gió phiền não: Từ tượng trưng chỉ những xúc động có thể thay đổi của con người.

(17) Xem Chuyện 7, Chú thích 24.

(18) Bốn Xa Luân [Trung Khu]: các trung khu tâm thần ở đầu, cổ, tim, và rốn.
*[‘Xa Luân’ (chỉ các trung khu tâm thần trong cơ thể con người – theo yoga) là từ Hán-Việt dịch từ thuật ngữ tiếng Phạn ‘Cakra’ có nghĩa là cái ‘bánh xe’, tiếng Anh dịch là ‘wheel’ (bánh xe) hay ‘circle’(vòng tròn) như trong thành ngữ ‘the Wheel of Dharma’ (Phạn: Dharma Cakra) hay ‘Pháp luân’ có nghĩa là ‘bánh xe Pháp’ (có thể thấy ở các hình vẽ Pháp luân). Cũng có sách dùng chữ ‘Luân xa’ có nghĩa là ‘cái xe có bánh’ để dịch chữ Cakra. Vì chữ ‘Cakra’ chỉ cái bánh xe (xa luân), không phải chỉ cái xe có bánh (luân xa), nên trong sách này dùng chữ ‘Xa Luân’ để dịch thuật ngữ ‘Cakra’. ND].

(19) Tig Le (Ph.: Bindu): (Giọt Tinh Chất) tinh dịch của người nam và “máu” của người nữ.

(20) Một trung khu tâm thần [Xa Luân] quan trọng nằm ở đỉnh đầu.

(21) Tiếp tục Chú tâm: nhớ kinh nghiệm thiền định trong các hoạt động hàng ngày.

(22) Ba Người Bạn Đồng Hành: Cung, tên, và kiếm là ba người bạn đồng hành (bảo vệ) của những người lữ hành ở Tây Tạng vào thời cổ.

(23) Cái túi đeo: Bao kiếm và túi đựng tên được buộc vào dây đai, cùng với cái túi đeo trong đó chứa những vật linh tinh.

(24) Xem Chuyện 7, Chú thích 24.

(25) Bốn Vô Cùng, hay Bốn Tâm Vô lượng, tức là Từ, Bi, Hỉ, và Xả.

(26) Xem Chú thích 23.

(27) Đây có lẽ ám chỉ ba tiêu chuẩn mà hành giả yoga phán xét kinh nghiệm của mình trong thiền định, tức là, hoặc kinh nghiệm có khế hợp với Kinh (Sutras), hoặc nó làm tăng hay giảm bi tâm của mình hướng về chúng sinh, hoặc nó có mở rộng hiểu biết của mình về Tánh Không hay không.

(28) Mandal: Dịch giả cho rằng "Mandal," như người Tây Tạng phát âm "Mandral," là phát âm sai của từ tiếng Phạn "Mandala." Xem Chuyện 7, Chú thích 14 .

(29) Ka Be (T.T.: KhạBad.): Vật trang trí theo cách kiến trúc nhà của người Tây Tạng đặt nhô tới trước từ các đầu kèo chống đỡ mái nhà.

(30) Hơi Ấm Thiền Định: sức nóng sinh ra trong khi tu tập thiền định.

(31) Tịnh Quán (T. T.: lHag.mThon.): chiêm nghiệm sâu xa về chân lý của Bát-nhã-ba-la-mật-đa.

(32) Jomo: vợ của của một giảng sư cư sĩ.

(33) Nữ Nhân Sáng Chói (T.T.: Rig.Ma.): một người đàn bà rất có tài về hiểu và tu tập Mật Giáo.

(34) Tu tập Thủ ấn: một hình thức cao cấp của Yoga Nhiệt.

(35) Các Nguyên Tố Đỏ và Trắng: các năng lực dương và âm, tích cực và tiêu cực.

(36) Bốn Cực Lạc: Khi Tig Le, tinh yếu của năng lực, từ Trung Khu Nhiệt đi xuống, nó lần lượt sản xuất bốn cực lạc, tức là, Cực Lạc Thứ nhất, Cực Lạc Tột Đỉnh, Cực Lạc Ở Bên Kia Tầm Với, và Cực Lạc Bẩm Sinh. Xem "Teachings of Tibetan Yoga" của dịch giả. [Cũng xem *Du Già Tây Tạng, Giáo lý và Tu Tập* - ND].

(37) Bốn Lễ Khai Thị: các lễ Khai Thị Cái Bình, Bí Mật, Trí Tuệ, và Biểu Tượng (Thủ Ấn). Xem Chuyện 1, Chú thích 7.

(38) Các cánh cửa của sảnh đường hội họp trong các tu viện Tây Tạng đều đóng chặt và khóa lại đa số thời gian.

(39) Lửa Dumo [Lửa Tam-muội]: Lửa phát nhiệt "huyền diệu" phát sinh ở Trung Khu Rốn.

(40) Những ước nguyện trong sạch vì Pháp được thiết lập trong đời trước.

(41) Nếu hai người đã lập lời thệ nguyện với nhau trong đời trước, sức mạnh của lời thệ nguyện ấy, hay Nghiệp của Ước Nguyện, sẽ đem lại sự hoàn thành trong đời vị lai.

(42) Chỉ Dạy Thiết Yếu (T.T.: Man.Nag. hay gDams.Nag.): Từ này cũng có thể dịch là "Lời Chỉ Dạy Trọng Yếu," gồm tinh túy của giáo lý Mật Điển truyền từ Đạo Sư đến đệ tử, thường trong hình thức rất đơn giản, chính xác, nhưng thực tiễn. Do đó, nó được gọi là "Chỉ Dạy Thiết Yếu."

(43) Tu viện Sajya (T.T.: Sa.sKya.): tu viện chính của Sajyapa (phái Mũ Xám).

(44) T.T.: Shu.Yas.Dar.Ma.dWan.Phyug.

(45) Truyền Thừa Tu Tập (T.T.: sGrub.brGyud.): Đây là một tên khác của phái Ghagyuba, bởi vì phái này nhấn mạnh sự tu tập thiền định.

(46) Theo Phật Giáo Đại Thừa, thì Niết Bàn và Định (Samadhi) của Tiểu Thừa nông cạn, không đầy đủ, có giới hạn, và tiêu cực, trái với Đại Thừa, tích cực và năng động. Bám vào sự tịch tĩnh cực lạc của Định là một mối nguy hiểm lớn có thể đưa người ta rơi vào Con Đường Tiểu Thừa.

(47) Sự điên loạn Yoga: Có một "giai đoạn điên loạn" đã được thừa nhận, mà tất cả hành giả yoga phải trải qua trước khi Giác Ngộ cuối cùng hay đầy

đủ. Đây ám chỉ sự nguy hiểm khi rơi vào cái gọi là "sự điên loạn tinh thần" của những hành giả yoga cấp cao.

(48) Cánh đồng Cúng dường: thuật ngữ chỉ người có phẩm cách nhận sự cúng dường, như Đạo Sư, Phật, hay các bậc hiền nhân giác ngộ. Sự cúng dường sẽ chín muồi thành công đức của người cúng như là hạt giống được gieo trong đất tốt.

(49) Tự Tại Vô Ngại (T.T.: Zan.Thal.): Những hành giả yoga cao cấp đã hoàn toàn làm chủ được Khí-Tâm, họ có thể đi xuyên qua tất cả những chướng ngại vật cụ thể, rắn chắc không khó khăn gì. Sự thành tựu này gọi là Zan.Thal

18. KHÚC CA CÂY GẬY TRÚC

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Khi đã khước từ tất cả những vật dụng tùy thân và những đồ vật chất thế gian, sở hữu duy nhất của Jetsun Milarepa là một cây gậy trúc. Một hôm, tay cầm gậy, Milarepa và đệ tử Sevan Repa đi Thung lũng Jen để xin của bố thí. Họ đến một căn nhà bị phong bế, nằm cạnh bờ sông. Chỉ trừ một bà lão, không một ai khác sống ở đó cả. Milarepa hỏi xin bà bố thí. Bà lão nói, "Tôi là một bà già không xu dính túi; nhưng ngang qua cánh đồng kia có một người giàu có gọi là Shangchub Bar, ông ấy đang làm việc trên cánh đồng. Hãy đến đó hỏi ông ấy, và ông sẽ được mãn nguyện."

Khi cả hai đến nhà người giàu đó, họ thấy ông ta đang phân loại hạt giống để gieo. Milarepa nói, "Hỡi người bảo trợ thân mến, người ta bảo chúng tôi rằng ông là một người giàu có, vì vậy chúng tôi đến đây xin ông bố thí." Người đàn ông đáp, "Rất hân hoan bố thí cho ngài, nhưng nếu ngài là một hành giả yoga thật, ngài phải hiểu ý nghĩa biểu tượng của sự vật và có thể thuyết giảng một bài pháp làm thí dụ. Bây giờ, xin vui lòng dùng cánh đồng của tôi làm ngụ ngôn, và hát một bài thuyết giảng." Vì thế, Jetsun và Sevan cùng hát với nhau:

Ôi, hỡi người bảo trợ hãnh diện và kiêu căng,
Hãy lắng nghe ta, người giàu có xứ Ngan Tson.

Vào tháng xuân này các nông dân
Tây Tạng bận rộn trên cánh đồng của họ.
Ta, hành giả yoga, cũng là cánh đồng.

Trên cánh đồng của những ham muốn xấu xa,
Ta rải phân bón Tu Tập Chuẩn Bị; (1)
Ta tưới cánh đồng với phân bón Năm Nước Cam Lồ; (2)
Ta gieo những hạt giống Tâm Không Bối Rối,
Canh tác với ý nghĩ phân biệt.
Ta cày với những con bò Bất Nhị
Mắc ách vào cái cày Trí Tuệ,
Với giữ Giới Luật là sợi dây xỏ mũi,
Tinh tấn là roi, và thiện xảo là dây cương.
Với những dụng cụ và nỗ lực này, chồi Bồ-đề nảy mầm;
Chín đúng mùa sẽ là quả của ta.

Ông là nông gia trồng hoa màu mỗi năm
Vì vĩnh viễn nên ta canh tác.
Lúc gặt hái ông vui và kiêu hãnh.
Trong chúng ta cuối cùng ai an lạc?

Trong phúng dụ ta đã cải lời bài hát làm ruộng này.
Dù hãnh diện và kiêu căng, bây giờ hãy mừng và vui vậy.
Bằng cúng dường nhiều, hãy tích tụ
Công đức cho điều thiện của riêng ông.

Người nông dân đáp lại, "Hỡi hành giả yoga thân mến, tôi thấy ông có cây gậy trên tay. Vậy có nghĩa là gì? Có phải ấy là để chơi đùa như con nít, hay để cho kẻ điên cầm? Xin hãy vui lòng nói tôi nghe, để làm gì vậy?" Milarepa hát trả lời:

Hãy nghe đây, hỡi người bảo trợ tò mò, thân mến!
Anh biết ta là ai không?
Ta là hành giả Yoga, Milarepa,
Tu theo con đường khổ hạnh;
Ta là một hành giả Yoga, rất nhiều sức mạnh và kiên trì,
Và không có giới hạn.

Cây gậy trên tay ta
Mọc trên một tảng đá khổng lồ.

Được chặt xuống bằng liềm và trở thành
Bạn đồng hành của những hươu hoang.
Nó đến từ Nepal, ở phương Nam;
Treo trên nó là Kinh Điển Đại Thừa;
Ta đem nó theo ta vào phố chợ;
Được một tín đồ thành tín hiến cho.
Đây là câu chuyện về cây gậy đi đường của ta.
Nếu anh không hiểu ta muốn nói gì,
Hãy lắng nghe với chú tâm đầy đủ:

Đầu mập chắc, cắt ngay gần gốc,
Tượng trưng cho "cắt đứt" khỏi luân hồi.
Đầu ốm kia, cắt ngay gần ngọn,
Tượng trưng cho "cắt đứt" tất cả nghi ngờ và bối rối.
Dài chừng hai thước mộc (3) và tượng trưng cho
Hai phẩm cách song sinh của người Phật tử. (4)

Phẩm cách tốt và dễ uốn nắn, ấy giống như
Tự Tánh của Tâm Bản Nhiên – tốt và lành mạnh.
Lớp bóng, màu nâu thích thú, thì như
Đại hài hòa của "Bản Tánh Tâm Nguyên Thủy."

Thẳng và dễ uốn, nó tượng trưng cho
Tu tập và sùng mộ không sai lầm.

Những đường rãnh nhỏ ông thấy, tượng trưng cho
Sự toàn hảo của Đạo Bồ-đề.
Bốn lóng của gậy trúc này
Là Bốn Ước Mong Vô Hạn, (5)
Ba nút này tượng trưng cho
Ba Thân của Phật.

Nó chẳng bao giờ đổi màu, tượng trưng cho
Thực tại không tì vết của Căn Nguyên. (6)
Đầu của nó, cong và được bao bọc, phô ra
Bản tánh của Chân Như "ở bên kia những trò chơi chữ";

Bề ngoài trắng và lấp lánh cho thấy
Pháp Thân – không tì vết và thanh tịnh.
Trong ruột trống tượng trưng cho tánh không của vạn hữu,
Các đốm đó là biểu tượng của [Giọt] Tig Le duy nhất.
Những vết đen rải rác chỉ ra rằng
Các hành giả Yoga và Repa Tây Tạng
Ít có ý nghĩ quấy rầy.

Gậy trúc tuyệt hảo này tượng trưng
Sự sùng mộ và tu tập của ta khế hợp với Pháp.
Vẻ thanh nhã và đáng yêu của nó bày tỏ
Sự thành thật và tín tâm của đệ tử ta.

Sắt bịt đầu gậy trên đầu nó chuyển đạt
Sự kiên trì của hành giả yoga trong am cốc.
Chỗ cầm, bọc đồng, tượng trưng cho
Sự làm chủ và hấp dẫn các thiên nữ Đa-ki-ni.

Cây đinh gắn ở đầu gậy phô bày
Sự dũng cảm và cần mẫn của hành giả yoga;
Chiếc nhẫn đồng treo ở đó tượng trưng
Sự gia tăng của công đức bên trong.

Vật trang sức của Sha Bran [?] thòng xuống đó
Là sự hiểu biết uyển chuyển của hành giả yoga.
Sợi dây da hai mảnh bện vào nhau tiêu biểu
Sự nhập vào Con Đường Hai-trong-Một;
Những dây da Mẹ-và-Con hòa lẫn với nhau,
Sự hội họp với Mẹ của Ba Thân.

Những vật trang điểm bằng xương treo trên gậy
Có nghĩa là nhiều cuộc du hành cho hành giả yoga.
Đá lửa và ống thổi có nghĩa là
Tất cả những gì thấy và gặp
Đều là bạn của hành giả yoga.

Chiếc vỏ ốc màu trắng treo trên gậy
Có nghĩa là ta sẽ chuyển Pháp Luân.
Miếng da rách tượng trưng cho
Thái độ của hành giả yoga, không sợ hãi
cũng không xấu hổ.

Cái gương soi treo trên gậy
Là sự Giác Ngộ chiếu sáng bên trong.
Con dao bén biểu thị
Sự đau khổ của phiền não sẽ được cắt đứt.
Miếng đá pha lê biểu tượng
Sự tẩy sạch các niệm tưởng ô nhiễm do tập khí.

Sợi dây chuyền bằng ngà treo trên gậy
Là sợi Dây Chuyền Quan Tâm giữa Đạo Sư và Đệ Tử.
Bộ lục lạc biểu tượng cho
Danh tiếng của ta lan rộng;
Những sợi dây lông cừu đỏ và trắng,
Là đệ tử của ta sẽ nhiều.

Cây gậy đẹp bây giờ ta cầm nơi tay
Là phương tiện và biểu tượng của sự chinh phục
những ai xấu ác.

Hỡi người bảo trợ, anh hỏi ta ý nghĩa của gậy này;
Đây chứng tỏ anh thành thực và có niềm tin.
Cuộc gặp gỡ hiện tại này làm chứng
Những ước mong thuần khiết của chúng ta trong đời trước.

Vì người và Thần, những kẻ tư duy về tất cả biểu tượng,
Ta đã hát "Khúc Ca Cây Gậy Trắng."
Vậy thì hãy tôn kính và cảm kích lời Pháp dạy.
Hỡi người bảo trợ thân mến, ta hy vọng anh tu tập Pháp
và đạt an lạc tột cùng.

Trong lòng người giàu này sinh ra một niềm tin lớn. Cúi đầu đảnh lễ dưới chân Milarepa, ông ta nói, "Thưa Lạt-ma, con sẽ phục vụ thầy từ nay cho đến chết. Xin thầy vui lòng đến ở luôn nhà con." Nhưng Jetsun và Sevan không hứa ở lại hơn bảy ngày, nói, "Chúng tôi không muốn chấp nhận những hiến vật thế gian của ông."

Vào lúc chấm dứt thời gian tạm dừng lại ở đấy, khi họ sắp từ giã, người bảo trợ đó kêu lên, "Vì quí thầy đã quyết định đi, trước khi đi, xin quí thầy nói cho tôi biết các Kinh Nghiệm và sự Chứng Ngộ của quí thầy trong thiền định." Để trả lời, Jetsun và người đệ tử cùng hát:

Hãy lắng nghe, hỡi người bảo trợ đầy đức tin,
Giàu có nhưng không thận trọng!
Pháp, nói thì dễ
Nhưng khó tu tập theo.

Ôi các anh, những người thế gian lầm lẫn,
Các anh luôn luôn phí thì giờ nhàn rỗi,
để thời gian trôi qua.
Dù tâm anh bao giờ cũng nói, "Ta phải tu tập Pháp,"
Đời của anh đã phí và những giờ đã trôi qua.
Giờ đây anh nên quyết tâm bắt đầu tu tập.

Nước núi mát
Trị lành các bệnh thận,
Nhưng chỉ gà rừng và chim núi có thể đến được thôi;
Thú trong thung lũng không có cơ hội nào uống được.

Kiếm Thép của Trời (7) rơi xuống lúc sấm rền
Là vũ khí tiêu diệt kẻ thù,
Nhưng chỉ Voi Bảo Vệ Trái Đất
Có thể cầm và sử dụng hiệu quả;
Voi nhỏ thì không đủ sức.

Cam lồ của Trời là tinh chất của sự sống lâu dài

Luôn luôn giữ tinh hoa của thân mạnh mẽ.
Nhưng chỉ Thánh Sư Long Thọ là có thể dùng –
Không phải tất cả những ai tu tập Pháp.
Chiếc rương vàng ban cho sự vui hưởng
Là kho tàng chữa được sự nghèo,
Nhưng chỉ "Thái tử Nguyệt Quang" có thể sở hữu –
Không phải những người thường.

Viên ngọc kỳ diệu dưới đại dương
Là tuyệt diệu ban cho mọi ước muốn,
Nhưng nó chỉ thuộc về Rồng An Lạc;
Người trần gian không thể có được.

Cảnh thiên nhiên vĩ đại, quả thực, có Lâu đài Thiên Hỉ,
Nhưng chỉ Đạo Sư Vô Trước là có thể thưởng thức.
Không phải tất cả loài người có thể đến hay thấy được.

Thuốc Sáu Công Đức
Có thể chữa lành cảm và sốt.
Được bào chế từ gỗ Chiên đàn,
Không phải từ những cây khác.

Mười Thiện Đức theo luật nhân quả
Có thể khiến người ta đến các Cõi cao hơn,
Nhưng chỉ những ai với lòng tin có thể tu tập –
Những kẻ đại tội thì không tự do.

Chỉ Dạy Thiết Yếu của các Đạo Sư
Có thể khiến người ta đạt được Giác Ngộ cao nhất,
Nhưng chỉ người có Nghiệp có thể học và tu tập theo;
Không có căn cơ hay Nghiệp, hiếm khi người có cơ duyên.

Những Chỉ Dạy Thiết Yếu Khẩu Truyền
Khiến người ta có thể thành Phật mà không thất bại,
Nhưng chỉ những người quyết tâm có thể theo được nó thôi;
Không phải những kẻ tìm khoái lạc, như anh.

Nghèo đói được thức ăn và giàu sang chữa trị
Những kẻ rộng rãi và khôn lanh sớm trở nên đông,
Nhưng những thứ này kẻ khốn khổ không bao giờ
được hưởng.

Độ lượng là một công đức người ta có thể kiêu hãnh.
Anh, người giàu có của Ngan Tson, có nó;
Nhưng không phải tất cả những người giàu sang
đều độ lượng.

Ta, Milarepa, và đệ tử Se Ston Repa, (8)
Vì muốn làm cho ước muốn trong những đời trước còn lại
Với anh, người giàu có của Jenlun Ngan Tson,
Trong bảy ngày vui vẻ. Bây giờ chúng ta phải đi.
Mong anh và người của anh đều khỏe mạnh và trường thọ!

Rồi Milarepa nói, "Anh đã cho tôi thức ăn và chỗ ở, và tôi đã thuyết giảng cho anh. [Mối liên hệ] này quan trọng. Ai tôn kính, hoan hỉ trong Pháp, và luôn luôn có niềm tin nơi Pháp, là đang trồng Hạt Giống Pháp mà từ đó Trí Bẩm Sinh sẽ phát triển trong các đời vị lai. Ai đã lập thiện ước đúng, không phải học nhiều giáo lý. Cũng không phải hội hợp [với Đạo Sư mình] lâu dài. Nếu duyên bên ngoài và hạt giống bên trong tâm một người gặp nhau, mặc dù tạm thời người ta có thể đi lạc đường, năng lực của hạt giống ước nguyện cuối cùng sẽ đưa y đến đúng đường. Hơn nữa, niềm tin và nhiệt tình là quan trọng nhất. Ngày nay, bởi vì người ta không tích lũy công đức [bằng những việc thiện], họ ít thấy công đức bên trong của những người khác mà chỉ thấy những lỗi lầm của họ, dù những lỗi lầm ấy nhỏ và vô nghĩa. Nếu anh có lòng tin tôi, dù tôi ở gần hay xa cũng sẽ không có gì khác biệt. Nếu chúng ta ở quá gần nhau, mối quan hệ của chúng ta trở nên quá thân mật, nó sẽ gây bất hòa và phiền não giữa chúng ta. Tôi nghĩ điều đó sẽ rất khó cho anh, ngay trong thời hiện tại, làm người tu tập hoàn toàn theo Pháp. Anh phải cố gắng hiểu sự suy nghĩ do tập khí của anh. Trong bất cứ trường hợp nào, tôi cũng mong ước tốt cho anh, và anh

cũng nên cố gắng khẩn nguyện, và tin tưởng nơi tôi. Nếu bây giờ anh thực hành những hành vi đạo đức và đặt niềm tin [nơi Pháp], anh sẽ tái sinh ở một xứ sở đặc biệt, thuận lợi, với những điều kiện và phương tiện toàn hảo [để tu tập Pháp]. Đối với một người theo Pháp, không nhất thiết phải đi đến nhiều nơi. Lại nữa, ai thấy nhiều lỗi lầm nơi người khác, thì chính y là một kẻ vô minh. Đối với anh, những người thế gian, nơi sinh trưởng thì luôn luôn là nhất; anh cũng thích những lễ nghi trọng đại. Nhưng sự thực, nếu anh có thiện chí, và tặng lương thực thường xuyên mà không dè xẻn cho một người ăn xin cô độc, như vậy cũng đã đủ. Chẳng có chuyện "lời dạy này hay" và "lời dạy kia dở"; anh không bao giờ nên làm một người bộ phái. Khó cho anh thân cận tôi. Con chồn không bao giờ đi chỗ con sư tử nhảy; nó sẽ bị gãy lưng nếu nó cố làm y theo con sư tử. Quả thực rất khó cho đa số những người yêu mến Pháp theo cách tu tập của tôi. Tôi hy vọng rằng anh, một người quí phái, sẽ không bao giờ mất niềm tin nơi Pháp."

Nói như vậy với người giàu có ấy rồi Milarepa và đệ tử lên đường hành cước xin của bố thí, [chẳng bao lâu] họ đến một thị trấn, nơi đây họ gặp một hành giả yoga mặc y phục có vẻ giống như một người theo Mật Giáo. Vị hành giả yoga Mật Giáo này nói với Milarepa, "Thưa Hành giả, ngài từ đâu đến? Xét bề ngoài thì dường như ngài là một người có Tịnh Kiến, Tịnh Tu, và Hạnh Bình Đẳng. (9) Ngài có gì nói để có thể giúp cho tôi tiến bộ?" Milarepa đáp, "Ngài có thực hiểu về Kiến, Tu, và Hành không? Nếu không, tôi có thể nói về chỗ hiểu của tôi, nhưng ngài có thể không hiểu nó hoàn toàn. Tốt hơn là sáng nay có thể thiết định một mối quan hệ Nghiệp có điềm lành và lợi ích giữa chúng ta." "Thôi, xin bỏ qua cho," vị hành giả yoga nói, "Tôi có thể bố thí cho ngài. Chính tôi đây là một người dạy Mật Giáo, và cũng có một chút hiểu biết về những điều đó. Theo môn phái của tôi, Kiến, Tu, và Hành là như thế này…" Và ông ta giảng giải các giáo lý một cách dài dòng. Rồi ông ta hỏi Milarepa, "Môn phái của ngài có đồng ý với môn phái của tôi không?" Milarepa đáp, "Ai không sợ Sinh Tử, khước từ thế

gian, theo lời chỉ dạy của một Đạo Sư có phẩm cách, với ham muốn mãnh liệt thành Phật tức thời – bị các bản năng thèm khát và xấu xa lèo lái, thì sẽ chỉ trở thành một người nói lếu láo mà thôi. Mặc dù y nói rất nhiều về Kiến, Tu, và Hành, nhưng hầu như y đi lạc đường." Và Jetsun hát:

Hãy nghe, hỡi đại sư!
Khó mà giúp người khác
Nếu mình không từ bỏ thế gian.

Nếu ông không nhận ra *luân hồi và niết bàn là một,*
Và giữ trong lòng mình một ý kiến yếu ớt nhưng mơ hồ,
Trong tham đắm ông sẽ tha hồ thỏa mãn [các giác quan],
Và sẽ bị dòng suối Tám Dục lôi cuốn.

[Ông nên tự cẩn thận quán xét và hỏi mình]:
"Tôi đã giác ngộ chân lý Hai-trong-Một ở bên kia
các cực đoan, (10)
Hay tôi đã lao mình qua Bốn Biên? (11)
Sự tu tập của tôi không có sự 'cố gắng của tâm'?
Tôi có bị ám ảnh bởi con ma 'tướng và thể'?
Có phải Định hỉ lạc của tôi
Là một trạng thái mê hoặc bị 'thủ-ái' nhiễm ô?
Tôi có bị còng bởi các pháp hình tướng
Mà không có ân điển, sự gia trì?
Khi tôi thiền định về tính đồng nhất của hóa hiện
và Đạo Sư, (12)
Tỉnh giác của tôi có lang thang không?
Khi tôi minh họa chân lý bằng các biểu tượng Mật Giáo,
Tôi có dạy Chân Lý ở bên kia tất cả mọi biểu tượng?
Tôi có làm ô nhiễm bằng 'nỗ lực có chủ định,' và bóp méo
Tự-tâm vốn thanh tịnh?
Tôi đã làm điều tôi muốn
Theo con đường mà các Lạt-ma trung chánh
không bao giờ làm?
Tôi có từng tự hỏi: 'Ta có ý thức

Rằng sự thịnh vượng và thành đạt thế gian
Chỉ là chướng ngại do quỉ ma dựng lập?’”

Nếu ông không hiểu hay tu tập
Giáo lý của một Dòng Truyền với ân huệ,
Quỉ sẽ dùng ma thuật của chúng dẫn ông đi sai lạc.
Rồi ông sẽ không bao giờ tự giải thoát được mình
Khỏi các cảnh giới khốn khổ và luân hồi.
Vậy thì, hãy nương vào một Dòng đạo chân truyền, và tu tập
Sự sùng mộ của ông sẽ không có khao khát và tự chìm đắm.

Nghe bài hát này, vị giảng sư hướng đến Milarepa trong tin cậy, kêu lên, “Đây quả thật tuyệt diệu!” Ông ta cúi đầu đảnh lễ dưới chân Jetsun và mời ông đến nhà ông ta, dâng lên những hiến vật hoàn hảo và phục vụ Milarepa. Rồi ông ta yêu cầu Milarepa chấp nhận ông ta làm đệ tử. Jetsun biết rằng ông ta là một người định mệnh, ban cho ông ta như yêu cầu. Vì thế, cả ba trở lại Núi Tuyết Lashi. Nhận lễ Khai Thị và Chỉ Dạy Thiết Yếu từ Milarepa, vị giảng sư sau này đạt được Thành Tựu và đạt đến cảnh giới Giải Thoát. Ông ta cuối cùng đã được định mệnh an bài trở thành một trong ‘những đứa con trong lòng’ của Milarepa, và ông ta có danh hiệu là Shangchub Jarbo – bậc Thầy của Ngan Tson.

Đây là câu chuyện Milarepa hát “Khúc Ca Cây Gậy Trúc” ở Thung lũng Jen, và cuộc gặp gỡ của ông với thầy Ngan Tson.

Chú Thích Chuyện 18

(1) Tu Tập Dự Bị (T.T.: sNon.hGro.): Trước khi bước vào các phép tu tập thiền định như Yoga Phát Sinh, Yoga Hoàn Thiện, và Đại Thủ Ấn, hành giả yoga trước tiên phải hoàn tất tất cả những tu tập dự bị. Bốn tu tập thông thường nhất là (a) 100.000 lạy trước các biểu tượng của Tam Bảo; (b) 100.000 lời nguyện với Đạo Sư và Phật Hộ Trì; (c) 100.000 lời nguyện sám

hối, cùng với 100.000 Chân Ngôn của Kim-Cương-Tát-Đỏa (Vajrasattva); và (d) cúng dường 100.000 Mạn-đà-la.

(2) Năm Nước Cam-lồ: Năm phân tiết của cơ thể con người.

(3) Troo (T.T.: Khru) chỉ một đơn vị đo lường địa phương, có chiều dài từ cùi chỏ đến đầu ngón tay giữa, tức khoảng một thước mộc.

(4) Hai phẩm cách song sinh: có lẽ là các công đức của Trí và Bi.

(5) Bốn Ước Mong Vô Hạn: (a) mong rằng tất cả chúng sinh có thể gieo hạt giống an lạc và gặt được kết quả; (b) mong rằng tất cả chúng sinh có thể tránh được đau khổ và nguyên nhân của đau khổ; (c) mong rằng tất cả chúng sinh có thể đạt được "an lạc thanh tịnh"; (d) mong rằng tất cả chúng sinh có thể đạt được cảnh giới tịch tĩnh.

(6) Căn Nguyên: Xem Chuyện 12, các Chú thích 5, 6, và 7.

(7) Thép của Trời (T.T.: gNam.lCags.): Theo các truyền kỳ Tây Tạng, các vũ khí làm bằng kim loại từ trên trời rơi xuống (lưỡi tầm sét) thì cực kỳ rắn chắc và có giá trị.

(8) Có lẽ là "Sevan Repa" do đã in sai.

(9) Hạnh Bình Đẳng: Thấm nhập trong Cảnh Giới "Bình Đẳng của Luân Hồi và Niết Bàn," người giác ngộ lúc nào cũng hành động không sợ hãi và không thiên vị.

(10) Nghĩa đen là "Ở bên kia Bốn Biên." Xem chú thích 11.

(11) Bốn Biên hay Bốn Cực Đoan (T.T.: mThah.bShi.): bốn mô hình căn bản mà người ta theo đó đặt định quan niệm của mình về thực tại. Đó là thực tại thì (a) tích cực hay hiện hữu; (b) tiêu cực hay không hiện hữu; (c) vừa hiện hữu vừa không hiện hữu; (d) ở bên kia hiện hữu và không hiện hữu. Nếu ai bám vào bất cứ cái nào trong bốn "biên" hay "cực đoan" này, thì theo Phật Giáo, anh ta đã trượt điểm trọng yếu.

(12) Một hành giả yoga Mật Giáo nên biết rằng tất cả các hiện tướng đều là biểu hiện của Chân Như, và "chân Đạo Sư" – hiện thân của cái Tuyệt Đối ấy – là chính tâm mình. Như thế, thiền định về tâm mình là để giác ngộ tính đồng nhất của các hiện thân và các Đạo Sư.

19. HAI MƯƠI MỐT LỜI KHÍCH LỆ

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Một đêm nọ, trong khi đang thiền định trên Núi Tuyết Lashi, Milarepa nằm mộng thấy một cô gái đẹp tuyệt vời, trang điểm bằng những đồ trang sức bằng ngọc và xương, đến nói với ông, "Hành giả Yoga Milarepa, ông nên theo lời chỉ dạy của Đạo Sư ông, hãy đến Núi Tuyết Di Se và thiền định ở đó. Trên đường đi, ông sẽ gặp một người tài năng và định mệnh mà ông sẽ gây ảnh hưởng và hướng dẫn tùy theo nhu cầu của y." Sau khi nói xong, cô ta biến mất. Khi Milarepa thức giấc, ông tự nghĩ, "Thông điệp này do Phật Hộ Trì và thiên nữ Đa-ki-ni gửi đến khiến mình có thể trả ân lòng nhân từ của Đạo Sư mình. Mình phải làm theo yêu cầu của cô ta và đi ngay bây giờ."

Trên đường từ Lashi đế Núi Tuyết Di Se, ông gặp một cư dân của Nya Non gọi là Dhamba Jhaupu.

Người đàn ông này mời ông đến nhà, cúng dường nhiều thứ, và tặng một lễ tiệc tôn vinh ông. [Trong bữa tiệc], ông ta nói với Milarepa, "Vì những đệ tử bây giờ đã tụ hội ở đây, xin thầy vui lòng giảng cho chúng con Pháp nở hoa bên trong thầy. Xin thầy vui lòng tạo lời giảng bằng một bài hát và hát lên cho chúng con nghe."

Và vì thế Milarepa hát "Hai Mươi Mốt Lời Khích Lệ cho Tâm":

Vĩ đại thay là Con Đường Thiện Xảo của Mật Điển
Và những lời Chỉ Dạy Thiết Yếu của Đạo Sư,
Và cũng vậy là sự kiên trì và cương quyết;
Đây là "Ba Điều Vĩ Đại."

Hãy đặt Khí Sinh Động ở trọng điểm,
Tự Tánh của Tâm trong Trạng Thái Tự Nhiên,
Và ý thức dưới tự khảo nghiệm;
Đây là "Ba Nhập."

Để hoàn thành mệnh lệnh của Đạo Sư ta,
Hãy đạt các ước nguyện của trái tim ta,
Và hãy vì người mà không gắng sức;
Đây là "Ba Thành Tựu."

Chướng ngại bên ngoài và quỉ ma biến mất,
Ham muốn bên trong và phiền não diệt trừ,
Mất quân bình và bệnh hoạn của thân không còn nữa;
Đây là "Ba Vắng Mặt."

Thiện xảo và phương tiện của ta trong diễn thuyết,
Sự hùng biện của ta khi trả lời câu hỏi,
Tri thức về bản tánh và các dạng thái của Tâm;
Đây là "Ba Thông Thạo."

Ta thấy rõ rằng cực lạc là không bản thể
Ta thấy tất cả sự vật hóa hiện mà không phân biệt
Ta thấy rõ Cái Ấy ở bên kia tất cả ngôn từ;
Đây là "Ba Cái Thấy."

Khi con người tụ hội thành đám đông,
Các phương tiện và hưởng thụ tập trung ở đó
Và các Đa-ki-ni nhóm họp;
Đây là "Ba Tụ Họp."

Đây là một-và-hai-mươi sự Khích Lệ cho Tâm
Là kết quả kinh nghiệm của ta trong thiền định;
Tất cả những người tìm kiếm Pháp nên đánh giá.
Đặc biệt là những người theo ta và các đệ tử của ta.

Quá nhiều chỉ dạy sẽ chướng ngại Giải Thoát.

Vậy hãy theo và tu tập những lời quí báu
Ta đã hát cho hội chúng này.

Vì thế Dhamba Jhaupu phục vụ Milarepa, người đã ban cho ông ta lễ Khai Thị và những Chỉ Dạy Thiết Yếu. Tu tập theo các giáo lý này trong một thời gian, ông ta đã đạt được những Kinh Nghiệm và Chứng Ngộ, sau đó đã trở thành một trong những "đệ tử thân cận" của Jetsun.

Đây là câu chuyện Milarepa gặp Dhamba Jhaupu.

20. CUỘC GẶP GỠ CỦA MILAREPA VỚI KAR CHON REPA

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Như đã nói trước, theo sự tiên tri của đức Marpa, Jetsun Milarepa cùng với mấy đệ tử ra đi đến Núi Tuyết Di Se. Khi họ đến hồ Lowo, một trong các đệ tử giả vờ bị bệnh và không đi nữa, vì vậy cuộc hành trình bị gián đoạn. Rồi Milarepa dừng lại ở thượng lưu Lowo mùa hè đó và thuyết Pháp ở đó.

Khi mùa thu đến và lúc Milarepa sắp đi Núi Tuyết Di Se, các đệ tử và những người bảo trợ đã làm tiệc tiễn ông. Tất cả bọn họ vây quanh, dâng hiến vật và cúi đầu làm lễ trước ông. Lúc ấy những người bảo trợ khẩn nguyện ông chỉ dạy bởi vì tất cả bọn họ nhận thấy rằng không ai có thể nói cho họ cho đến khi họ lại gặp nhau. Đáp lời, Milarepa hát ca khúc "Tu Tập Yoga Đúng":

Ta, Milarepa, người, hành giả yoga Tây Tạng,
Học ít, song những chỉ dạy của ta thì vĩ đại.
Ta ngủ ít, mà kiên tâm thiền định,
Khiêm cung trong lòng, nhưng kiên trì vĩ đại.

Biết một điều, ta biết tất cả;
Biết tất cả, ta biết chúng là một.
Ta là kẻ lão thông trong Chân Lý Tuyệt Đối.

Chiếc giường của ta nhỏ, nhưng ta duỗi cẳng tự do.
Áo của ta mỏng, song thân ta ấm.
Ta ăn ít, song ta thỏa mãn.

Ta là kẻ tất cả hành giả yoga kính ngưỡng,
Là người tất cả những kẻ thành tín tìm đến, một hướng đạo
Trên con đường luân hồi đáng sợ.
Không dính mắc vào một quê hương nào,
Ta không có nơi ở cố định;
Bất chấp tất cả, ta làm theo ý ta.

Ta không thèm khát sở hữu. Giữa thức ăn sạch
Và không sạch, ta không phân biệt.
Ta ít đau khổ vì phiền não châm chích.

Với ít tự trọng, ta ít có ham muốn;
Ta không khao khát những chuyện chủ-khách;
Như thế, ta có thể mở những cái nút Niết Bàn.

Ta an ủi những người già khi họ phiền muộn;
Thích vui, ta là bạn của thanh niên.
Là hành giả yoga, ta dạo bước trong tất cả các tôn giáo, mong sao
Trời và người sống trong an lạc.

Sau khi nghe bài hát này, họ nói với Milarepa, "Hẳn vậy, Tôn giả, đây là sự sống và tu tập của ngài; nhưng xin ngài vui lòng nói cho chúng con biết nên làm gì. Xin ngài từ bi cho chúng con, những đệ tử của ngài, một vài lời chỉ dạy và khuyên nhủ." Lúc ấy, Jetsun nhấn mạnh về sự ngắn ngủi của tất cả chúng sinh, khuyến khích họ nhiệt tâm tu tập Pháp. Và ông hát "Khúc Ca Vô Thường với Tám Tỉ Dụ":

Hỡi những đệ tử thành tín tụ họp nơi đây [hãy tự hỏi mình]:
"Tôi có tu tập Pháp với nhiệt tâm to lớn không?
Trong lòng tôi có phát sinh niềm tin sâu xa nhất không?
Ai muốn tu tập Pháp và có được niềm tin không thối chuyển,
Nên lắng nghe lời giải thích này về các Chân Lý Thế Gian.
Và hãy suy nghĩ kỹ ý nghĩa của chúng.
Hãy lắng nghe những ngụ ngôn và ẩn dụ này:

Một bức tranh vàng,
Những đóa hoa màu lam ngọc,
Lũ lụt trong thung lũng trên,
Lúa trong thung lũng dưới,
Sự thừa thãi lụa là,
Một viên ngọc giá trị,
Vành trăng lưỡi liềm,
Và người con trai quí –
Đây là tám tỉ dụ.

Trước kia không ai hát
Những lời ngẫu nhiên như thế.
Không ai có thể hiểu được ý nghĩa
Nếu y không chú ý toàn bài.

Bức tranh vàng phai nhạt khi nó được hoàn thành –
Đây cho thấy bản tánh hư huyễn của tất cả chúng sinh,
Đây chứng tỏ bản tánh vô thường của tất cả các pháp.
Hãy suy nghĩ, rồi các người sẽ tu tập Pháp.

Những đóa hoa xinh đẹp màu lam ngọc
Bị tàn phá vào lúc giá rét –
Đây cho thấy bản tánh hư huyễn của tất cả chúng sinh,
Đây chứng tỏ bản tánh vô thường của tất cả các pháp.
Hãy suy nghĩ, rồi các người sẽ tu tập Pháp.

Lụt quét mạnh xuống thung lũng ở trên,
Sớm trở thành yếu và thuần hòa trên bình nguyên ở dưới –
Đây cho thấy bản tánh hư huyễn của tất cả chúng sinh,
Đây chứng tỏ bản tánh vô thường của tất cả các pháp.
Hãy suy nghĩ, rồi các người sẽ tu tập Pháp.

Lúa mọc trong thung lũng ở dưới;
Sớm bị liềm cắt hái –
Đây cho thấy bản tánh hư huyễn của tất cả chúng sinh,
Đây chứng tỏ bản tánh vô thường của tất cả các pháp.

Hãy suy nghĩ, rồi các người sẽ tu tập Pháp.

Tấm lụa thanh lịch
Sớm bị dao cắt –
Đây cho thấy bản tánh hư huyễn của tất cả chúng sinh,
Đây chứng tỏ bản tánh vô thường của tất cả các pháp.
Hãy suy nghĩ, rồi các người sẽ tu tập Pháp.

Viên ngọc quí được các người ấp ủ
Sớm sẽ thuộc về người khác –
Đây cho thấy bản tánh hư huyễn của tất cả chúng sinh,
Đây chứng tỏ bản tánh vô thường của tất cả các pháp.
Hãy suy nghĩ, rồi các người sẽ tu tập Pháp.

Ánh trăng xanh nhạt
Sớm mờ dần và biến mất –
Đây cho thấy bản tánh hư huyễn của tất cả chúng sinh,
Đây chứng tỏ bản tánh vô thường của tất cả các pháp.
Hãy suy nghĩ, rồi các người sẽ tu tập Pháp.

Một quí tử sinh ra;
Sớm bị lạc mất –
Đây cho thấy bản tánh hư huyễn của tất cả chúng sinh,
Đây chứng tỏ bản tánh vô thường của tất cả các pháp.
Hãy suy nghĩ, rồi các người sẽ tu tập Pháp.

Đây là tám tỉ dụ ta hát.
Ta hy vọng các người sẽ nhớ và theo đó tu tập.

Thế sự và kinh doanh sẽ lôi kéo các người mãi mãi,
Vậy hãy buông chúng xuống và tu tập Pháp bây giờ.
Nếu các người nghĩ ngày mai là thời gian tu tập,
Đột nhiên các người thấy sự sống đã vuột mất rồi.
Ai có thể bảo khi nào chết đến?

Hãy luôn luôn nghĩ đến điều này

Hãy tự hiến mình cho tu tập Pháp.

Nghe bài hát này, tất cả những người bảo trợ sụp lạy Milarepa trong niềm tin sâu xa. Cảm thấy một niềm tin quyết vào chân lý chứa đựng trong những lời khuyến khích của ông, nước mắt chảy xuống như suối. Ba thanh niên trong đám yêu cầu Milarepa nhận họ làm đệ tử hầu cận. Do đó, Jetsun hát về "Mười Điều Khó":

Nếu một Phật tử mà không từ thiện,
Làm sao y hàng phục và chuyển hóa ác nhân?

Nếu mong ước tinh thần không thức tỉnh
Làm sao công đức có thể phát triển bên trong?

Nếu một 'đại hành giả yoga' không kiên nhẫn,
Làm sao Kinh Nghiệm và Chứng Ngộ có thể đến [với y]?

Nếu một tăng nhân không giữ giới luật,
Làm sao y có thể thọ nhận cúng dường, hay kính trọng?

Nếu một hành giả yoga Mật Giáo vi phạm các giới luật Samaya [Mật nguyện]
Làm sao y có thể đạt được các thần lực hay ân điển?

Nếu một người bảo trợ đê tiện và bủn xỉn,
Y không bao giờ có được thanh danh.

Nếu một hành giả yoga khôi hài và nói lời vô nghĩa,
Y sẽ không bao giờ được kính trọng.

Ai không chú ý đến Nghiệp hay đức hạnh,
Sẽ không bao giờ hiểu chân lý Tánh Không.

Nếu một Lạt-ma được tín nhiệm trở nên chán tôn giáo,
Y sẽ thấy khó điều chỉnh cho thích hợp với đời.

Dù bây giờ tín tâm xuất hiện trong các con, hỡi các thanh niên hạnh phúc,
Tự kiềm chế vẫn còn là khó. Dù bây giờ các con thấy
Áp lực và nhu cầu cấp bách của tu tập Pháp,
Nếu đi quá xa, các con ơi,
Sau này các con sẽ hối hận.

Bây giờ hãy cùng nhau ước nguyện rằng chúng ta
sẽ gặp lại nhau –
Nghiệp lực sẽ đem ước nguyện này chuyển đến.
Cho đến khi chúng ta gặp một lần nữa,
Ta, hành giả yoga, sẽ giữ lời mình chắc chắn.
Tất cả an lạc và vận tốt,
Ta chúc cho các người, hỡi các bảo trợ thân mến,
Sức khỏe và hoàn toàn không bệnh tật,
Sống lâu và không bị thương tích,
Và nguyện cho cha và con sẽ lại gặp nhau.

Ta, hành giả yoga, sẽ rong chơi nơi nào ta thích.
Các người, những thanh niên, rất hư và hạnh phúc,
Bây giờ hãy trở về nhà.

Nghe bài hát này, tất cả bọn họ vây quanh Jetsun, nắm áo ông, ôm lấy ông, khóc, cúi đầu đảnh lễ dưới chân ông, và lập ước nguyện của họ.

Trong bọn họ có một thanh niên hết sức thành thật. Anh ta khẩn nguyện và khẩn nguyện Milarepa với rất nhiều nhiệt tình; cuối cùng Jetsun mềm lòng và chấp nhận anh ta làm đệ tử. Rồi ông đem người thanh niên trở lại Núi Tuyết De Si, ở đó ông ban cho anh ta lễ Khai Thị và những lời Chỉ Dạy. Về sau, người thanh niên này đạt được giải thoát và có danh hiệu là Kar Chon Repa, một trong các "đệ tử thân cận" của Milarepa.

Đây là câu chuyện Milarepa gặp Kar Chon Repa.

21. NHỮNG LỜI KHUYÊN DẠY DHARMA WONSHU

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Một lần vào phần đầu tháng cuối cùng của mùa thu, Milarepa và các đệ tử đi đến Bushen Chitang xin của bố thí. Nhiều người đã tụ hội ở đó. Milarepa nói với họ, "Các người bảo trợ, xin vui lòng cho tôi những vật bố thí mà tôi đến đây vì chúng." Bấy giờ trong bọn họ có một cô gái trẻ, ăn mặc tươm tất, nói, "Thưa Hành giả Yoga, ông là ai? Ai là cha mẹ, anh, chị, em của ông?" Vì thế, Jetsun hát:

Con đảnh lễ tất cả Đạo Sư Thánh Thiện!
Nguyện ban cho con ân huệ, sự gia trì!

Cha ta là Gungtuzunpo, (1) Bậc Toàn Thiện;
Mẹ ta là Drowazunpo, Nữ Nhân Đức Hạnh.
Anh của ta gọi là Vua Tri Kiến,
Dì ta, Đèn Quang Minh,
Em gái ta, Niềm Tin Chói Lọi.
Bạn ta gọi là Trí Bản Nhiên,
Con của ta, Nam Tử Quang Minh.
Sách của ta là Nền Tảng Vũ Trụ và Hóa Hiện,
Ngựa của ta, Núi Thức-Khí,
Và các người bảo trợ của ta là Bốn Vùng Weu Tsang, (2)
Phần ta, ta là một Bảo Tháp Phật trắng nhỏ.
Ta không bao giờ luyện tập hát,
Song ta sẽ hát rõ ràng cho cô:

Cha ta, Bậc Toàn Thiện,

Kiếm được thù lao Tri Kiến và Tu Tập;
Những ý nghĩ thế gian không bao giờ khởi dậy nơi ông.
Mẹ ta, người Đàn Bà Đức Hạnh, luôn luôn nuôi ta
Sữa, lời Chỉ Dạy Thiết Yếu từ bầu ngực mẹ.
Uống Tu Tập Giáo Lý, ta không bao giờ cảm thấy đói.
Anh trai ta, Vua Tri Kiến, nắm trong tay
Con dao Thiện Xảo và Trí Tuệ, (3)
Với nó, cắt đứt tà kiến cả thô và tế.
Dì ta, Đèn Quang Minh, trưng bày Gương Tự Tâm
Không bị bụi bẩn do rỉ sét của suy tư tập khí.
Em gái ta, Niềm Tin Chói Lọi,
Đã thoát khỏi sự ti tiện từ lâu.
Trong tu tập sùng mộ,
Nó có của cải nhưng không giữ lại;
Không tích trữ những gì mình có.

Ta và bạn của ta, Trí Bản Nhiên,
Sống với nhau tựa như một người
Và không bao giờ cất giọng gây xung đột.

Đứa con duy nhất của ta, Nam tử Quang Minh
Là người thừa kế và giữ gìn Dòng Phật;
Ta chưa bao giờ nuôi một đứa con
Cần tắm rửa và thay tã lót.

Sách của ta, Nền Tảng Vũ Tụ và Hóa Hiện,
Minh họa cho ta các Nguyên Lý và Ý Nghĩa;
Chưa bao giờ ta đọc sách bằng chữ in.

Ngựa của ta, Núi Thức-Khí,
Chở ta đến nhanh nơi nào ta muốn.
Ta không bao giờ cần một con ngựa bằng máu thịt.

Những người bảo trợ của ta ở Bốn Vùng Weu và Tsang,
Tặng lương thực khi nào ta hỏi họ.
Ta không bao giờ cân hay đè ép bao bột mì.

Khi ta cúng dường, nó đi đến các Bảo;
Khi ta nương tựa, nó ở trên Đạo Sư của ta.
Ta nói rằng ta trắng, bởi vì ta thực hành bạch hạnh.
Ta nói ta nhỏ, vì ham muốn của ta ít.
Vì vậy, ta nói rằng ta là một Bảo Tháp, nhỏ và trắng.

"Những lời nói đó quả thật rất tuyệt diệu," cô gái nhận xét. "Nhưng ông cũng có bạn đồng hành Sinh Tử, con cái, và những vật tùy thuộc chứ?"

Lúc ấy Milarepa hát đáp:

Ban đầu kinh nghiệm của ta trong Sinh Tử
Dường như thích thú và vui nhất;
Về sau, ta học được nhiều bài học;
Cuối cùng, ta tìm thấy Nhà Tù của Quỉ.
Đây là những ý nghĩ và cảm giác của ta về Sinh Tử.
Nên ta đã quyết tâm khước từ nó.

Ban đầu, bạn giống như một nữ thiên thần hàm tiếu;
Về sau, nàng biến thành một người đàn bà hung dữ,
điên cuồng;
Mà cuối cùng, nàng là một con quỉ cái.
Đây là những ý nghĩ và cảm giác của ta về bạn.
Nên ta đã quyết tâm từ khước bạn bè.

Ban đầu, cậu bé ngọt ngào mỉm cười, Con Yêu Trời Cho;
Về sau, nó làm phiền hàng xóm;
Cuối cùng, nó là chủ nợ và kẻ địch.
Đây là những ý nghĩ và cảm giác của ta về con.
Nên ta đã khước từ cả con và cháu.

Ban đầu, tiền bạc giống như Ngọc Như Ý;
Về sau, người ta không thể làm gì mà không có nó;
Cuối cùng, người ta thấy mình là kẻ ăn mày
không xu dính túi.
Đây là những ý nghĩ và cảm giác của ta về tiền bạc.

Nên ta đã khước từ giàu sang và của cải.
Khi ta nghĩ về những kinh nghiệm này,
Ta chỉ còn có thể tu tập Pháp,
Khi chết đến gần,
Lúc ấy ta sẽ không hối tiếc.

Nghe bài hát của Jetsun, ánh sáng niềm tin phát lên trong cô gái. Cô ta mời Milarepa và các đệ tử đến nhà, cô ta cúng dường và phục vụ họ. Rồi cô ta được ban cho lễ Khai Thị và cô ta nhập Đạo.

Rồi Milarepa và các đệ tử cùng nhau đi Núi Tuyết Dre Tze. Một hôm, nhiều người bảo trợ đến viếng ông. Trong bọn họ, có một thanh niên quí phái, tài năng – con cháu của dòng họ Jowo – có niềm tin nhiều nhất nơi Milarepa. Anh ta nói, "Thưa Lạt-ma, tất cả những việc thầy làm tuyệt diệu không thể nghĩ bàn! Xin thầy vui lòng ban cho chúng con một lời dạy để chúng con có thể luôn luôn tu tập."

Đáp ứng yêu cầu này, Milarepa hát:

Hãy lắng nghe, tất cả các người bảo trợ
đầy niềm tin.
Khi đi, hãy đồng nhất các nhận thức của mình với
Tự Tánh của Tâm. (4)
Đây là tự giải thoát mình khi đi.

Khi ngồi, hãy thư giãn và thoải mái;
Đây là Tâm-Giáo dạy về ngồi như thế nào.

Khi ngủ, hãy ngủ trong Cảnh Giới Bình Đẳng;
Đây là cách ngủ trong Đại Quang.

Khi ăn, hãy ăn trong Cảnh Giới Tánh Không;
Đây là cách ăn không có sự phân đôi.

Khi uống, hãy uống nước Thiện Xảo và Trí Tuệ;
Đây là cách uống không đoạn diệt.

Khi đi, ngồi, hay ngủ, hãy luôn luôn nhìn tâm mình;
Đây là phép tu tập xứng đáng không ngừng nghỉ hay gián đoạn.

"Chúng con là những người bất tài, không biết tu tập lời dạy sâu xa này như thế nào," những người bảo trợ kêu lên, " Ôi, những ai biết làm sao tu tập quả thực là may mắn!" Milarepa đáp, "Khi các anh nói rằng mình không biết tu tập lời dạy này như thế nào, chỉ có nghĩa là các anh muốn tránh nó; đây cũng chính là dấu hiệu không có khả năng cho sùng mộ. Nếu các anh quyết tâm tu tập, các anh sẽ biết làm sao tu tập và hiểu nó. Bây giờ, hãy lắng nghe lợi ích của lời dạy này trong bài hát của tôi":

Hỡi các người bảo trợ tài năng của ta, trong ngắn ngủi,
Thân người giống như cái chai
Một Thân Phật Bẩm Sinh cư ngụ.
Nếu một người có thể phô bày cái đèn Đại Quang,
Pháp Thân bên ngoài và bên trong sẽ chiếu sáng ngời!

Trong căn nhà Luân Hồi Tạp Niệm
Con chim ưng con – Tâm Bồ-đề ở.
Nếu một khi nó quạt đôi cánh Trí Tuệ-Thiện Xảo,
Chắc chắn nó sẽ bay đến cõi Trời Toàn Tri!

Trong Tuyết Sơn Tự Thân Chiến Thắng
Con sư tử con ý thức ở.
Ai tu tập không bám vào Sáu Nhóm Thức,
Chắc chắn sẽ thắng được cả Sinh Tử và Niết Bàn!

Trên đại dương Sinh Tử mù lòa trôi nổi
Những thương nhân hàng hải của Sáu Đường.
Kẻ nào không bao giờ lìa khỏi Ba Thân, (5)
Chắc chắn sẽ chinh phục được các biển giận dữ!

Trong ngôi nhà Năm Độc hư huyễn
Một bọn cướp chận đường giải thoát ở.

Kẻ nào có thể giữ được Sợi Dây Thừng Thiện Xảo,
chắc chắn sẽ
Vượt qua được bọn ngoài vòng pháp luật đáng sợ này.

Thân Tuyệt Đối, Pháp Thân, thì giống như bầu trời;
Ngọc Như ý có thể tìm được ở đó.
Kẻ nào có thể thiền định về nó mà không phân tán,
Chắc chắn sẽ đạt được Ba Thân của Phật.

Trong các thành phố của Ba Vương Quốc luân hồi
Nằm ở đó là những sợi xích sắt xiềng chúng ta
trong Sáu Nẻo.
Kẻ nào có thể mở được xích ấy qua lời dạy của Đạo Sư,
Chắc chắn sẽ bước chân lên Con Đường Giải Thoát.

Từ Đạo Sư quí, như ngọc
Chảy ra dòng suối Chỉ Dạy Thiết Yếu.
Kẻ nào nốc cạn với niềm tin không lay chuyển
Chắc chắn sẽ thoát khỏi sự khát khao tội lỗi.

Ông hát như thế; và tất cả những người bảo trợ đều được khẳng định trong niềm tin của họ, rồi họ ra đi. Nhưng người thanh niên quí phái quyết tâm hiến mình theo đuổi Pháp, nghĩ, "Ngày nào đó, ta phải đến vị Lạt-ma này hiến mình làm đệ tử hầu cận ông ta." Trong khi Jetsun và các đệ tử quyết định ở lại chỗ đó, hưởng sự cúng dường và phục vụ từ cả nhân và phi nhân. Họ giúp những người bảo trợ tiến bộ thêm cho đến cuối mùa xuân.

Khi họ sắp trở lại Núi Tuyết Di Se, người bảo trợ tặng họ một lễ tiệc lớn. Từ hội chúng đứng lên, người thanh niên quí phái, có niềm tin nhiều nhất nơi Milarepa, nói, "Thưa Lạt-ma, con có nghe nói rằng, người tu tập Pháp, có giáo lý gọi là 'Kiến, Tu, Hành, Quả.' Thầy có vui lòng nói cho chúng con nghe kinh nghiệm của thầy về giáo lý ấy không?"

Để trả lời, Milarepa hát:

Bởi vì ta thấy bộ mặt của Kiến,
Ý nghĩ tương phản với nó tiêu tan;
Vậy làm sao ta có thể có Ý Niệm về Hai – ta và người khác?
Kiến thì không giới hạn và không phân biệt.
Khi trong Tu, ta trở thành thấm nhập,
Tốt và xấu giảm đi trong tự giải thoát;
Thì làm sao ta có thể có Ý Niệm về Hai – an lạc
và đau khổ?
Tu thì không có những cảm giác và kinh nghiệm giới hạn.

Khi ta bám vào tự tiếp tục của Hành,
Sự không thích giảm đi trong tự giải thoát;
Làm sao ta có thể có sự Thôi Thúc của Hai – ham muốn
và ghét bỏ?
Hành thì không có ràng buộc giới hạn.

Vì tự giải thoát là Quả,
Cả Niết Bàn và Sinh Tử đều qui giảm trong tự giải thoát.
Thì làm sao ta có thể có Ý Niệm về Hai – lấy và bỏ?

Vắng bặt sợ hãi và hy vọng là
Quả của pháp Tu vĩ đại này.

Lúc ấy người thanh niên quí phái nói với Milarepa, "Thưa Lạt-ma, con đã quyết tâm hiến mình tu tập Pháp. Nhưng con không dám bắt đầu mà không có sự cho phép của cha mẹ con và những người thân thuộc. Mặc dù con sẽ hỏi xin phép họ trước, xin vui lòng từ bi mà chấp nhận con làm đệ tử hầu cận của ngài và hãy đem con theo ngài." Milarepa đáp, "Người nào muốn tu tập Pháp, nên nghĩ đến những khốn khổ của sinh tử luân hồi. Rồi nếu y không thể [tự] quyết định được, thay vì tìm kiếm sự cho phép hay giới thiệu từ người khác, y sẽ chẳng bao giờ thành công. Hãy lắng nghe bài hát của tôi":

Nếu một người sùng tín muốn tu tập Pháp,
Không thể cắt đứt được ảnh hưởng buộc ràng,

Làm sao y có thể phá thông được sự chế ngự
của người khác?

Nếu một người không thể sống bằng của bố thí
Không ràng buộc,
Làm sao y có thể tự giải thoát mình khỏi những ràng buộc
của danh dự và kiêu hãnh?

Nếu biết sự vô thường của tất cả chúng sinh,
Y chẳng có cảm giác bằng lòng,
Làm sao y có thể bằng lòng sự giàu sang chất chứa?

Làm sao một người có thể hiểu được chân lý ở
bên kia ngôn từ,
Bằng nói và luận bàn mà không có kinh nghiệm trực tiếp?
Y không chứng ngộ
Chân Lý ở bên kia mọi biểu tượng,
Làm sao miêu tả Nó được với tâm vô minh?

Làm sao một người không tránh những cái ác
của tình bạn xấu
Có thể tránh được những hậu quả đau đớn?

Nếu một người không thể lợi dụng khổ đau
Để làm tăng sự phát triển tinh thần,
Làm sao y có thể vượt qua tất cả sầu muộn
và sự cố gắng mù lòa?

Nếu một người không biết rằng những niệm tưởng
quấy rầy chính là Pháp Thân,
Làm sao y có thể làm giảm chúng
Bằng đo lường cải chính?

Nếu không từ bỏ tất cả những quan ngại và đảm đương,
Làm sao có thể tu tập trong tiết độ?

Làm sao một người không thể từ bỏ tất cả mọi hoạt động
Và cắt đứt tất cả mọi ràng buộc, mà đạt được thành công
Trong Pháp, bằng cách làm điều này điều nọ,
hay chỉ suy nghĩ?

Làm sao một người không thể khước từ tất cả mọi quan hệ,
Có thể tu tập thiền định mà không có những ý nghĩ
thế gian trong tâm?

Nếu một người không khước từ tức khắc,
Làm sao y có thể hy vọng làm được về sau?

Nếu y nghĩ không cần cố gắng để tiến bộ bây giờ,
Mà có thể làm được như vậy sau này, y ắt thất bại.

Nếu bây giờ y không kiên cường ý chí của mình,
Thì thành công, chỉ do hy vọng và mong ngóng,
sẽ không xuất hiện.

Nghe ca khúc của Milarepa, người thanh niên quí phái xúc động sâu xa và tin chắc vào chân lý chứa đựng trong đó. Anh ta quyết định lập tức tu tập Pháp, và cha mẹ anh cũng đã cho phép. Sau khi hết thời gian tập sự, anh ta được Milarepa ban cho lễ Khai Thị và những Chỉ Dạy Thiết Yếu, và cuối cùng đạt được Giải Thoát. Anh ta có danh hiệu là Ngogom Repa Dharma Wonshu Shawa, một trong những "đệ tử gần gũi" của Milarepa.

Đây là câu chuyện Milarepa gặp đệ tử Repa Dharma Wonshu ở Bu Shen.

Chú Thích Chuyện 21

(1) Gungtuzungpo (T.T.: Kun.Du.bZan.Po.; Phạn: Samantabhadra: Phổ Hiền) "Phật A-đề," hay "Phật Nguyên Thủy," theo đa số các học giả Tây Tạng, là danh hiệu tượng trưng cho Phật Tánh Nguyên Sơ bên trong tất cả mọi chúng sinh mà không phải là tên một người hay một vị thần nào hiện hữu trước tất cả mọi chúng sinh.

(2) Weu và Tsang: Trung và Tây nam Tây Tạng.

(3) Thiện Xảo và Trí Tuệ (T.T.: Thabs.Dan.Ces.Rab.; Phạn: Upāya và Prājñā): Upāya có nghĩa là những phương thức thiện xảo, tài tình và cách hành xử mà một bậc Bồ-tát áp dụng cho những hành vi vì người làm lợi ích cho chúng sinh. Prājñā có nghĩa là Trí Tuệ siêu việt chỉ có những người giác ngộ chia xẻ với nhau. Upāya (Phương tiện thiên xảo) trong đa số áp dụng thông thường chỉ năm Ba-la-mật đầu, tức là bố thí, trì giới, nhẫn nhục, tinh tấn, và thiền định. Prājñā (Bát-nhã) chỉ Ba-la-mật cuối cùng, tức Trí Tuệ Siêu Việt (Trí Tuệ đưa sang bờ bên kia).

(4) Nghĩa đen: "Đem tất cả hiện thân vào Đạo."

(5) Ba Thân của Phật: Pháp Thân (Dharmakāya), Báo Thân (Sambhoga-kāya), và Hóa Thân (Nirmāṇakāya).

22. ĐẤU PHÁP THUẬT TRÊN NÚI TUYẾT DI SE

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Một lần khi Jetsun và các đệ tử đang trên đường từ Bu Shen đến Núi Tuyết Di Se, các thần địa phương của núi Di Se và hồ Ma Pam cùng với đoàn tùy tùng đông đảo đến chào đón. Họ cúi đầu chào Milarepa, cúng dường ông rất nhiều thứ. Họ chân thành chào mừng ông và chỉ các am thiền định địa phương, tất cả đều là những chỗ phi thường theo lịch sử và truyền thuyết. Họ cũng thề bảo vệ những người theo ông, và rồi họ trở về chỗ trú của họ.

Khi Milarepa và các đệ tử đến bờ hồ Ma Pam, thì một Giáo sĩ đạo Bon (1) tên là Naro Bhun Chon đến. Người này, đã nghe nói nhiều về Milarepa và biết rằng ông đến Di Se, cùng với huynh muội của ông ta đến để gặp Jetsun và các đệ tử. Giả vờ không biết Milarepa và các đệ tử là ai, giáo sĩ đạo Bon hỏi, "Quí vị từ đâu đến và định đi về đâu?" Milarepa đáp, "Chúng tôi đang đi đến Núi Tuyết Di Se để thiền định. Địa điểm của chúng tôi đến là một cái am ở đó." Lúc ấy giáo sĩ đạo Bon nói, "Ông là ai và ông tên gì?"

"Tôi là Milarepa."

"Ồ, trong trường hợp đó," giáo sĩ đạo Bon đáp, "các ông chỉ thích hồ Ma Pam – tiếng tăm của nó vang đến tận những nơi xa xôi, nhưng khi người ta đến thì thực ra nó chẳng có gì kỳ diệu như đã nghe tiếng. Có lẽ cái hồ này thì tuyệt diệu thực, nhưng hồ và các núi vây chung quanh gần đây đều do chúng tôi, những người theo đạo Bon, làm chủ. Nếu các ông muốn ở lại đây thì phải theo giáo lý của chúng tôi và gieo hạt giống của các ông [nơi đạo Bon]."

Milarepa đáp, "Nói chung, núi này đã được đức Phật tiên tri là chỗ của những người giữ gìn Giáo Pháp. Đối với tôi, nói riêng, nó có ý nghĩa lớn, vì Đạo Sư của tôi, Marpa, đã nói như vậy. Các ông, những người của đạo Bon, đã ở đây cho đến bây giờ, quả thật rất may mắn! Nếu các ông muốn ở lại đây trong tương lai, thì nên theo giáo lý tôn giáo của tôi; nếu không, các ông nên đi chỗ khác."

"Đối với tôi dường như ông là người có hai nhân cách," giáo sĩ đạo Bon nói. "Từ đàng xa, tôi nghe nói rằng ông quả thật là vĩ đại; nhưng khi đến gần ông, thì ông trông có vẻ nhỏ bé và vô nghĩa. Nếu ông thực sự là một người phi thường như người ta nói, ông không nên từ chối thi đấu với tôi. Chúng ta sẽ thấy năng lực thần thông của ai là thượng đẳng. Người thắng sẽ ở lại đây và được coi như là người chủ chính thức của chỗ này, và người thua sẽ ra đi." Nói như vậy rồi, giáo sĩ đạo Bon đứng dạng hai chân trên hồ Ma Pam và hát:

Núi Tuyết Di Se [của Hy-mã-lạp-sơn] nổi tiếng nhất,
Nhưng đỉnh thì phủ sâu trong tuyết!

Hồ Ma Pam quả thực danh vang,
Nhưng sức nước phá xuyên qua nó!

Danh tiếng của Milarepa quả thực vĩ đại nhất,
Song ông ta là một lão già kỳ dị ngủ trần truồng.
Miệng ông hát những khúc ca êm ái,
Nhưng tay ông thì cầm cây gậy sắt. (2)
Chẳng có gì vĩ đại nơi ông!

Trong đạo Bon của chúng tôi,
Đấng Bất Động là Thân Chữ Vạn (3) –
Chúa Ye Shin Dsu Pud, và những thiên thần khác.
Hung thần uống máu với miệng hả ra
Có chín đầu, mười tám tay, và nhiều huyền lực.
Vâng, Thân Hóa Hiện của Ngài có chín đầu!

Em gái của Ngài là Đức Mẹ Chinh Phục Thế Gian.
Tôi, tân đạo sĩ Bon, đệ tử của bà.
Hãy nhìn tôi! Xem tôi thị hiện thần thông.

Đáp lại, Milarepa tự ngồi bên trên hồ, với thân ông biến to bằng cái hồ, không lớn hơn cũng không nhỏ hơn, trùm kín toàn bộ cái hồ. Ông hát:

Hãy lắng nghe tôi, các thiên, nhân tụ hội nơi này.

Trên đỉnh Núi Chim Ưng
Trên Tòa Tám Vô Úy (4)
Là Bậc Chiến Thắng, Phật Thích Ca Mâu Ni ngự tọa.

Trong Cung Điện Pháp của cõi Trời Og Men (5)
Là đức Phật Thứ Sáu, Đại Dorje-Chang,
Thân Trí Tuệ Không Hai, cư ngụ.

Mẹ vĩ đại, Nữ Thần, là Dagmema;
Hóa Thân của Bậc Bất Sinh là Đại Tilopa;
Đại sư, thần Thủ Môn (6), là Đại Naropa;
Dịch giả như Phật là Đại Marpa.
Từ Bốn Thần này, tôi thọ nhận ân huệ và sự gia trì.

Tôi, Milarepa, người nổi danh và được xưng tụng,
Theo lệnh của Đạo Sư tôi, Marpa,
Vì lợi ích của tất cả mọi người
Thiền định trên Núi Tuyết Di Se.

Cho ông, đạo sĩ Bon chấp giữ tà kiến,
Bây giờ tôi hát bài hát này:

Núi Di Se danh tiếng tuyết phủ
Tượng trưng cho Giáo pháp trắng tinh của Phật,
Những dòng suối chảy vào Hồ Xanh Biếc Ma Pam
danh tiếng

Tượng trưng cho sự đưa người vào
Cõi Chân Như [Tuyệt Đối].
Tôi, Milarepa danh tiếng, ông lão ngủ trần truồng,
Là kẻ giờ đây siêu việt thế giới nhị nguyên!
Những khúc hát nhỏ phát xuất từ miệng tôi
Chỉ là tự nhiên tuôn ra từ trái tim tôi;
Nói và miêu tả các Kinh của Phật.

Gậy trúc trong tay tôi
Tượng trưng cho sự vượt qua biển luân hồi.
Tôi đã làm chủ cả tâm và sắc tướng;
Tôi có thể thi triển tất cả các pháp thuật
Mà không có sự trợ giúp của các thần thế gian.

Di Se, nơi các Thần thế gian với thân thô (7) cư ngụ,
Là vua của tất cả núi tuyết trên trái đất này.
Nơi này thuộc về những người Phật Giáo,
Thuộc về những kẻ theo Milarepa.

Nếu bây giờ các ông, những tu sĩ đạo Bon và
những người theo tà giáo, sẽ tu tập Pháp,
Thì các ông cũng sẽ sớm có thể làm lợi ích cho tất cả;
Nếu không, các ông nên ra đi đến một nơi nào khác;
Vì thần thông của tôi mạnh hơn của các ông nhiều.
Bây giờ hãy nhìn kỹ, xem những gì tôi có thể làm!

Đến đây, Milarepa thi triển một phép thần thông khác, bằng cách đặt toàn thể Hồ Ma Pam trên đầu ngón tay của ông, mà không làm tổn hại tí nào đến các sinh vật trong đó. Giáo sĩ Bon nói, "Trong trận thi đấu đầu tiên, pháp thuật của ông hơn tôi. Nhưng tôi đã đến đây trước. Chúng ta phải có một trận thi đấu khác để xem ai mạnh hơn." Milarepa đáp, "Tôi sẽ không tranh đua với ông, nhà huyền thuật bôi thuốc lên thân mình để lừa những người khác bằng cách triệu gọi những cảnh ma quái mê hoặc. Tôi sẽ không thi đấu với một người như thế. Nếu ông không muốn theo những lời Phật dạy, ông có thể đi chỗ khác."

Giáo sĩ đạo Bon đối đáp, "Tôi sẽ không từ bỏ lời dạy của Swastica-Bon. Nếu ông thắng cuộc thi đấu, tôi sẽ bỏ cuộc và ra đi. Trái lại, tôi sẽ không rời khỏi nơi này. Theo giới luật Phật Giáo, ông không thể giết hay hại tôi. Có phải vậy không? Bây giờ chúng ta hãy đánh nhau bằng năng lực thần thông."

Vì vậy, giáo sĩ đạo Bon bắt đầu đi vòng quanh Núi Tuyết Di Se từ phải sang trái, trong khi Milarepa và những người theo ông đi vòng quanh núi theo chiều kim đồng hồ. Họ gặp nhau trên một tảng đá lớn trong thung lũng phía đông bắc của Núi Tuyết Di Se. Giáo sĩ đạo Bon nói với Milarepa, "Tốt là ông [tỏ lòng kính trọng] bằng cách đi vòng quanh nó. Bây giờ, ông nên theo con đường của đạo Bon đi vòng quanh núi." Ông ta vừa nói vừa nắm lấy tay Milarepa và lôi theo hướng của ông ta. Jetsun phản đối, "Tôi sẽ không đi theo con đường sai lầm của ông mà phản lại truyền thống Phật Giáo. Tôi nghĩ tốt hơn là ông đi theo tôi và chấp nhận con đường của đạo Phật mà làm vòng tròn. Nói như vậy rồi, đến lượt Milarepa nắm lấy tay giáo sĩ đạo Bon và lôi ông ta theo hướng của mình. Hai bên lôi kéo nhau qua lại trên tảng đá, cả hai người, Jetsun và tu sĩ đạo Bon, để lại những vết chân của họ trên đó. Nhưng vì thần lực của Milarepa mạnh hơn của giáo sĩ đạo Bon rất nhiều, nên ông ta bắt buộc phải đi theo hướng của Milarepa.

Khi họ đến phía bắc của Di Se, giáo sĩ nói, "Lát nữa, chúng ta phải theo con đường của đạo Bon, hãy đi theo hướng ngược lại, và làm một vòng khác." "À, cái đó còn tùy vào thần lực của ông mạnh đến cỡ nào," Milarepa đáp. Rồi giáo sĩ nói, "Xem chừng lần này thần lực của ông mạnh hơn của tôi nhiều. Nhưng chúng ta nên thử sức mạnh của chúng ta thêm nữa." Nói thế rồi, ông ta nâng lên một tảng đá khổng lồ, to như con bò yak, ngay phía trước ngọn đồi. Lúc ấy, Milarepa bước tới nâng cả giáo sĩ và tảng đá lên cùng một lúc. Rồi giáo sĩ nói, "Lần này ông lại thắng. Nhưng thắng một hai lần chẳng có nghĩa gì cả. Chúng ta nên tiếp tục thi đấu." Milarepa đáp, "Các ngôi sao có thể tranh đua với ánh sáng cả mặt trăng và mặt trời, nhưng bóng tối bao phủ cả Bốn Đại Châu thì chỉ có mặt trời và mặt trăng là có thể xua tan được. Ông có thể tranh đua với tôi, nhưng ông không

bao giờ có thể sánh được với tôi. Bây giờ, Núi Di Se thuộc về tôi. Để làm ông hài lòng, tôi đã hiển lộ năng lực thần thông của tôi. Bây giờ mọi người có thể thấy rằng tu hành theo Phật Giáo là thượng đẳng."

Vì vậy, Jetsun ngồi trong Động Hoa Sen ở phía tây của Thung Lũng Lâu Đài, trong khi giáo sĩ đạo Bon ngồi trong một cái hang ở phía đông. Milarepa duỗi chân dài ra từ phía tây thung lũng đến ngay trước cái hang giáo sĩ đạo Bon đang ngồi. Rồi ông gọi sang, "Bây giờ, ông hãy làm như tôi đi!" Giáo sĩ cũng duỗi chân ra, nhưng không thể tới được ngay cả con suối! Vì thế, các phi nhân ở trên bầu trời xem cuộc đấu tất cả đều cười ông ta.

Mặc dù bây giờ giáo sĩ có hơi xấu hổ và bối rối, ông ta kêu lên, "Tôi vẫn muốn đấu tiếp!" Nói vậy, ông ta bắt đầu đi vòng quanh núi theo kiểu đạo Bon. Jetsun cũng tiếp tục đi theo kiểu đạo Phật. Lần này họ gặp nhau ở phía nam núi Di Se. Khi trời bắt đầu mưa, Milarepa nói, "Chúng ta cần một chỗ trú an toàn. Chúng ta hãy xây một ngôi nhà. Ông thích đặt móng và nền nhà hay là làm mái nhà hơn?" Giáo sĩ đáp, "Tôi thích làm mái nhà hơn. Ông làm móng nhà đi." Milarepa đồng ý. Rồi ông chỉ một tảng đá to bằng ba người cùng đứng với nhau, và nói, "Chúng ta hãy đến đó đi." Khi họ đến bên tảng đá, Jetsun bắt đầu làm móng nhà. Ông thấy giáo sĩ Bon chẻ một tảng đá lớn, to bằng thân một đứa bé tám tuổi. Vì vậy, Milarepa làm một dấu hiệu, một thủ ấn Chinh Phục, và tảng đá giáo sĩ đang giữ bị bể đôi. Rồi Milarepa nói, "Bây giờ ông có thể đem mái nhà đến đây." "Nhưng ông đã phá vỡ nó rồi!" tu sĩ kêu lên. "À, ấy là vì cuộc đấu pháp thuật của chúng ta và tôi đã làm nó vỡ ra," Milarepa đáp, "nhưng lần này tôi sẽ để ông chuẩn bị một tảng đá khác và sẽ không bắt ấn phá vỡ nữa. Lần này ông có thể mang cho tôi tảng đá đã chuẩn bị xong." Do đó, giáo sĩ chẻ một tảng đá khác, và lúc ông ta sắp chẻ, Milarepa lập tức làm một thủ ấn đè nó xuống. Giáo sĩ ngạc nhiên, khi đang cố sức nâng tảng đá lên, ông ta thấy nó nặng vô cùng. Vì thế, ông ta không cố gắng nữa và xin lỗi, nói, "Tôi đã chuẩn bị tảng đá làm mái nhà. Bây giờ đến phiên ông mang nó qua phía bên kia." Milarepa đáp, "Việc

của tôi là làm móng nhà, việc của ông là làm mái nhà. Bây giờ hãy cố gắng nhấc nó lên và mang nó qua đây." Vì vậy giáo sĩ đạo Bon lại cố gắng. Ông ta dùng toàn lực, ráng sức với đôi mắt không hài lòng để nâng tảng đá, nhưng ông ta không thể nhúc nhích nó được vài phân. Thấy vậy, Milarepa nói, "Tôi là một hành giả Yoga đã đạt được cả hai loại Thành Tựu Thông Thường và Tối Hậu. Các năng lực thần thông của tôi khác với của ông. Mặc dù ông đã đạt được thần thông của Thành Tựu Thông thường, nhưng nó không bao giờ có thể tranh đua với tôi được. Nếu tôi làm một ấn khác đè xuống, ông sẽ không thể nào chẻ tảng đá được nữa. Lý do tôi đã không làm thế ngay lúc đầu chỉ vì tôi muốn làm vui cho các khán giả. Bây giờ hãy xem tôi nâng nó lên đây!" Nói xong, Milarepa chỉ dùng một bàn tay nhấc tảng đá khổng lồ ấy và đặt lên vai mình. Vì vậy, dấu bàn tay của ông in trên tảng đá ấy. Rồi ông đứng lên trên tảng đá và để lại dấu hai bàn chân ông. Cuối cùng, ông đặt tảng đá lên đầu mình và để lại dấu đầu của ông in lên đó cùng với những dấu bàn tay thêm vào nữa. Về sau, cái hang này được gọi là Hang Pháp thuật Thần thông và trở nên rất nổi tiếng. Lúc ấy tu sĩ đạo Bon chấp nhận thua cuộc.

Jetsun đã tỉ đấu nhiều lần với Naro Bhun Chon. Những thi triển pháp thuật thần thông của ông tỏ ra hơn xa, và kỳ diệu hơn nhiều, so với giáo sĩ Bon. Cuối cùng, Naro Bhun Chon nói, "Ông nói rằng tôi là một nhà phù thủy nhưng tôi thấy ông mới thực là một nhà phù thủy. Pháp thuật của ông không thuyết phục tôi. Bây giờ, và ngày mười lăm tháng này, chúng ta sẽ có một cuộc chạy đua xem ai có thể lên đến đỉnh Núi Di Se trước. Người thắng sẽ được thừa nhận là chủ của núi này. Việc ấy cũng sẽ quyết định, không tranh cãi, người thực sự đạt Thành Tựu Tối Hậu." "Tốt lắm," Milarepa đáp, "chúng tôi sẽ làm theo ý ông vậy. Nhưng thật đáng thương thay tu sĩ đạo Bon các ông nghĩ rằng chút ít kinh nghiệm huyền diệu bên trong là Thành Tựu Tối Hậu! Để đạt được Thành Tựu Tối Hậu, người ta phải thấy bản tánh của tâm mình. Nếu người nào muốn nhận ra điều này, y phải theo và thiền định những lời dạy của Môn phái tôi – Truyền Thừa Tu tập." Giáo sĩ Bon đáp, "Có gì khác nhau giữa

tâm ông và tâm tôi? Tâm ông tốt còn tâm tôi xấu? Có gì khác nhau giữa đạo Bon và đạo Phật? Dù cho sự tu tập của ông và của tôi giống nhau, ông có thể có tài hơn về huyền thuật mê hoặc. Do đó, cho đến bây giờ, dường như ông tỏ ra cao hơn. Dù sao, cuộc chạy đua đến Di Se sẽ an định mọi thứ một lần cho tất cả." Milarepa đáp, "Được! Tốt lắm! Cái đó sẽ an định mọi thứ."

Vì vậy, Naro Bhun Chon tập trung tâm mình và cầu nguyện với thần của ông ta một cách cần mẫn và không bị phân tán, trong khi Milarepa chỉ thực hành một cách tự nhiên. Khi đến ngày mười lăm, ngay từ lúc sáng sớm, Naro Bhun Chon, mặc áo giáo sĩ màu lục và chơi nhạc khí đạo Bon bay qua bầu trời trên một cái trống hướng về núi Di Se. Tất cả các đệ tử của Milarepa đều thấy, nhưng Milarepa vẫn còn ngủ say. Do đó, Rechungpa gọi lớn: "Thưa Jetsun, hãy thức dậy! Xem kìa! Dù vẫn còn quá sớm vào buổi sáng, Naro Bhun Chon đang bay trên cái trống đến Di Se! Bây giờ ông ta đã đến eo núi rồi!"

Jetsun vẫn còn nằm đó như không có chuyện gì xảy ra, và cuối cùng nói một cách chậm rãi, "Ông bạn Bon của chúng ta đến đó rồi sao?" Lúc ấy tất cả đệ tử đều tạo áp lực để Milarepa hành động ngay. Ông nói, "Tốt lắm. Hãy xem!", và ông làm một dáng điệu [bắt ấn] hướng về giáo sĩ Bon. Khi các đệ tử nhìn lại giáo sĩ Bon, họ thấy rằng, bất chấp mọi nỗ lực để leo cao hơn, ông ta chỉ có thể lượn những vòng quanh núi mà thôi.

Rạng đông, khi mặt trời xuất hiện, Milarepa khảy móng tay, mặc áo nhà tu vào, và bay lên hướng về phía Di Se. Trong tíc tắc, ông đã đến đỉnh núi, vừa đúng lúc ánh sáng mặt trời chiếu lên đó. Ở đó, Jetsun thấy các vị Đạo Sư của Truyền Thừa, và các thần thủ hộ. Phật Dem Chog và các tùy tùng của Ngài, tất cả đều xuất hiện, vui mừng trước ông. Mặc dù ông biết rằng, trong thể tánh, đều bình đẳng – rằng bản tánh Bình Đẳng thấm nhập tất cả – song Milarepa rất hài lòng với chiến thắng của mình.

Trong khi ấy Naro Bhun Chon đã đến gần đỉnh núi. Khi ông ta thấy Jetsun, cao cả và nhân từ, ngồi thoải mái trên đỉnh, ông ta thừ người ra và rơi xuống từ trên cao, cái trống dùng để cưỡi của ông ta lăn xuống sườn phía nam núi Di Se. Sự kiêu hãnh và kiêu căng của ông ta hoàn toàn lắng xuống, ông ta khiêm cung

kêu với Milarepa, "Năng lực thần thông và pháp thuật của ông quả thật hơn của tôi! Bây giờ ông là chủ nhân của Di Se. Tôi sẽ đi, nhưng sẽ đến một nơi mà tôi vẫn có thể nhìn thấy Núi Tuyết Di Se."

Lúc bấy giờ Milarepa nói, "Mặc dù ông được các thần thế gian gia trì và đạt được chút ít Thành Tựu Thông thường, mặt khác, tôi là một người đã giác ngộ hoàn toàn Trí Bẩm Sinh và đạt được Thành Tựu Tối Hậu. Làm sao ông có thể tranh với tôi? Đỉnh Núi Tuyết Di Se là vườn Kim Cương Huyền Bí nơi Phật Trí Tuệ Korlo Dompa [Saṃvara] cư ngụ. Ông không có công đức để đến đó. Vì những người Phật Giáo tụ hội ở đây, tôi xin phép chư thần và chỉ ra cho tất cả. Bởi vì muốn hạ sự kiêu hãnh của ông, tôi đã làm ông rơi từ trên núi xuống và mất cái trống. Từ đây về sau, dù cho ông muốn đến chân núi Di Se, ông cũng phải nương vào thần lực của tôi để đến đó. Bây giờ tôi sẽ nói cho ông biết tại sao tôi có thần lực như thế:

Con cúi đầu đảnh lễ Đạo Sư của con, Marpa ân huệ!

Qua từ bi của Người và của chư Phật
Con nghe đức Phật Thích Ca Mâu Ni kỳ diệu,
Đã hàng phục được những kẻ dị giáo và tín đồ Sáu Phái (8)
bằng chánh Pháp.
Lời Phật dạy như thế đã lan truyền khắp thế gian.

Trên Núi Tuyết Di Se,
Tôi, Hành giả Yoga Tây Tạng, chinh phục Bon bằng Pháp,
Và làm cho Truyền Thừa Tu Tập của Phật chiếu sáng
Tây Tạng.

Năng lực thần thông của tôi đến từ sức mạnh siêu phàm,
Tôi có nhiều lý do sở hữu:
Thuộc về Truyền Thừa với nhiều gia trì và ân điển
Là một trong những nguồn sức mạnh này.
Đức Phật nguyên thủy, Dorje-Chang, là một sức mạnh;
Đạo Sư từ bi, Chủ nhân của tất cả những

Chỉ Dạy Thiết Yếu, là một sức mạnh khác.
Đến từ Dịch giả Marpa là sức mạnh thứ ba.
Tâm ở Bên Kia, với tri thức vô biên, là một sức mạnh;
Bản Lai Thanh Tịnh (9) là một sức mạnh khác.
Cũng như thế là tu tập thiền định không lay chuyển
về Không Phân Biệt,
Và cũng vậy là ánh sáng Đại Quang.

Khi hoàn toàn buông xả, (10) nếu quan sát những gì xảy ra,
Chính trong hành động này sinh ra sức mạnh.

Tất Cả lưu chuyển, Tất Cả phong nhiêu, Tất Cả ôm trùm,
Và chính diện mục của Bản Tánh của Hiện Thể, tất cả đem
đến sức mạnh.

Tự giải thoát tất cả hình tướng là sức mạnh.
Nếu tuân theo mệnh lệnh của Đạo Sư,
Sự tuân giữ giới luật trở thành sức mạnh.

Sống không có những hành vi tội lỗi
và không vi phạm là sức mạnh.
Nếu một người thiền định trong tất cả những việc y làm,
Chính sự tu tập này sẽ đem đến sức mạnh.
Khi toàn bộ hiện thân trở thành bạn bè, (11)
Thì Đại Dũng Lực sẽ xuất hiện;
Kiên trì và quyết tâm mãnh liệt cũng sẽ như vậy.

Đây là sức mạnh của tôi, sức mạnh của Milarepa.
Với nó, bây giờ tôi đã chinh phục những kẻ dị giáo.
Từ nay tôi sẽ là chủ nhân của Núi Tuyết Di Se,
Khi tôi hoằng dương những lời Phật dạy.
Với các ngài, ôi những Thần Trí Tuệ, tôi sùng phụng
và khẩn cầu.

Bài hát của ông như vậy. "Bây giờ tôi đã hoàn toàn tin chắc về thần lực thần thông và kỳ diệu của ngài," giáo sĩ đạo Bon

nói, "Các thần lực ấy quả thật thượng đẳng và tuyệt diệu. Tôi thành thật xin ngài cho phép tôi ở lại nơi nào tôi vẫn còn có thể thấy được Núi Tuyết Di Se." Milarepa đáp, "Trong trường hợp ấy, ông có thể ở trên hòn núi đằng kia." Nói như vậy rồi, ông hốt một nắm tuyết ném đến đỉnh một hòn núi phía đông. Từ đó người ta luôn luôn thấy một mảng tuyết trên đỉnh hòn núi đó. Rồi, với thần lực của Milarepa, cả hai, ông và giáo sĩ Bon đến cổ núi Di Se. Giáo sĩ nói, "Trong tương lai, tôi thích đi nhiễu vòng quanh Di Se để tỏ lòng cung kính, nhưng tôi sẽ cần một chỗ để ở lại trong cuộc hành hương." "Ông có thể dừng lại ở đàng kia – hòn núi đối diện với Di Se," Jetsun đáp. Về sau, những người đạo Bon xây một bảo tháp trong một cái hang ở đó, và dùng nó làm chỗ trú trong những cuộc hành hương của họ khi đến Di Se. Như vậy, những người theo Truyền Thừa của Milarepa đã kiểm soát tất cả vùng có ba hồ trong các núi tuyết.

Đây là câu chuyện Milarepa đã hàng phục Naro Bhun Chon như thế nào ở Núi Tuyết Di Se.

Chú Thích Chuyện 22

(1) Bon: Tôn giáo nguyên thủy của Tây Tạng.

(2) Cây gậy của Milarepa làm bằng trúc, nhưng có lẽ có những phần được bịt kim loại.

(3) Swastika là dấu hiệu hình chữ Vạn, là một biểu tượng thánh linh của đạo Bon.

(4) Tòa Tám Vô Úy: Đây có lẽ ám chỉ sự giải thoát khỏi Tám Dục Vọng Thế Gian.

(5) Cõi Trời Og Men (T. T.: Hog.Min.): cõi Trời trung tâm, nơi Phật Dorje-Chang ngự.

(6) Naropa, thần Thủ Môn: Bởi vì Naropa là một trong sáu giáo sư danh tiếng của Tu viện Vikramasila, chủ nhiệm một phân bộ (Phân Bộ Phía Bắc) của Trường, nên ông được gọi như vậy.

(7) Các thân thô của chư Thần: Mặc dù thân cõi trời của các Thần chiếu sáng và hoa mỹ, so sánh với "Báo Thân của Phật" (Sambhogakāya) sáng ngời, thì thân cõi trời vẫn thô và dung tục.

(8) Đây ám chỉ sáu Trường phái chính của Ấn Độ Giáo: (a) Nyāya: Nhơn Minh của Gotama, (b) Vaiśesika: Thắng Luận của Kanada, (c) Sāṁkhya: Số Luận của Capila, (d) Yoga: Du-già của Jnatiputra, (e) Mīmāṁsā: Thường Trụ của Jamini, và (f) Vedānta: Giải Thoát của Vyasa.

(9) Bản lai Thanh tịnh: Đây là một từ khác chỉ Phật Tánh nội tại và thuần khiết.

(10) Chỉ Dạy Thiết Yếu quan trọng nhất của Đại Thủ Ấn (Mahamudra) là thư giãn. Chỉ qua sự thư giãn hoàn toàn của tâm thì mới có thể thấy được Tự Tánh của Tâm.

(11) Người giác ngộ cảm thấy rằng tất cả các hữu (Anh: *becomings*) đều có tính cách đưa dẫn, và không phải trở ngại, đối với sự phát triển tâm linh.

23. SỰ GIÁC NGỘ CỦA RECHUNGPA

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Khi đã đi vòng Núi Tuyết Di Se, Milarepa và các đệ tử trở về Động Đá Xám Dorje Tson của Gu Tang. Những người bảo trợ trước kia đến viếng Jetsun, hỏi thăm sức khỏe và sự an lạc của ông. Ông bảo họ rằng ông cảm thấy cực kỳ tốt và cũng hỏi về sức khỏe của họ. Họ đáp: "Rất may mắn được sự che chở và sự gia trì của thầy mà chúng con cũng rất tốt và không phải đau khổ vì bệnh tật hay mất đi sự sống. Gia súc cũng phát triển tốt. Về phần chúng con, chúng con biết rằng thầy đã thành công trong chuyến hành hương đến Di Se mà không gặp khó khăn trên đường đi. Xin thầy vui lòng hát cho chúng con nghe một bài về phúc lợi của thầy." Milarepa đáp, "Tôi rất sung sướng vậy – hãy nghe!" Rồi ông hát về "Mười Hai Niềm An Lạc của Yoga":

Giống như tránh các hầm bẫy ác,
An lạc là tu tập Yoga Khước Từ Đất của Riêng Mình.

Giống như con tuấn mã tự thoát khỏi dây cương,
An lạc là tu tập Yoga Giải Thoát khỏi Chủ và Khách!

Giống như dã thú bò trên đất thấp,
An lạc là tu tập Yoga ở nơi cô tịch.

Giống như chim ưng bay tự do trên bầu trời,
An lạc là tu tập Yoga về Niềm Tin quyết!

Giống như chim linh thứu bay lượn tự do qua bầu trời,

An lạc là tu tập Yoga không chướng ngại.

Giống như người chăn cừu lặng ngắm bầy cừu,
An lạc là khi tu tập Yoga,
Kinh nghiệm Chân Không Tịch Chiếu.

Giống như núi Tu di đứng vững chãi
Trên nền ở trung tâm thế giới,
An lạc là tu tập Yoga vững chắc không bị quấy rầy.

Giống như những dòng sông rộng chảy tự do,
An lạc là cảm giác liên tục của Kinh Nghiệm Yoga.

Giống như xác chết nằm câm lặng trong nghĩa trang,
Không làm gì và không có lo âu,
An lạc là Yoga Không Hành Động.

Giống như hòn đá ném vào biển lớn, không bao giờ trở lại,
An lạc là Yoga Không Thối Chuyển. (1)

Giống như mặt trời chiếu sáng trong bầu trời,
Tất cả những ánh sáng khác đều bị lu mờ.
An lạc là tu tập Yoga
Sáng hơn tất cả mọi ánh sáng.

Giống như lá rụng từ cây Dali,
Không bao giờ có thể mọc lại,
An lạc là tu tập Yoga Bất Sinh.

Đây là bài hát "Mười Hai Niềm An Lạc của Yoga,"
Mà bây giờ ta tặng các người, những bảo trợ của ta,
như một tặng vật của Pháp.

Sau khi nghe bài này, tất cả những người bảo trợ đều trở về nhà với niềm tin sâu xa trong lòng họ.

… … …

Để trắc nghiệm sự thành tựu và kinh nghiệm của Rechung-pa, và cũng để tìm xem tinh thần khước từ của ông ta mạnh đến đâu, một hôm Milarepa ngẫu nhiên hát cho Rechungpa bài hát "Mười Hai Sự Lừa Dối":

Chuyện thế gian toàn là lừa dối;
Nên ta tìm Chân Lý Thần Diệu.

Kích động và phân tán là hư huyễn;
Nên ta thiền định về Chân Lý Không Hai.

Bạn bè và tôi tớ cũng là lừa dối,
Nên ta ở lại trong cô liêu.

Tiền bạc và sở hữu cũng là lừa dối;
Nếu ta có, ta sẽ cho đi.

Sự vật ở thế giới bên ngoài toàn là hư vọng;
Tâm Bên Trong là cái ta xét xem.

Ý nghĩ lang thang toàn là lừa dối;
Nên ta chỉ đi Con Đường Trí Tuệ.

Lừa dối là giáo lý của Chân Lý Phương Tiện; (2)
Chân Lý Tối Hậu là cái ta thiền định.

Sách viết bằng mực đen toàn là dẫn dắt sai lầm;
Ta chỉ thiền định những Chỉ Dạy Thiết Yếu của
Dòng Truyền Rỉ Tai.

Ngôn từ và lời nói cũng chỉ là hư huyễn;
Thong dong, ta yên nghỉ tâm mình trong Cảnh Giới
Không Dụng Công.

Sinh và tử cả hai đều hư huyễn;

Ta chỉ quán chân lý Bất Sinh.
Tâm phàm phu trong mọi hướng đều lầm lạc;
Nên ta tu tập làm sao kích hoạt Tỉnh Giác.
Tu tập Giữ Tâm (3) là lầm lạc và lừa dối;
Thế nên ta yên nghỉ trong cõi Chân Như.

Rechungpa tự nghĩ: "Đạo Sư của mình chính là Phật; trong tâm ông không có ý hư huyễn. Nhưng vì mình không có khả năng sùng mộ như những người khác, nên ông đã hát bài hát này." Và Rechungpa hát lại để giải thích với Thầy kiến giải của mình về giáo lý Thấy, Tu, và Hành.

Xin hãy nghe con, hỡi Sư Phụ của con,
Tâm u tối của con đầy vô minh.
Hãy giữ chặt con bằng sợi dây bi mẫn của thầy.

Tại ngã tư đường Thực Tại và Hư Vô chủ nghĩa gặp nhau
Con lạc mất trong tìm kiếm cái Thấy Không Biên Kiến;
Và vì vậy con không chắc ở trong tri kiến Chân Lý.

Hôn trầm và tán loạn suốt thời,
Cực Lạc và Quang Minh con chưa được phần mình.
Và vì thế con chưa thắng phục được tất cả vướng mắc.

Con chưa thể giải thoát mình khỏi nắm và buông,
Và tiếp tục những xung động nhất thời không cần thiết;
Như vậy con chưa diệt hết mê hoặc.

Con không thể tránh được tất cả những hành vi lừa đảo
Và tuân theo các Giới Luật Mật Giáo không tì vết.
Như vậy con chưa khắc phục được tất cả cám dỗ.

Sự phân biệt hư huyễn giữa Sinh Tử và Niết Bàn
Con chưa giác ngộ Tự Tâm là Phật;
Vì vậy con chưa tìm được đường đến Pháp Thân!

Con không thể cân bằng hy vọng và sợ hãi
Và thấy được bộ mặt của con;
Như vậy con chưa đạt được Bốn Thân Phật.
Trong quá khứ con đã được thầy đại bi che chở;
Bây giờ, đặt con trọn vẹn nơi tay thầy,
Nguyện thầy còn ban cho con nhiều gia trì nữa.

Vì thế, Milarepa [đã gửi làn sóng lớn ân huệ đại bi gia trì cho Rechungpa,] và nói với Rechungpa một cách giả vờ, "Ôi, Rechungpa, con có nhiều hiểu biết và kinh nghiệm hơn những gì con vừa nói với ta. Con không nên dấu ta bất cứ điều gì. Hãy thành thật và ngay thẳng." *Khi Milarepa nói như vậy, Rechungpa đột nhiên giác ngộ.* Rechungpa lập tức hát "Bảy Khám Phá":

Nhờ ân điển của Sư Phụ, Jetsun Thánh Thiện,
Bây giờ con đã chứng ngộ Chân Lý Trong Bảy Khám Phá.

Trong hóa thân con đã thấy Không;
Bây giờ, con không nghĩ rằng cái gì hiện hữu.

Trong Tánh Không con đã thấy Pháp Thân;
Bây giờ, con không nghĩ đến hành động.

Trong vạn hóa thân con đã thấy Không Hai;
Bây giờ, con không nghĩ đến gom góp hay phân phát.

Trong các nguyên tố Đỏ và Trắng, (4)
Con đã thấy Tự Tánh Bình Đẳng;
Bây giờ, con không nghĩ đến chấp nhận hay chối từ.

Trong Thân Hư Huyễn (5) con đã thấy Cực Lạc;
Bây giờ, trong tâm con, không có khổ đau.

Con đã thấy Siêu Việt trong thế gian;
Bây giờ, mê hoặc không bám vào tâm con được.
Trong Tự Tâm con đã thấy Phật;

Bây giờ, trong tâm con, Sinh Tử không còn hiện hữu.

Rồi Milarepa nói với Rechungpa, "Kinh nghiệm và tri kiến của con rất gần với Chân Giác Ngộ, nhưng nó vẫn chưa là một. Kinh Nghiệm Chân Thật và hiểu đúng là phải như thế này." Và ông hát "Tám Cảnh Giới [Tối Thượng]":

Ai thấy thế gian và Tánh Không giống nhau,
Là đã đến cảnh giới Chân Tri Kiến.

Ai cảm thấy không có sự khác biệt giữa mộng và tỉnh,
Là đã đến cảnh giới Chân Tu Tập.

Ai cảm thấy không có sự khác biệt giữa An Lạc
và Tánh Không,
Là đã đến cảnh giới Chân Hành Động.

Ai cảm thấy không có sự khác biệt giữa "bây giờ"
và "lúc ấy,"
Là đã đến cảnh giới Chân Như.

Ai thấy Tâm và Tánh Không giống nhau,
Là đã đến cảnh giới Pháp Thân.

Ai cảm thấy không có sự khác nhau giữa đau đớn
và khoái lạc,
Là đã đến cảnh giới Chân Giáo Lý.

Ai thấy ước mong của con người và Trí Tuệ của
Phật giống nhau,
Là đã đến cảnh giới Giác Ngộ tối thượng.

Ai thấy Tự Tâm và Phật giống nhau,
Là đã đến cảnh giới Chân Thành Tựu.

Từ đó, nhờ từ ái và sự gia trì của Đạo Sư, Rechungpa dần dần tiến bộ trong tri kiến và Chứng Ngộ. Rồi Rechungpa sáng tác "Bài Hát về Sáu Cảnh Giới Trung Gian," (6) trong đó ông trình kiến giải và cái hiểu tối hậu của mình với Milarepa:

Con cúi đầu đảnh lễ trước chư Đạo Sư Thánh Thiện.

Ở Cảnh Giới Trung Gian nơi Tánh Không vĩ đại hiển hiện
Không có cái thấy thường hằng hay đoạn diệt;
Con không dự phần những ý nghĩ bè phái con người.

Bên kia tất cả mọi tri giác bây giờ là Vô Hữu;
Về Thấy, đây là niềm tin quyết của con.

Trong Cảnh Giới Trung Gian của Tánh Không và An Lạc,
Không có vật gì tâm có thể thiền định,
Và như vậy con không cần tu tập tập trung.
Con yên nghỉ tâm con trong trạng thái tự nhiên,
không phân tán.
Đây là kiến giải của con về Tu Tập.
Con không còn cảm thấy xấu hổ trước các bạn bè
đã giác ngộ.

Trong Cảnh Giới Trung Gian với tham dục và
không tham dục
Con thấy trong luân hồi không có an lạc;
Và như vậy, không còn đạo đức giả, con không gặp
bạn bè xấu.
Bất cứ vật gì con thấy trước con, con xem đó là bạn tốt.
Đây là niềm tin quyết của con về Hành Động,
Con không còn cảm thấy xấu hổ trước cuộc hội họp của
các đại hành giả yoga.

Giữa ác và thiện con không còn phân biệt nữa;
Tịnh và bất tịnh bây giờ đối với con giống nhau.
Như vậy, con sẽ không bao giờ không trung thực hay giả vờ.

Đây là kiến giải của con về Đức Hạnh,
Con không còn cảm thấy xấu hổ trước Thánh Chúng.
Trong cảnh giới [mới tìm được] của Sinh Tử và Niết Bàn
Đối với con, chúng sinh và Phật giống nhau;
Và vì thế con không hy vọng hay ước mong thành Phật.
Giây phút này, tất cả đau khổ của con biến thành khoái lạc.
Đây là kiến giải của con về Giác Ngộ,
Con không còn cảm thấy xấu hổ trước những
người giác ngộ.

Khi đã giải thoát mình khỏi từ ngữ và ý nghĩa
Con không còn nói ngôn ngữ của tất cả những nhà học giả.
Con không còn nghi ngờ nào trong tâm.
Vũ trụ và tất cả những hiện tướng của nó
Xuất hiện bây giờ chỉ là Pháp Thân.
Đây là niềm tin quyết con đã ngộ được.
Con không còn cảm thấy xấu hổ trước một cuộc hội họp
của những đại học giả.

Milarepa rất hân hoan, và nói, "Rechungpa, đây quả thực là chân Kinh Nghiệm và tri thức. Con thực đáng được gọi là một đệ tử tài năng. Bây giờ có ba cách người ta có thể làm hài lòng Đạo Sư: Thứ nhất, đệ tử nên dùng niềm tin và trí thông minh của mình làm hài lòng Đạo Sư; rồi, qua học tập không nhầm lẫn và quán tưởng, y nên đi vào cửa Đại Thừa và Kim Cang Thừa, và tu tập cần mẫn với đại quyết tâm; rồi cuối cùng, y có thể làm hài lòng Đạo Sư với những kinh nghiệm Giác Ngộ chân thực tạo được từng bước qua sùng mộ. Ta không thích người đệ tử nói nhiều; tu tập thực tiễn quan trọng hơn nhiều. Cho đến khi đạt được Chứng Ngộ Chân Lý viên mãn, y nên ngậm miệng và tu tập thiền định. Đạo Sư của ta, Marpa, đã nói với ta: 'Biết nhiều Kinh [Sutras] và Mật Điển [Tantras] hay không, không phải là vấn đề lớn. Không nên chỉ theo từ ngữ và sách vở, mà còn nên ngậm miệng, và theo không nhầm lẫn những lời chỉ dạy bằng miệng của Đạo Sư, và thiền định.' Do đó, con cũng nên theo lời khuyên này, đừng quên nó, và đưa nó vào thực hành.

Nếu con có thể bỏ tất cả những sự việc Sinh Tử lại phía sau mình, thì những công đức và thành tựu to lớn sẽ là của con."

Rechungpa đáp: "Thưa Jetsun, xin thầy từ bi nói cho con những gì sư ông Marpa đã nói." Lúc ấy Milarepa hát: "Ba Mươi Lời Khuyên Nhủ của Đạo Sư":

Con thân yêu, đây là những lời Sư ông nói với ta:

"*Trong tất cả nơi qui y, qui y Phật là tốt nhất;*
Trong tất cả bạn bè, niềm tin là quan trọng nhất;
Trong tất cả điều ác, Nhamdog là xấu nhất;
Trong tất cả quỉ ma, là kiêu hãnh;
Trong tất cả tật xấu, là phỉ báng."

Sư ông nói:

Ai không tẩy sạch tội mình bằng Bốn Lực (7)
Sẽ lang thang trong chốn luân hồi.
Ai không cần mẫn tích lũy công đức,
Sẽ không bao giờ được cực lạc của Giải Thoát.
Ai không giữ mình tránh phạm vào Mười Điều Ác
Sẽ chịu đau khổ dọc theo Đường Đạo.
Ai không thiền định về Tánh Không và Bi Tâm,
Sẽ không bao giờ đạt đến cảnh giới Phật."

Sư ông nói:

"Nếu con muốn thành Phật trong đời này,
Hãy quán tâm mình không sai lệch
Và tu tập Sáu Yoga,
Tinh Yếu và lời dạy tối hậu của tất cả Mật Điển.
Cũng tu tập Con Đường Thiện Xảo của Mật Điển,
Tinh Yếu và lời dạy cuối cùng của những
Chỉ Dạy Thiết Yếu.
Nếu con tìm danh vọng, của cải và sự thừa nhận,
Là con tự ném mình vào miệng của quỉ ma.

Nếu con chửi rủa người khác, và ca ngợi chính mình,
Con sẽ rơi xuống vực thẳm.
Nếu con không thuần hóa tâm như voi của con,
Các giáo lý và Chỉ Dạy Thiết Yếu sẽ thành vô ích.
Công đức lớn nhất là phát khởi Tâm vì Bồ-đề;
Để hiểu Bất Sinh là cái Thấy cao nhất.
Thiền định sâu xa là giáo lý của Con Đường Thiện Xảo.
Cũng nên tu tập về Kênh [Nadi] và hơi thở."

Sư ông nói:

"*Hãy thấy và nhận ra Bộ Mặt Bản Lai!*
Hãy đặt mình vào bàn tay của những bậc Thánh Thiện!
Đừng tiêu phí đời con làm những việc không xứng đáng."

Sư ông nói:

"Hãy thấy và nhìn tâm bất sinh của con.
Đừng tìm những khoái lạc trong vòng Sinh Tử,
Đừng nghĩ tất cả đau khổ là bệnh hoạn."

Sư ông cũng nói:

"Khi con chứng ngộ tâm mình, con trở thành Phật.
Không cần phải nói và làm nhiều!
Không có giáo lý nào khác sâu xa hơn giáo lý này.
Thế thì, hãy theo và tu tập tất cả những lời chỉ dạy này!"

Sau khi nghe bài hát này, Rechungpa tiến bộ rất nhiều trong Chứng Ngộ và Tri kiến.

… … ….

Sau đó, khi Milarepa cùng các đệ tử sống khổ hạnh trong lúc ẩn cư, nhiều thiên nữ Đa-ki-ni đến và cúng dường một tiệc bí pháp. Họ nói với Milarepa như vầy: "Trong lúc sùng mộ, ngài nhận thực phẩm và y phục từ phàm nhân, và cũng nhận

một ít dưỡng chất cõi trời từ các thiên nữ Đa-ki-ni, là tốt." Milarepa đáp, "Của cải, cơ ngơi, và thực phẩm từ phàm nhân không bao giờ có thể sánh được công đức Giác Ngộ và năng lực Chứng Ngộ. Do đó, những nhu cầu thế gian có thể miễn trừ. Bây giờ, hãy nghe bài hát của tôi":

Con cúi đầu đảnh lễ chư Đạo Sư.

Từ cảnh giới Chân Như Tuyệt Đối
Tôi, Hành giả Yoga Milarepa, hát khúc hát này;
Từ cảnh giới Vô Hữu Phổ Biến
Tôi, Milarepa, hát khúc tán ca này.
Xin hãy lắng nghe, các Mẹ và các Đa-ki-ni.

Luật Nhân Quả bao giờ cũng là tối thượng –
Phật pháp thắng phục.
Niềm tin bình phàm làm sao sánh được?

Tối thượng là sống và thiền định một mình;
Cơn xuất thần làm sao sánh được?

Chánh định là tối thượng, tự tại với "đây" và "kia";
Kiến thức bình phàm làm sao đạt được?

"Tự Tánh" là tối thượng trong cảnh giới
"Sau Thiền định";
Tu tập bình phàm làm sao bằng nó?

Chú tâm ở bên kia tất cả ngôn từ cũng là tối thượng;
Hành động bình phàm làm sao đạt được?

Sự hợp nhất Từ Bi và Tánh Không là tối thượng;
Thành tựu bình phàm làm sao với tới?

Tấm áo vải của ta chẳng bao giờ lạnh cũng là tối thượng;
Y phục lòe loẹt của phàm phu làm sao sánh được?

Tối thượng là Chánh Định của ta không bao giờ đói;
Thịt và rượu làm sao sánh được?

Thức uống này của ta đến từ dòng suối Bồ-đề;
Thức uống bình phàm làm sao sánh được?

Bên trong, tim ta tràn đầy hài lòng;
Thức ăn và giàu sang làm sao che lấp nó được?

Đạo Sư của ta, Dịch giả Marpa, là tối thượng;
Những hành giả yoga khác làm sao sánh bằng?

Thấy Mặt Phật của Tự Tâm là tối thượng;
Thiền định "Phật Thủ Hộ" bình phàm làm sao sánh được?

Ta, Hành giả Yoga, là tối thượng;
Các hành giả yoga khác làm sao sánh được?

Thân ta miễn nhiễm đau đớn và bệnh hoạn;
Thuốc men hay y sĩ làm sao bảo đảm được điều này?

Xin hãy lắng nghe và cho lời bình phán, hỡi các Đa-ki-ni,
Chỗ nào không ánh sáng, ta chỉ thấy sự sáng;
Ánh sáng tự nó rất sáng ngời.
Chỗ nào không hơi ấm, ta cảm thấy rất ấm;
Tấm áo vải đơn này có nhiều hơi ấm.
Nơi nào không tiện nghi, ta yên nghỉ thảnh thơi;
Thân hư huyễn này dễ chịu nhất.
Nơi nào không có vui, ta cảm thấy vui nhất;
Đời sống mộng mị này tự nó đầy thú vị!
Ta, hành giả yoga, chỉ cảm thấy an lạc và vui!

Núi Drajadorje không đủ cao ư?
Nếu không đủ, tại sao chim linh thứu lại bập bềnh
bên trên nó?
Nếu gió lạnh tháng mười hai không đủ nghiêm trọng,

Nó làm sao khiến những thác nước và sông đóng băng?
Nếu chiếc áo vải của ta không ấm do Nội Nhiệt,
Một chiếc áo đơn làm sao ngăn chận được lạnh bên ngoài?

Nếu thực phẩm Chánh Định không duy trì ta được,
Ta làm sao chịu đựng được cơn đói không thỏa mãn
bao giờ?

Nếu không có dòng Suối Bồ-đề cho ta uống,
Ta làm sao sống không có nước mà không khát?

Nếu Chỉ Dạy Thiết Yếu của Đạo Sư không đủ sâu xa,
Ta làm sao chinh phục được quỉ ma, chướng ngại?

Nếu một hành giả yoga không có Chứng Ngộ và
Kinh Nghiệm
[Khiến cho y tin tưởng và đầy niềm vui]
Làm sao y có thể thiền định trong cô tịch bao giờ?

Những thành tựu này đạt được nhờ ân huệ của Đạo Sư ta.
Như vậy, nên tập trung vào tu tập thiền định.

Nghe bài hát này, các Đa-ki-ni cảm thán, "Những gì ngài nói quả thật kỳ diệu! Ngày mai, một đệ tử có định mệnh tốt sẽ đến đây. Xin vui lòng chăm sóc anh ta." Với những lời này, tất cả bọn họ biến mất như chiếc cầu vồng.

Ngày hôm sau, một vài người bảo trợ từ Gu Tang đến viếng. Họ yêu cầu Milarepa giảng Pháp cho họ. Vì thế, Jetsun truyền cho họ lời Nguyện Qui Y, cùng với những giải thích về lợi ích tu tập Pháp. Những người bảo trợ hỏi, "Thầy cũng hành trì lời Nguyện Quy Y này sao?" Milarepa đáp, "Phải. Lời nguyện này là nơi ẩn trú duy nhất của tôi, tôi nương tựa vào một mình nó trong sùng mộ và tu tập. Các người cũng nên nhiệt tình khẩn nguyện với Đạo Sư của mình và Tam Bảo, không những chỉ bằng lời mà còn bằng chân thành lấy đó làm chỗ Qui Y chân thực của các người. Lợi ích của việc này rất to lớn như tôi đã

nói trước. Vì thế, tất cả các người nên hạnh phúc nhiều và mãn nguyện với lời cầu nguyện này." Rồi Milarepa hát một bài trong đó ông miêu tả những khung cảnh qui chiếu khác nhau mà sự Qui y được an định trong đó, và thúc giục họ tu tập Pháp.

Kính lễ chư Đạo Sư.

Phật, Pháp, và Tăng
Là ba nơi Qui Y bên ngoài;
Ngay cả ta cũng nhận ba nơi làm chỗ trú.
Bằng cách đặt tất cả tin cậy của ta vào đó,
Ta đã được vui và mãn nguyện.
May mắn sẽ đến, nếu các người qui y nơi họ.

Đạo Sư, Phật Thủ Hộ, và thiên nữ Đa-ki-ni
Là ba nơi Qui Y bên trong.
Ngay cả ta cũng nhận ba nơi làm chỗ trú.
Bằng cách đặt tất cả tin cậy của ta vào họ,
Ta đã được vui và mãn nguyện.
May mắn sẽ đến, nếu các người qui y nơi họ.

Các Kênh, Khí, và Giọt Tinh Chất
Là ba nơi Qui Y bí mật;
Ngay cả ta cũng nhận ba nơi làm chỗ trú.
Bằng cách đặt tất cả tin cậy của ta vào đó,
Ta đã được vui và mãn nguyện.
May mắn sẽ đến, nếu các người qui y những nơi đó.

Sắc, Không, và Không Phân Biệt
Là ba nơi Qui Y chân thực;
Bằng cách đặt tất cả tin cậy của ta vào đó,
Ta đã được vui và mãn nguyện.
May mắn sẽ đến, nếu các người qui y những nơi đó.

Nếu các người không nhìn đến các chỗ Qui Y,
Ai sẽ bảo vệ các người khỏi khổ đau vĩnh viễn?

Ngày đêm căn nhà thân mục nát của các người
Bị [Bốn] Đại [nguyên tố] xâm lăng.
Cùng với tháng, năm,
Mưa đem đến cho nó sự tan rã.

Đối với người hấp hối, những giọt xoi mòn này
Không đem lại niềm vui hay khoái lạc.

Đây giống như cái bóng của mặt trời lặn;
Các người có thể cố gắng chạy trốn nó
Nhưng không bao giờ có thể thoát được.

Quán cái chết là "thầy" của người Phật tử,
Từ đó học thực hành những hành vi xứng đáng.
Nên luôn luôn nghĩ, và nhớ,
Niềm vui ấy không có mặt vào lúc chết.

Nếu một kẻ tội lỗi thấy được bản tánh của cái chết,
Y đang học một bài học tốt về sự thật.
Rồi y sẽ suy tư về ý nghĩ,
"Tôi sẽ hối tiếc khi giây phút ấy đến!"

Nếu một kẻ giàu sang thấy cái chết quanh quẩn bên mình,
Y đã học một bài học tốt về sự thật –
Rằng của cải và tiền bạc là những kẻ thù lớn.
Hãy để y suy tư về ý nghĩ,
"Tôi nên luôn luôn cố gắng rộng lượng!"

Nếu một người già cảm thấy cái chết bên mình,
Y đã học một bài học tốt về sự thật –
Rằng đời thì ngắn và vô thường.
Hãy để y suy tư về ý nghĩ,
"Đời, cuối cùng, là giấc mơ buồn."
Nếu một thanh niên thấy cái chết quanh quẩn bên mình,
Y đã học một bài học tốt về sự thật –
Đời thì ngắn và sớm tàn vào quên lãng.

Hãy để cho y tu tập sùng mộ!

Cha mẹ chúng ta mang những gánh nặng âu lo về chúng ta,
Nhưng những đứa trẻ mồ côi phải tự cưu mang lấy.

Một chiếc áo choàng bằng da mịn quả thật dễ chịu –
Nhưng ở bên kia tưởng tượng của kẻ không bao giờ mặc nó.

Hoa màu trên nông trại là thuốc chữa cảnh nghèo,
Nhưng kẻ không làm việc không bao giờ có thể thưởng thức.

[Hai dòng lược bỏ ở đây vì bản văn bị hư. *Dịch giả*].[1]

Người tu tập Pháp sẽ hưởng niềm vui;
Nhưng ai không tu tập, không bao giờ được hưởng.

Hãy bố thí nhiều hơn, các người sẽ không bao giờ đói.
Nếu các người muốn khắc phục hôn trầm và buồn ngủ,
Hãy làm nhiều điều tốt. (8)

Nhớ những khốn khổ của các Cõi thấp hơn
Giúp mọi người tu tập lời Phật dạy.

Sau khi nghe bài hát này, nhiều người bảo trợ trở thành những Phật tử sùng mộ. Trong số đó, có một thanh niên đã xác nhận trong tâm một niềm tin không lay chuyển hướng về Milarepa. Anh ta yêu cầu ông cho phép đi theo ông để phục vụ ông. Milarepa nghĩ, "Đây là người mà các nữ thần Đa-ki-ni đã nói trước. Ta sẽ nhận anh ta làm đệ tử." Ông làm lễ Khai Thị và những lời chỉ dạy cho anh ta. Sau khi tu tập những lời dạy này,

---

[1] Chỗ này, bản dịch tiếng Pháp của Marie-Rosé Lamothe viết:

"La rapidité distingue les cheveaux de Guiling
Qu'en sait celui ne les a pas montés?"

"Tốc độ phi thường của tuấn mã Guiling,
Kẻ không cưỡi làm sao biết được." [ND]

người thanh niên đạt được Thành Tựu và Giải Thoát. Anh ta có danh hiệu là Ron Chon Repa, một trong những đứa con gần gũi của Milarepa.

Đây là câu chuyện Milarepa gặp Ron Chon Repa trong chuyến du hành sau của ông đến Drajadorje Tson.

Chú Thích Chuyện 23

(1) Yoga Không Thoái Chuyển (T.T.: Phyir.Mi.lDog.Pahi.rNal. hByor.): ám chỉ giai đoạn cao trên Đường Đạo. Khi một hành giả yoga đạt đến đó sẽ không bao giờ thoái hóa trong sự phát triển tâm linh của ông hay rơi vào sinh tử trở lại.

(2) Chân Lý Phương Tiện, hay Giáo Lý Phương Tiện: Trong Phật Giáo Đại Thừa có hai thuật ngữ rất quan trọng phản ảnh rõ ràng cái nhìn Phật Giáo Đại Thừa và sự đánh giá của nó trong những giáo pháp mâu thuẫn nhau do các Tông phái Phật Giáo khác nhau và các tôn giáo khác chủ trương. Một là "Giáo Lý Phương Tiện" (T.T.: Dran.Don.), và một nữa là "Giáo Lý Tối Hậu" hay "Tột cùng" (T.T.: Nes.Don.). "Giáo Lý Phương Tiện" là những giáo pháp được sắp xếp và giảng dạy cho những tín đồ chưa tiến hóa hay chưa chín muồi, chưa sẵn sàng tiếp nhận hình thức cao hơn của lời dạy. "Giáo Lý Tối Hậu" là những lời dạy có thể miêu tả như là tối thượng và tối hậu.

Mặc dù các Giáo Lý Phương Tiện cần thiết cho những người chưa tiến đến tầng mức cao đủ để có thể tiếp nhận những lời dạy cao nhất (Giáo Lý Tối Hậu), chúng thực sự đặt nền móng để tiến gần hơn, không có những Lời dạy Phương Tiện này, nhiều người trong thời gian ấy không có khả năng, không thể thâu hóa và tu tập những lời dạy cao hơn.
[Chú thích này của dịch giả bản tiếng Anh rất dài và chi tiết, cốt yếu là giúp các độc giả sơ cơ biết và hiểu thêm các luồng tư tưởng khác nhau của Phật Giáo, ND đã lược bỏ phần giảng rộng đó.]

(3) Tu Tập Giữ Tâm: Đa số các phương pháp tu tập thiền định được thiết lập để phát triển sự tập trung của tâm, tức là giữ một đối tượng trong con mắt tâm của hành giả. Nói cách khác, tất cả những phương pháp ấy đều đòi hỏi một sự nỗ lực tinh thần. Nhưng thiền định Đại Thủ Ấn (Mahāmudrā) có bản

chất hoàn toàn khác hẳn. Nó không nỗ lực mà tự nhiên; trong tu tập, tâm hành giả không giữ bất cứ một đối tượng nào. So sánh với giáo lý Đại Thủ Ấn, tất cả những giáo lý khác đều tạm thời và phương tiện.

(4) Nguyên tố (hay Đại) Trắng là lực dương, và nguyên tố Đỏ là lực âm của thân.

(5) Thân Hư huyễn: Bất cứ thân nào có hình tướng và các thuộc tính đều hư huyễn; điều này áp dụng cho cả thân Sinh Tử và thân Niết Bàn, kể cả Báo Thân và Hóa Thân của Phật.

(6) 'Trung gian' (Bardo) ở đây không có nghĩa cảnh giới sau khi chết mà có nghĩa là các cảnh giới "trung gian" của bất cứ loại nào.

(7) Bốn Lực nhờ đó các tội lỗi có thể được tẩy sạch là:

(a) Lực của thành tâm sám hối.
(b) Lực của quyết tâm không tái phạm.
(c) Lực của thực hiện những hành vi tốt để bù lại những hành vi sai lầm đã phạm phải trước kia.
(d) Lực của pháp quán Tánh Không của hiện thể.

(8) Giảm thiểu sự hôn trầm bằng thực hiện những hành vi tốt: Một vài người liên tục cảm thấy hôn trầm trong khi tu tập thiền định. Ngay khi họ ngừng thiền định, hôn trầm liền biến mất. Nếu đã thử tất cả các phương pháp chữa trị hôn trầm mà không hiệu quả, theo nhiều bậc Đạo Sư, là vì các tội lỗi đã phạm phải trong quá khứ. Phương thuốc chữa trị cho tật này là thực hành những lời nguyện sám hối và chuyên cần thực hiện những việc làm công đức.

24. SỰ CẢI HÓA CỦA MỘT TU SĨ ĐẠO BON ĐANG HẤP HỐI

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Vào sáng sớm ngày mồng tám của một tháng âm lịch, khi Jetsun Milarepa đang thiền định ở Drajadorje Tson và im lặng quan sát, một số nữ thần Đa-ki-ni mặc y phục giống như những phụ nữ trần gian đến ông và tiên tri:

Ô, hành giả yoga im lặng với đại lực ý chí
Tu tập khổ hạnh,
Con sư tử đơn độc giữa tất cả tuyết này,
Thấy, một mình, Sinh Tử và Niết Bàn,
Hãy nghe chúng tôi – bốn chị em thiên nữ Đa-ki-ni
Đến để tiên tri.

Ngày mai, vào sáng sớm,
Hãy đến bờ phía đông hồ Baltang,
Nơi người ta phạm tội và chơi đùa trong dục lạc.
Ngài, Sư Tử của tuyết sơn,
Nên giúp họ trở lại con đường đức hạnh,
Dẫn dắt những ai lạc đường trở về Đường chánh.

Sau khi chuyển trao thông điệp này đến Jetsun, các thiên nữ Đa-ki-ni biến mất.

Do đó, hôm sau Milarepa du hành về hướng đông. Trên đường đi, ông gặp một người chăn cừu. Khi người chăn cừu thấy ông bước đi – hai bàn chân không chạm đất – trong lòng liền phát sinh một niềm tin không lay chuyển hướng về

Milarepa. Anh ta cúng dường Milarepa thực phẩm của mình, và xin ông dạy Pháp. Vì thế, Milarepa giảng cho anh ta về Nghiệp luật; về những sai lầm của sinh tử luân hồi; về sự khó được sinh làm người, thân thể, và hoàn cảnh sống; cuối cùng, sự không thể tiên đoán và không thể tránh được của cái chết. Người chăn cừu tin phục những lời dạy ấy và nói, "Lạt-ma thân mến, thuyết giảng của thầy nhắc con nhớ đến sự đau khổ to lớn của Sinh Tử. Nghĩ kỹ về nó [con thấy] con không còn ham muốn được hay mất, hạnh phúc hay khốn khổ trong đời này nữa. Những đau khổ thầy nhắc đến làm con phiền não đến độ con cảm thấy mình không thể chịu đựng được nữa. Xin thầy vui lòng ban cho vài lời dạy bảo có thể giúp con." "Được lắm," Milarepa nói, "Tôi sẽ dạy anh." Lúc ấy người chăn cừu tin ông, nói, "Con – chỉ một mình con – biết một cái hang bí mật gọi là Mamo Tson. Xin vui lòng cùng đi với con đến đó."

Khi đến cái hang, người chăn cừu dâng thức ăn và phục vụ Jetsun, rồi yêu cầu chỉ dạy những giáo lý giúp anh ta thoát khỏi đau khổ của Sinh Tử. Lúc ấy Milarepa dạy anh ta cách thiền định. [Sau đó không lâu], người chăn cừu thưa, "Khi tâm con tập trung, con thấy rất bình an và chẳng có đau khổ gì cả. Nhưng khi tâm con bắt đầu lang thang, những hình ảnh khốn khổ trong Sinh Tử tất cả đều hiển hiện trước con; con khó có thể chịu đựng được kinh nghiệm gây phiền não khi thấy những cảnh ấy. Xin thầy từ bi đem con đến cảnh giới an lạc mãi mãi." Milarepa đáp, "Nếu anh muốn luôn luôn an lạc, anh phải luôn luôn tránh những hành vi tội lỗi và theo gương tôi tu tập tất cả các đức hạnh." Người chăn cừu trả lời, "Con nguyện sẽ làm như vậy vì để đạt thành mong muốn an lạc vĩnh viễn. Con thích trở thành người hầu hạ thầy. Xin cho con theo thầy."

Milarepa thừa nhận rằng người chăn cừu này là một đệ tử định mệnh của mình, vì thế ông nhận anh ta và ban cho lễ Khai Thị và những Chỉ Dạy Thiết Yếu. Về sau, người chăn cừu có danh là Tsiwo Repa, đệ tử xuất sắc nhất trong hàng các "Đệ tử Chứng Ngộ."

Vào buổi sáng ngày Jetsun gặp Tsiwo Repa, các thiên nữ Đa-ki-ni nói với ông, "Có một nơi gọi là Lapu; ngài nên đi đến đó." Vì thế, Milarepa đi đến Lapu nơi có một ông lão rất giàu có sống ở đó, một tín đồ sùng tín của đạo Bon, có nhiều con trai. Gần đây ông ta bị bệnh rất trầm trọng. Vào ngày Milarepa đến viếng, một trong những người con trai của ông lão vừa trở về nhà sau khi tham hỏi một nhà bói toán bảo rằng phương thuốc chữa trị là phải giết một trăm con bò yak, một trăm con dê, một trăm con cừu, lấy thịt để tổ chức một lễ tiệc lớn và hiến tế cho các tu sĩ đạo Bon. Theo lời chỉ dạy này, những người con trai của ông lão nhà giàu đã sắp xếp tất cả cho lễ tiệc và khi sắp sửa giết súc vật thì Milarepa đến.

Milarepa, trước khi đến Lapu, đã gặp một cô gái đang trên đường đi lấy nước và hỏi cô ta xin bố thí. Cô gái cho ông biết về lễ tiệc lớn của đạo Bon sắp tổ chức cho phú ông bị bệnh, cô ta nói rằng chắc chắn ông sẽ được bố thí nếu ông đến đó. Khi Milarepa đến gần nhà phú hộ, ông thấy tất cả mọi loại người đang đi vào đó. Dường như mọi người có thể đi vào được, ngay cả chó. Tuy nhiên, những người tiếp khách nói, "Thưa Lạt-ma, cha của chúng tôi bịnh rất nặng. Xin hãy để chúng tôi yên." Milarepa đáp, "Tôi chỉ cần một chút gì để ăn. Xin cho tôi thức ăn." Vì thế, những người con trai chuẩn bị chút ít thức ăn cho ông, và sắp sửa đưa ông ra khỏi nhà, khi các thân nhân của người bệnh và y sĩ bắt đầu vây quanh để xem bệnh tình của ông ta. Milarepa đến hỏi họ xin từ thiện.

Khi người nhà giàu nhìn thấy mặt của Milarepa, một niềm tin lớn xuất hiện nơi ông ta và dù sao một sự thay đổi cũng đã xảy ra trong tâm ông ta. Ông ta chụp lấy tấm y của Milarepa và yêu cầu, "Thưa Lạt-ma, tôi là một người chỉ [sống] hôm nay hay ngày mai thôi. Hãy từ bi mà nhìn tôi!" Ông ta van xin như vậy, trong khi nước mắt chảy xuống trên mặt ông ta. Milarepa nói, "Ông tin tôi như thế là điềm tốt. Nếu tôi chữa lành bệnh của ông, ông có từ bỏ thế gian mà tu tập Pháp không?" Người giàu có trả lời, "Nếu bệnh này của tôi thuyên giảm, tôi sẽ làm bất cứ điều gì thầy nói. Tôi không những tu tập Pháp mà còn bảo các con trai của tôi trở thành Phật tử nữa." Milarepa tự

nghĩ, "Các thiên nữ Đa-ki-ni đã tiên tri rằng ta nên cải hóa những người xấu và yêu thích khoái lạc, như thế là để hoàn thành những việc làm từ thiện và gia trì cho tất cả. Đây phải là cơ hội [họ] muốn nói, như vậy ta sẽ làm theo." Vì vậy, ông nói với người nhà giàu, "Ông có thể giết tất cả bò, dê ông muốn, nhưng việc đó không chữa lành được bệnh của ông. Thực ra, nó sẽ làm cho tình trạng của ông trở nên tệ hơn. Tốt hơn ông nên trả tự do cho tất cả gia súc đó. Mặt khác, tôi biết một phương thuốc nhất định sẽ chữa khỏi bệnh của ông; nhưng trước hết – ông sám hối tội lỗi theo tôn giáo nào?" Người bệnh trả lời, "Trong khi, tôi không phải không tin Phật Giáo, tôi luôn luôn yêu thích đặt niềm tin của tôi nơi đạo Bon." "Trong trường hợp ấy," Milarepa nói, "bây giờ ông nên giải tán tất cả những tu sĩ và y sĩ đạo Bon. Tôi sẽ làm một nghi lễ 'Bon' cho ông mà chắc chắn nó sẽ giúp ông bình phục." Người con trai trưởng của người nhà giàu thêm vào, "Tôi đề nghị rằng cả các tu sĩ đạo Bon và vị Lạt-ma cùng nhau thực hành nghi lễ. Không thể làm như vậy được sao?" "Đề nghị của anh thích đáng," Jetsun đáp, "nhưng đã có quá nhiều y sĩ và trò phỉnh gạt ở đây rồi. Tất cả những cái ấy không giúp được gì cả. Tốt hơn là nên giải tán tất cả bọn họ." Người bệnh ủng hộ ông bằng cách thêm vào, "Chúng ta nên làm theo những gì Lạt-ma nói." Do đó, các nhà tế lễ và y sỹ được giải tán. Biết được điều này, người ta bắt đầu thì thầm, "Những người hành lễ và các y sĩ không có khả năng ư? Chắc chắn, ông hành giả yoga xa lạ kia không thể chẩn mạch cũng không thể giúp gì. Người bệnh có lẽ sẽ chết sớm." Sau khi nói lên những ý nghĩ như thế, tất cả bọn họ trở nên lo lắng và phiền não hơn.

Người bệnh hỏi Milarepa, "Vậy thì, chúng ta nên giết gia súc gì để hiến tế?" Jetsun đáp, "Khi thực hiện nghi lễ của tôi, không cần hiến tế gì cả. Tôi có lời cầu nguyện 'Bon' (1) của riêng tôi. Hãy chú ý lắng nghe!" Và Milarepa, tụng một giai điệu Bon theo cách Bon, hát cho người bệnh nghe "Ngụ ngôn Hai Mươi hai Thành viên Gia đình":

"Sou, yon yon, yon, yon, yon yon ngo….. *(2)*

Từ thuở ban đầu, một hóa thân hiện ra.
Lúc đó, khi cái đầu tiên của tất cả những gì xảy ra,
Những ngoại vật xuất hiện như một cái gì đó
với những thuộc tính.
Sự hội hợp của các đại, các Uẩn,
[Hình thành] cái thành phố lớn, Ba Cõi Luân Hồi
Nội tâm phân biệt, được biết như là một với các phẩm chất;
Trong Tỉnh Giác Rỗng Lặng Quang Minh,
Ở đó phát sinh vạn ý niệm và nhận thức.
Đây là nguồn gốc của tất cả Nghiệp và Nhiễm!

Tất cả những nơi cư ngụ trong thế giới phiền não này
đều hư huyễn,
Vì được xây trên hình tướng mê hoặc.
Bởi vì bám vào vị thần và hình ảnh người cha,
Người ta biến tâm linh hoạt của mình thành bản ngã.
Bởi vì bám vào vị nữ thần và hình ảnh người mẹ,
Tâm người ta theo đuổi vạn sự vật.

Khi cha và mẹ kết hợp,
Thì sinh mười hai con trai Nhân duyên (3)
Và tám con gái Thức.
Các anh chị em này, cùng với cha mẹ,
Tổng số là hai mươi hai.

Từ sự phát sinh của gia đình này
Tám mươi bốn ngàn Nhiễm và
Ba trăm sáu mươi Phân Tán đến.
Như thế tám chục ngàn Ác, Chướng,
Và bốn trăm lẻ bốn loại bệnh tật phát sinh.

Đây là chương đầu bài hát của tôi,
Chương Các Thành Viên của Gia Đình.

Tất cả hai mươi hai thành viên đều bị bệnh vây hãm,
Họ đều bị chứng bệnh tâm mù che kín

Và đau khổ vì vạn phiền não.

Cơn sốt đốt cháy các phần trên,
Lửa giận dữ thiêu đốt bên trong,
Giống như những con bò yak mất trí, trong thâm sâu
họ rên rỉ.
Những cơn ớn lạnh lan tràn các bộ phận bên dưới
Và khuấy động những ao hồ tham dục
Đưa họ vào phóng đãng.

Bệnh mù Skran (4) gây khổ sở các bộ phận giữa;
Chứng thủy thũng ngã chấp căng phồng
và bành trướng chúng.
Họ bị phiền nhiễu bởi chứng bệnh Khí phụ
Và nghẹt thở vì kiêu hãnh phình lên;
Bệnh ở tim,
Họ sỉ nhục người khác và ca tụng mình.
Họ làm giường ngủ giữa Năm [Dục]Độc.

Đầu hàng tâm
Trước sự vô nghĩa của "đây" và "kia,"
Họ mất hết thú vị sống đức hạnh.
Họ thèm uống các thứ nước tội lỗi
Và mửa ra thuốc đức hạnh.

Họ khạc nước miếng chuyện vô giá trị tới Mười Phương
Họ lấy Tám Khai Báo Thế Gian làm y phục,
Quyến thuộc Mười điều Ác vây quanh giường họ.
Tâm mây ám, họ lang thang trên các nẻo
Tán loạn, ước mong thực phẩm và giàu sang.
U tối và vô hy vọng là những chứng bệnh này.

Đây là chương thứ hai bài hát của tôi,
Chương Miêu Tả Các Chứng Bệnh.

Những bệnh như thế này thì cái gì là thuốc chữa?

"Bon" sẽ giúp, và bói toán cũng sẽ giúp;
Như vậy, tôi, hành giả yoga, sẽ bói cho ông.

Một sứ giả, sự vô thường của tất cả mọi cuộc đời,
Đã được phái đi cầu bói toán.
Rồi một chuyên gia bói toán được gọi đến,
Và được cung cấp cho một chiếc bồ đoàn niềm tin
không lay chuyển.
Thức uống tin cậy được pha chế
Và đống lúa mạch cho chiêm bốc được bày ra
Trong niềm tôn kính Pháp
Câu hỏi, sự truy vấn lời dạy sâu xa của Pháp,
Được trình cho thầy bói.

Thầy giải điềm triệu, một Đạo Sư thông thạo, vẽ hình đồ
Một lá số tử vi Bốn Đại.
Ông ta đếm các chu kỳ của năm, Mười Hai Nhân Duyên,
Và cũng đếm Tám Quẻ – hay Thức.
Vẽ những hình đồ của Chín Thừa. (5)
Lời tiên đoán tốt và xấu được hình thành như vậy.

Đây là chương thứ ba bài hát của tôi,
Chương Chiêm Tinh Bói Toán.

Đọc hình đồ thầy bói tiên tri:
Cho hai mươi hai người,
Điềm triệu quả thật là xấu.
Từ thời vô thủy,
Trên nền móng Sinh Tử và Niết Bàn
Đặt một cái lò mù quáng tâm trí.

Ông chủ, hiện thân tinh khiết, được hát bằng lời.
Các lư hương, ghét và tham dục, bỏ ở phía sau chỗ đốt.
Bởi vì lò, lửa, và chỗ đốt,
Thần cha Trí Tuệ bỏ nhà đi đến cõi Trời;
Thần địa phương Đại Cực Lạc rút lui và biến mất;

Thần chinh phục Tự Tỉnh Giác cũng ra đi.

Bởi vì ba vị thần vĩ đại này rút lui,
Các quỉ có thể sai khổ sở đến.
Từ đó sinh ra Tám Pháp thế gian,
Và đau đớn của cuộc đời xuất hiện trong Sinh Tử.
Giận dữ cháy lên – là quỉ khủng khiếp nhất;
Tham dục khuấy động – nữ quỉ nguy hại đó;
Vô minh mù quáng – là quỉ rồng dữ;
Ghen tị châm chích – là quỉ Tsan Rigs; (6)
Ích kỷ và thành kiến – một con khác, tên là Rtor Legs, (7)
Tự ca ngợi mình và tự phô trương – là quỉ kiểu Mamo; (8)
Hành vi ác và suy nghĩ theo thói quen – quỉ đáng sợ gọi là Shen Dre (9) –
Ông chủ, đây là những con quỉ làm ông khổ sở.

Theo bói toán,
Sự sống của ông đang trong nguy hiểm lớn,
Vì ai đã sinh, ắt sẽ chết.
Theo bói toán,
Chuyện gia đình của ông không có điềm lành;
Hết đoàn tụ ắt phải chia ly.
Theo bói toán,
Chuyện tiền bạc của ông không thịnh vượng,
Vì hết được là thua.
Theo bói toán,
Chuyện đối chọi của ông với kẻ thù không may mắn,
Ông không còn có thể ở thế thượng phong.
Để đảo ngược những điềm xấu này,
Chúng ta hãy tổ chức một nghi lễ "Bon."

Đây là chương bốn bài hát của tôi,
Bói Toán Điềm Triệu của Đời Ông.

Bây giờ tôi, Hành giả Yoga, sẽ tụng một lời cầu nguyện "Bon" cho ông.

"Bon," trong lời dạy thâm sâu hơn này, nói:
"Vào buổi sáng ngày thứ nhất đã đặt
Nền móng Tam Tạng (10) của Trời;
Cho tiền chuộc để nghe, tu tập, và chiêm nghiệm."
Bây giờ chuẩn bị cúng dường lễ phước giới luật thanh tịnh,
Bây giờ tụng tán ca bốn Mật Điển.
Quà Khai Thị không tham cầu dâng tặng.

Vì Cha biến mất vào cõi Trời,
Sự thừa nhận bệnh mù lòa căn bản
Là phương thuốc tôi cống hiến.
Vì các thần Đại Cực Lạc địa phương rút lui,
Chiến thắng Bốn Quỉ là phương thuốc tôi cống hiến.
Vì thần chinh phục Tự Tỉnh Giác vắng mặt,
Tiền chuộc Tự Khước Từ là vật tôi cống hiến.
Những ý nghĩ ác về Tám Chuyện Thế Gian,
Tôi cắt đứt bằng con dao Tự Tỉnh Giác không ham muốn.
Để chữa trị cuộc sống đau thương trong thế gian
phiền não này,
Tôi cống hiến nhựa thơm Đại Cực Lạc.
Con quỉ giận dữ, giống như lửa
Tôi đánh độc bằng Trí Tuệ của Tánh Không;
Con quỉ cái khuấy động ái dục
Tôi chinh phục bằng Tự Tánh của Tâm.

Để dẹp yên con quỉ rồng vô minh mù lòa,
Tôi triệu gọi tám con rồng, các Tướng Tự Giải Thoát.
Với quỉ vương, kiêu hãnh làm ngạt thở,
Tôi tặng sừng của nai đực Trí-Không.
Để chinh phục quỉ Tsan, ganh tị bần tiện,
Tôi đưa lên chiếc khăn quàng mũi tên, Trí Thành Tựu.
Với con quỉ khoe khoang, tự phụ gọi là Mamo,
Tôi tụng lời nguyện Không ta và người khác.
Để tẩy sạch sự bám vào cái ta và vị kỷ,
Tôi cúng dường những phẩm vật vị tha.
Để tiêu diệt cái ác của suy tư do tập khí, quỉ Shen Dre,

Tôi biểu diễn điệu múa chinh phục quỉ, Tánh Không
của các Tâm hành.

Nếu có các quỉ hãm hại,
Những phương thuốc này sẽ khu trừ chúng.
Nếu có ma hưng thịnh,
Những hành động này sẽ bắt chúng.
Nếu ông cúng tế hiến vật,
Hãy làm theo cách này.

Bản tánh của Tâm không sinh cũng không chết;
Bằng sự thấu hiểu "Bon" này
Sẽ vượt qua tất cả những đe dọa sự sống.

Bạn đồng hành của Tự Hóa Thân
Không đoàn tụ cũng không phân ly,
Mà vượt qua tất cả những đe dọa của xung đột gia đình.

Của cải siêu việt không thể bị làm cho cạn hết;
Biết điều này thì nỗi sợ nghèo sẽ được tẩy trừ.

Qua lời dạy của giáo pháp "Bon" này,
Những điềm xấu và bói toán được đảo ngược.
Nếu một người hiểu [Pháp] đúng,
Ngay cả những đau khổ y gánh chịu
Sẽ hiện ra như những Chỉ Dạy Thần Diệu.
Qua lời dạy "Bon" này,
Tất cả những cái xấu gặp phải được chuyển hóa.

Đây là chương năm bài hát của tôi,
Chương Hàng Phục Ác Quỉ.

Ô, gia đình của hai mươi hai thành viên!
Chứng bệnh tâm mù của các người đã được chữa trị,

Tiếng rên rỉ đau đớn của ngã chấp đã chấm dứt.

Ôi, bệnh nhân! Trên mặt ông xuất hiện
Sắc mặt khá rồi – Tánh Không Quang Minh;
Đồ ăn và thức uống – Chánh Định quang minh
và hân hoan –
Trở thành ngon và hợp khẩu vị ông!

Người bệnh bây giờ biết ơn vì được chữa trị;
Với lòng thành, y tỏ ý cảm ơn
Và tạo thuận lợi.
Y sai người con trai Tự Tỉnh Giác,
Vào núi Đại Hoàn Thiện. (11)
Cậu chăn cừu, Liên Tục Chú Tâm,
Lúc ấy dắt một con bò yak – Chín Thừa Kế Tục,
Một con cừu – Bốn Mật Điển, và một con dê – Ba Kinh Điển.

Từ đó, trên bình nguyên Bình Đẳng Phổ Biến
Khách được mời đến dự tiệc Vạn Trí.
Sự cung hiến bơ thoa dầu thánh
Cùng với thực phẩm Tánh Không.
Chiếc khăn quàng mũi tên Học và Chiêm Nghiệm
được giương ra,
Bày tỏ sự thâm cảm với tất cả bạn bè.

Trước Đạo Sư, thầy bói có tài,
Treo chiếc sọ người Niềm Tin, Tôn Kính, và Chân Thành,
Vì, với thánh giáo của "Bon," ông ta cưỡi
Con ngựa Trí-Phương Tiện.
Với Thân "Bon" toàn hảo
Ông ta hiến con bò yak Chín Thừa Kế Tục.
Với chư thần chinh phục, Năm Hóa Thân,
Ông ta hiến con cừu Bốn Mật Điển.
Với Thần-Sống, Hóa Thân của Như Lai
Ông ta hiến con dê Ba Tạng.
Với Nữ Thần Y, người chữa trị tất cả mọi bệnh,
Ông ta hiến bữa ăn lễ phước Bốn Vô Lượng. (12)

Như thế đó là những lễ tế sinh và chuộc tội.

Đây là chương sáu bài hát của tôi,
Chương Chuộc Tội và Hiến Tế.

Trên sân rộng của "Bon,"
Là bò yak, cừu và dê có dây buộc.
Người hàng thịt, Trí Biết Tất Cả,
Mài kiếm bén Kiến Tri
Và mở lỗ sống Hai Chuẩn Bị. (13)
Rồi người hàng thịt cắt đứt rễ [xương sống]
Hai Chướng Ngại (14)
Và lột da tất cả ý nghĩ quấy rầy.
Hiểu ý nghĩa Kinh Điển và Mật Điển,
Người hàng thịt biết chia chẻ tứ chi.
Dựa vào thánh ngữ và phán đoán đúng đắn,
Y phân chia nhiều bộ phận khác nhau
Bằng dụng cụ những Chỉ Dạy Thiết Yếu,
Y chặt tất cả thịt thành từng miếng.
Những phần thịt khác nhau, có hình "Bon,"
Được chất vào nồi lớn, tự tánh "Bon."
Bày ba hòn đá lửa Ba Thân Nguyên Thủy,
Và đốt lửa Bốn Vô Cùng.
Y đun thịt cho đến khi ngọt và mềm –
Hoàn thành Kinh Nghiệm và Giác Ngộ,
Rồi y lấy ra thịt Hợp Nhất của Thiền Định và Sinh Hoạt.

Trong đại lâu đài thể tánh "Bon,"
Trong thành phố huyễn Sáu Nẻo,
Những đám đông khách kéo đến dự tiệc.

Tiệc được sắp xếp bởi những bàn tay thiện xảo –
Của Năm Đại Trí.
Thức ăn và đồ uống – nhiều nhưng là một –
Được hiến cho tất cả khách không phân biệt.

Với những Đạo Sư Trí Tuệ Thừa Kế có năng lực gia trì,
Thì dâng lên phần thân trên đầy đủ.

Với những Đạo Sư giảng giải thánh ngữ và những
Chỉ Dạy Thiết Yếu,
Thì dâng lên Rễ-sống [xương sống] Bồ-đề,
Con Đường Thiện Xảo,

Với Đạo Sư giải thoát tất cả chúng sinh khỏi luân hồi
Thì dâng lên tròng mắt tinh khiết.

Với Đạo Sư biết lời và nghĩa [của lời Phật dạy],
Thì dâng lên cái lưỡi nếm tất cả các vị.

Với những tăng nhân đức hạnh, giữ giới,
Thì dọn lên các phần thích thú, thanh tịnh và bình yên.

Với những người theo "Bon" biết Nghiệp Luật,
Thì tặng cho thịt và rượu "những hành vi từ thiện."

Với hành giả yoga biết chân lý Vô Hữu,
Thì tặng cho mỡ Đại Cực Lạc.

Với người quyết tâm bảo hộ Phật Pháp,
Thì tặng cho thực quản đem lợi ích cho tất cả.

Với người thiền định Con Đường Mật Điển Thiện Xảo,
Thì tặng cho phần ngực trên khoan khoái nhất.

Với đại hành giả yoga thiền định về sự chóng vánh
của chúng sinh,
Thì dọn lên phần ngực dưới Con Đường Bồ-đề Thiện Xảo.

Với hành giả yoga không có quan niệm môn phái,
Thì cống hiến con cừu đã thiến hân hoan toàn bộ.

Với hành giả yoga với bi tâm bao trùm tất cả,
Thì tặng cho các khớp xương Bốn Vô Cùng.

Với người bị thế gian này nhờm tởm,
Thì cho cái xương ngực không làm việc và tham lam.
Với người tu tập lời dạy chính của "Bon,"
Thì dọn lên tứ chi, không ly cách với đời.

Với y sĩ, Tâm Bồ-đề nuôi dưỡng,
Thì hiến cho cột xương sống đời này và đời bên kia.

Với tất cả những tín đồ tin tưởng và thành thật
Thì tặng trái tim, cốt yếu chỉ dạy.

Với người kiên trì không bao giờ bỏ rơi
Con Đường Đức Hạnh,
Thì tặng lá gan – Nhân Quả không bao giờ thất bại.

Với tín đồ cần cù,
Thì tặng những quả thận, Thiện Xảo và Trí Tuệ.

Với những người mới bắt đầu với Pháp, thì tặng
Những bàn chân, Chân Lý Phương Tiện khéo thiết lập.

Với hành giả yoga luôn luôn chú tâm tu tập thiền định,
Thì tặng thịt của mục đồng, Chỉ Dạy Thiết Yếu.

Đây là chương bảy bài hát của tôi,
Chương Mời Các Bậc Trưởng Thượng Dự Tiệc.

Tiệc do Milarepa khoản đãi là như thế đó,
Và rồi, các khách xứng đáng đã trở về nhà.

… … …

Dù cái nền phổ biến [A-lại-da] của tất cả mọi người là một,
Cách hành xử và tâm tính của họ khác nhau rất nhiều.

Do đó, với những tăng nhân kiêu căng và giả dối,
Thì tặng ngọc hành luôn bám vào hình tướng.

Với ông thầy chỉ theo văn tự,
Thì dọn phần chân không da và thối hóa.
Với các giáo sĩ kiêu hãnh, tự phụ và ác,
Thì tặng cái ót không thịt.

Với những phù thủy kiêu căng, luyện tập huyền thuật
Thì tặng mỡ cổ, chất tạo ra vị đắng màu đen.

Với những tăng nhân cuồng tín và có đầu óc môn phái
Thì tặng tủy sống cãi nhau.

Với những người cổ động tham lam và đáng khinh,
Thì tặng cái chót mũi hư ảo khô cằn.

Với hành giả yoga đi vớ vẩn trong làng,
Thì tặng đôi tai đói tin đồn.

Với đệ tử của một tín ngưỡng nhỏ nhưng với những
dị giáo hiển nhiên,
Thì tặng lá lách thưởng bịnh.

Với người khích nộ và lật đổ Tình Huynh Đệ,
Thì tặng cái mật đắng.

Với những "đại" sư chưa giác ngộ Tự Tánh của Tâm,
Thì tặng hoành cách mạc, Mạn-đa-la phô trương
nhưng vô ích.

Với hành giả yoga tu tập thiền định chỉ bằng mồm,
Thì tặng lá phổi, rất vô vị nhưng cỡ thì rất lớn.

Với hành giả yoga biết ít nhưng khoác lác nhiều,
Thì tặng miếng da bao tử.

Với những người ở phố, những tu sĩ "Bon" sống vội,
Thì tặng thực quản nuôi dưỡng tham và ghét.

Với những kẻ dự đoán gian lận đoán xăm,
Thì tặng cái bọng đái chứa nước.

Với người tự phụ tuyên bố rằng không có Nghiệp,
Thì tặng cái đuôi, biểu tượng những cái thấy sai lầm.

Với những ai thiếu khiêm tốn và ngần ngại
Thì tặng hậu môn, làm hỏng họ và kẻ khác.

Với những hành giả yoga chấp tâm trong thiền định,
Thì tặng bộ óc, gốc của mù quáng và điên rồ.

Với những kẻ lừa bịp tuyên bố rằng mình có giáo lý đặc biệt,
Thì tặng ruột non, khoanh tròn như Sinh Tử.

Với những kẻ tham lam, ái dục,
Thì tặng bướu cổ, mà ai có đều đau khổ.

Với những ai lạnh lùng với chân lý Tánh Không,
Thì tặng xương sụn (15), chẳng phải thịt cũng chẳng phải mỡ.

Với những người ít công đức nhưng nhiều tham vọng,
Thì tặng cổ họng vô vị và vô dụng.

Với người biết ít nhưng muốn dạy,
Thì tặng ruột từ những phần dưới.

Với những hành giả yoga ngu xuẩn, sống mù quáng trong hang động,
Thì tặng dạ dày của thú, ngoài láng nhưng trong sù sì.

Với kẻ mà tham dục chính là thu góp của cải,
Thì tặng phần dưới của thực quản.

Với những đàn bà đê tiện và hay cãi lộn,
Thì tặng cái đầu với tất cả các lỗ.

Với những người đàn ông đê tiện nhưng giàu có,
Thì tặng cái bụng căng tròn.

Với những người chỉ thấy đời này,
Thì tặng dịch hoàn, ngoài đẹp nhưng trong toàn hôi hám.

Với người bảo trợ với lời lẽ ngọt ngào
nhưng trái tim vấy bẩn,
Thì tặng ruột non đen, không giá trị.

Với những người đàn bà tự mình lầm lẫn mà vẫn
chửi bới người khác,
Thì tặng cho hàm răng cứng như đá.

Với những cha mẹ có nhiều miệng để nuôi ở nhà,
Thì tặng bộ da vừa không có thịt vừa dai.

Với người không có bất cứ thứ gì,
Nhưng lao nhọc đấu tranh cho gia đình,
Thì tặng y bộ đồ lòng vô dụng.

Những đệ tử không khả năng nổi loạn
Thì tặng cháo lỏng không có thịt.

Với những kẻ bao giờ cũng trì hoãn tu tập Pháp,
Thì tặng những thứ dư thừa, tượng trưng cho lười biếng.

Với vô số chúng sinh trong Cảnh Giới Trung Gian,
Thì ném cho những miếng thịt vụn cuối cùng.

Bốn lễ Khai Thị(16) tự giải thoát khỏi Năm Cửa (17)
Thì tặng cho người hàng thịt Trí Biết Tất Cả;
Và với cái bình Trí Tuệ bất động,
Thì tặng rượu nho ngọt cho tất cả khách không phân biệt.
Tôi, người nhà giàu, bây giờ đã chuẩn bị tiệc cho quí vị,
Vậy, hỡi quí khách thân mến, hãy uống ăn tùy thích.

Đây là chương tám bài hát của tôi,
Chương Dự Tiệc Với Khách.

... ...

Bây giờ là lúc để nói vài lời thuận lợi;
Những lời, chắc chắn sẽ được tất cả chư Phật nghe.
Các Bảo không xuất hiện trên trần gian
mà ở trong Pháp giới,
Trong khi Đạo Sư của tôi trang nghiêm cho tôi
bằng cách ngự trên đầu tôi
Và các huynh đệ trong Pháp của tôi ngồi thành hàng
[trước mặt].

Điều thứ nhất nên nhớ là sự vô thường của cuộc đời;
Vậy, nên đọc về cuộc đời của các Thánh nhân.
Tiếp theo nên học các Kinh Điển đơn giản hay bao quát,
Chọn những Kinh nào đáp ứng nhu cầu riêng.
Rồi nên chiêm nghiệm những lời Chỉ Dạy.

Nếu trong bài hát này tôi có dấu ông điều gì,
Nếu sự rao giảng của tôi không lành mạnh và không đầy đủ,
Nếu tôi có vượt quá hay trình bày không đúng điều gì,
Xin chư Thánh tha thứ.

[Rồi Milarepa tiếp tục]:

Bây giờ là lúc cho tôi, chủ tế của ông, hát một bài
hãnh diện.
Ban đầu, khi tôi mắc phải chứng bệnh này,

Tôi đã phái người đi mời thầy bói toán,
một hành giả yoga sùng mộ.
Khi ông ta tiết lộ lời bói toán,
Tôi đã dâng tiền chuộc hiến tế không dè xẻn.
Khi ông ta hành lễ hiến dâng, tôi nhận thấy
Ông ta quả thật là một hành giả yoga tay không vướng bận.
Vì sự giàu có của ông ta thật không thể xài hết.
Rồi ông ta đãi tiệc và làm vui
Những khách dự với tất cả tài sản.
Tôi trở nên ý thức rằng ông ta là một hành giả yoga
có kinh nghiệm;
Khi ông ta đã nói, sau bữa ăn,
Chứng tỏ ông ta có thể dạy tất cả chúng tôi.

Khi tiệc tan, ông ta nhã nhặn cảm ơn.
Cuối cùng, ông ta chúc tất cả loài người được
giải thoát tối hậu.
Ô, "Bon" này là ai? Ông ta là "Bon" của ai?
Ông ta là "Bon" của gia đình có số hai mươi hai,
Làm bình lặng những sợ hãi của những người bị vây hãm,
Ông ta là "Bon" gỡ bỏ những áp lực độc ác.

Đây là bài hát ngắn sau khi ăn của tôi.
Ô, quí khách, hãy uống và uống cho say với rượu nho
Thực Tại!
Trong tâm thái an lạc, chúng ta hãy hát và vui chơi!

An lạc là được gia trì, và vui thiền định!
Vui, vui, là những lời sau khi ăn này.
Mong tất cả vui, hãy vui và đầy thích khoái.
An lạc là mửa ra khi say với sùng mộ,
An lạc là hét, la dưới sự gia trì.
Rồi, mãi mãi vui dưới ân huệ của Đạo Sư quí vị!

Đây là chương chín bài hát của tôi,
Chương Bài Giảng Sau Khi Dự Tiệc.

Milarepa hát như thế, bắt chước theo lối tụng của Bon. Nghe như vậy, người bệnh được gia trì và khỏi bệnh. Con trai, con gái, những người giúp việc, và bạn bè, kể cả một vài Lạt-ma học thức, đều hân hoan đến nỗi khó tả được niềm vui của họ. Dân làng tuyên bố, "Quả thật là phép thần thông làm sống lại một người đang hấp hối. Sự gia trì của Pháp chắc chắn to lớn hơn của Bon!" Một niềm tin không lay chuyển đối với Jetsun đã phát sinh nơi họ. Rồi ông nhà giàu hướng về Jetsun, nói, "Thưa Lạt-ma, những giảng dạy của thầy toàn là của Phật Giáo, chẳng phải của Bon. Tôi đã là người luôn theo đạo Bon và tin các giáo lý của Bon, nhưng bây giờ tôi sẽ trở thành một Phật tử và đặt tất cả niềm tin nơi Phật Giáo – tôi, các con trai của tôi, và tất cả gia đình, gia nhân của tôi." Jetsun bằng lòng, và như thế toàn thể gia đình, kể cả người cha với tám con trai, trở thành Phật tử.

Trong số những người con trai, có một người là chuyên gia trong đạo Bon, anh ta đã làm chủ một bằng cấp hoàn hảo và triệt để tin tưởng. Nhưng sau khi cha anh ta được chữa khỏi bệnh, một niềm tin không lay chuyển đối với Jetsun và Pháp đã tỉnh thức nơi anh ta. Anh ta nói với Milarepa, "Bề ngoài, sự thực hành và lời nói được đạo Bon và Phật Giáo sử dụng có vẻ giống nhau, nhưng lòng từ bi thì khác nhau nên thành đạt khác nhau. Thực hành của Bon thì tham lam. Trong bất cứ nghi lễ nào được tổ chức, ít nhất cũng có một sinh mạng bị giết chết để hiến tế. Những thần chúng tôi sùng bái đều là thế gian. Khi một tín đồ sắp chết, y không có niềm tin chắc bên trong chính y. Lòng y đầy sợ hãi và bối rối. Từ giờ trở đi, tôi sẽ từ bỏ đạo Bon và trở thành một Phật tử. Xin vui lòng chấp nhận cho tôi làm đệ tử hầu cận của thầy và cho phép tôi đi theo thầy." Hóa ra đối với Milarepa người thanh niên này là một đệ tử định mệnh. Vì thế, ông đã nhận anh ta làm đệ tử, ban cho anh ta lễ Khai Thị và những Chỉ Dạy Thiết Yếu. Cuối cùng, người thanh niên này đã đạt được Giải Thoát và tất cả mọi Thành Tựu. Anh ta có danh hiệu là Shen Gom Repa, một trong những đệ tử thân cận của Milarepa. Cha và những người anh em của anh ta tất cả đều phụng sự hết mình và cúng dường cho Jetsun trong khi ông ở

Lango Ludu Tson, Bepu Mamo Tson, và Barkon Gi Tson. Họ vào Cửa Giải Thoát và theo Con Đường của các Bậc Toàn Tri, như thế là tự bảo vệ mình khỏi rơi vào các nẻo luân hồi khốn khổ.

Đây là câu chuyện Milarepa gặp Tsiwo Repa, hành giả yoga giác ngộ xuất sắc, và Shen Gom Repa, đệ tử thân cận của Milarepa, ở Bepu Mamo Tson và Lapu Paima Tson.

Chú Thích Chuyện 24

(1) Dĩ nhiên, Milarepa không thực hiện nghi lễ đạo Bon; ông chỉ nhại theo cách sùng bái Bon cho vui.

(2) Đây là dòng đầu tiên của một bài tán các tu sĩ Bon cất giọng hát thánh ca của họ. Milarepa nhại theo cách của Bon hát để chế diễu trong bài hát này.

(3) Mười Hai Nhân Duyên (Nidānas): Mười hai giai đoạn kế tiếp nhau mang đặc trưng luân hồi diễn biến là: (1) vô minh, (2) hành, (3) thức, (4) danh sắc, (5) sáu nhập, (6) xúc, (7) thọ, (8) ái, (9) thủ, (10) hữu, (11) sinh, (12) già và chết.

(4) Tên của một chứng bệnh.

(5) Chín Thừa (T.T.: Theg.Pa.Rim.Pa.dGu.): Ningmaba (Cổ Mật hay phái Mũ Đỏ), trường phái Phật Giáo Tây Tạng xếp loại tất cả các giáo lý Phật Giáo thành chín phương thức tiến gần hay Thừa là: (1) Thanh văn thừa (Śravāka-yāna), (2) Duyên giác thừa (Pratyekayāna), (3) Bồ-tát thừa (Bodhisattvayāna), (4) Kriyātantra, (5) Caryātantra, (6) Yogatantra, (7) Mahāyoga, (8) Anuyoga, (9) và Ādiyoga. Ba thừa đầu tiên thuộc hiển giáo (Sūtra), và sáu thừa cuối cùng thuộc Mật Giáo (Tantric). (Các thừa (7), (8), và (9) đều là phụ phân của Anuttara Tantra). Các trường phái mới của Phật Giáo Tây Tạng, tức là, Ghayuba (Khẩu truyền), Sajyaba, và Geluba không theo sự xếp loại trên. Điều thú vị là Milarepa, một người sáng lập và theo truyền thống Ghayuba, đã dùng thuật ngữ Ningmaba trong dịp này.

(6) 6, 7, 8, 9: Bốn loại quỉ chính theo truyền thuyết Tây Tạng.

(10) Ba Tạng (Tripitaka): Kinh Điển Phật Giáo, gồm ba phần chính: Kinh (Sūtra), Luận (Śāstra), và Luật (Vināya).

(11) Đại Hoàn Thiện (T.T.: rDsogs.Pa.Chin.Po.): Phiên bản giáo lý Đại Thủ Ấn (Mahāmudrā) của trường phái Ningmaba.

(12) Bốn Vô Lượng hay Bốn Niệm Vô Cùng: từ, bi, hỉ, và xả.

(13) Hai Chuẩn Bị (T.T.: Tsogs.Lam.gNis.): Đây ám chỉ các giai đoạn chuẩn bị cho sự phát triển Tâm Bồ-đề.

(14) Hai Chướng Ngại: Phiền não chướng và Sở tri chướng. Thành Phật Viên Mãn có thể đạt được qua sự hủy diệt hoàn toàn hai chướng ngại này.

(15) T.T.: Krab-Krab: một từ có lẽ chỉ xương sụn (cartilarge).

(16) Bốn Lễ Khai Thị: Xem Chuyện 1, Chú thích 7, và Chuyện 17, Chú thích 37 .

(17) Năm Cửa: năm giác quan và năm thức.

25. SỰ THÁCH THỨC CỦA CÔ GÁI KHÔN LANH

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Khi Milarepa và đệ tử tâm phúc Rechungpa đang đi xin của bố thí và giúp chúng sinh ở chỗ Năm Hồ Nhỏ trong vùng Dritsam, thanh danh của họ lên cao. Người ta nói, "Hãy nhìn kìa! Milarepa và đệ tử của ông Rechungpa bây giờ đang thiền định ở Núi Tuyết Di Se và hồ Ma Pam!" Do danh tiếng to lớn của họ ảnh hưởng, tất cả những người ở Joro Dritsam tin rằng Milarepa và Rechungpa đúng là những hành giả yoga tuyệt diệu, phi thường. Khi lòng kính trọng và ngưỡng mộ của họ lên cao, họ nói "Chúng ta hãy đến viếng hai bậc hành giả yoga thành tựu này!"

Vì vậy một hôm, một số người bảo trợ đến gặp Milarepa, mang theo lương thực và phẩm vật cúng dường. Trong bọn họ có một cô gái tên là Rechungma, thông minh, bi mẫn, và có niềm tin lớn nơi Pháp. Sự thực, cô ta là một Đa-ki-ni sinh trong hình tướng người. Khi nghe câu chuyện đời của Milarepa, niềm tin của cô gái tài giỏi này được xác định, và như thế hôm nay cô ta với bốn người bạn gái đến viếng ông. Nhưng để trắc nghiệm, và như vậy để xác thực danh tiếng của Jetsun và đệ tử của ông, cô ta và những người bạn đã thách thức Milarepa bằng cách hát lên bài hát sau đây:

Chúng con qui y Tam Bảo;
Xin ban cho chúng con sự gia trì với tâm đại bi
của các ngài.

Ôi, cả hai ngài là Hành giả Yoga Repa,

Có đại thanh danh vang xa!
Ôi, các ngài, những người thành tín tụ hội nơi đây,
Bây giờ xin hãy lắng nghe bài hát của chúng tôi.

Chúng tôi năm cô gái nhà lành,
Bây giờ chúng tôi hát cúng dường các vị;
Xin hãy phán xét lời [ca] và hãy suy nghĩ
những ngụ ngôn của chúng tôi.
Cho hai vị Repa, đây là bài hát của chúng tôi!

Danh tiếng của Núi Tuyết Di Se vĩ đại
Khi chưa thấy mà chỉ nghe nhiều về nó.
Người ta nói, "Kìa, tuyết của Di Se
Thật giống như một bảo tháp thủy tinh."
Nhưng khi đến gần và thấy nó rõ ràng,
Thì chẳng có gì diệu kỳ hay vĩ đại.

Đỉnh của Di Se bao phủ trong những mảng
Tuyết rơi, thân của nó thì trong áo tuyết.
Ở đó chúng tôi không thấy gì là diệu kỳ hay vĩ đại,
Chỉ trừ những núi vây tròn
Khá dễ thương và hấp dẫn.

Danh tiếng của hồ Ma Pam vĩ đại
Khi chưa thấy nó mà nghe nhiều về nó.
Người ta nói, "Kìa! Hồ Ma Pam
Giống như một Mạn-đà-la bích ngọc!"
Nhưng khi đến gần và thấy nó rõ ràng,
Thì chẳng có gì diệu kỳ hay vĩ đại.

Đây chỉ là một cái hồ đầy do mưa,
Một nơi nước chảy rả rích.
Vây quanh chỉ là đá và đồng cỏ.
Ở đây chúng tôi thấy chẳng có gì diệu kỳ hay vĩ đại.

To lớn thay là danh tiếng của những đỉnh cao Đá Đỏ

Khi nghe nói đến từ xa.
Người ta nói, "Đá này giống như viên ngọc quí!"
Nhưng khi đến gần và thấy nó rõ ràng,
Ấy chỉ là một tảng đá lớn nhô ra.
Trên đá ấy các bụi và cây đang mọc,
Và chung quanh có suối và khe chảy;
Đá ấy chẳng có gì diệu kỳ hay vĩ đại.

Các ngài, những Repa già và trẻ,
Có danh truyền đến những chỗ xa xôi;
Từ xa xôi chúng tôi đã nghe nói đến các ngài nhiều.
Người ta nói,"Họ quả thật là những bậc thành tựu!"

Nhưng khi đến gần và xem xét kỹ,
Chỉ thấy một ông lão và một thanh niên non nớt
Tụng, ngâm nga, và ca hát với nhau,
Phô bày thân thể trần truồng và không xấu hổ.

Người ta thấy hai phàm nhân mặc áo vải,
Hai kẻ ăn mày ăn thức ăn bố thí;
Người ta thấy hai gã hạ nhân không thận trọng
Đi lang thang không hạn chế chỗ nào.

Không có gì tốt hay kỳ diệu nơi các ông;
Không có gì vĩ đại mà chúng tôi thấy được.

Với chị em chúng tôi, những người đã đi khắp mọi nơi,
Thì giờ hành hương buổi sáng của chúng tôi đã lãng phí.
Với chị em chúng tôi, những người đã du hành
khắp thế gian,
Cuộc du hành buổi sáng của chúng tôi vô ý nghĩa;
Chuyến hành cước đau chân không xứng đáng.

Với chị em chúng tôi, những người đã thấy mọi sự
trong thế gian này,
Gặp một ông lão và một thanh niên như hai người

là phí thì giờ.
Với chị em chúng tôi, những người đã nghe mọi sự
trên thế gian này,
Nhận thấy danh tiếng của các người chỉ là
tiếng vang rỗng tuếch.
Hai người, dù là một cặp bù nhìn Phật Giáo,
Hay là những tác nhân bị quỉ ám.
Sẽ chỉ gây những ác chướng mà thôi.

Nếu các ông hiểu được những gì chúng tôi đang hát,
Các ông có thể trả lời chúng tôi bằng kệ.
Nếu các ông không thể hiểu được, các ông có thể
Đứng dậy và đi đi, vì chúng tôi không cần các ông!

Họ đã hát như vậy. Jetsun nói, "Ô, Rechungpa, ba cái hồ của Núi Tuyết đã được chính đức Phật tiên tri là một chỗ tuyệt diệu cho sùng mộ. Nếu chúng ta không trả lời những người làm giảm giá trị chúng, thì không chỉ những người phỉ báng này sẽ bị kết án mà những công đức của những thánh địa như thế cũng bị hiểu lầm và giải thích sai. Chúng ta những hành giả yoga hành động vô tư với thân, khẩu, và ý, cũng nên trả lời những kẻ phỉ báng đã chống lại chúng ta. Như thế, không những công đức và sự ngay thẳng của hành động yoga được làm cho sáng tỏ mà những kẻ phỉ báng cũng được sửa sai. Bây giờ, Rechungpa, vì những phụ nữ trẻ này, hãy hợp ca với cha!"

Ôi, những người bảo trợ thành tín đã tụ hội nơi này,
Và những người trẻ thích tụng và ca hát,
Nhất là các cô, năm cô gái lắm mồm,
Hãy lắng nghe lời đáp này, bài ca chúng tôi sẽ hát.

Các cô biết chúng tôi là ai không?
Chúng tôi là những Repa già và trẻ.
Tôi, ông già ở bên phải đang ca,
Là Hành giả Yoga Milarepa;
Anh ta, người thanh niên đang hát ở bên trái,

Là Dor Draug Rechung.
Với giọng hay và lời có nghĩa,
Tôi hát cho các cô, những bảo trợ của tôi tụ hội nơi này,
Bài hát tuôn ra từ tâm linh giác ngộ.
Hãy suy nghĩ, khi các cô nghe nó, và hãy chú ý lắng nghe.

Danh tiếng của Núi Tuyết Di Se lan rộng;
Người ta nói về nó từ những nơi xa,
"Di Se giống như một bảo tháp thủy tinh!"
Khi đến gần hơn,
Người ta thấy trên đỉnh là tuyết phủ.

Lời tiên tri của Phật nói [đúng nhất],
Rằng núi tuyết này là rốn của thế gian,
Nơi báo tuyết nhảy múa.
Đỉnh núi, bảo tháp giống thủy tinh,
Là cung điện [trắng và lấp lánh] của Dem-Chog.

Núi tuyết vĩ đại mà Di Se vây quanh,
Là chỗ trú của năm trăm A-la-hán. (1)
Nơi đây tất cả chư thiên của Tám Bộ kính lễ!
Bao quanh nó là những đồi núi và đầm lầy.
Vùng đất mọc những cây "hương,"
Nguồn dược liệu sinh ra cam lồ.
Đây là nơi vĩ đại của những hành giả yoga thành tựu;
Ở đây người ta đạt các Tam-muội siêu việt.
Không chỗ nào kỳ diệu hơn chỗ này,
Không nơi nào tuyệt diệu hơn nơi đây.

Danh tiếng của hồ Ma Pam quả thực lan xa;
Ở những nơi xa xôi, người ta nói về nó,
"Hồ Ma Pam giống như Mạn-đa-la bích ngọc!"
Người ta sẽ thấy ở đó nước [lạnh và] nhiều.
Như đức Phật đã tiên tri trong những thời quá khứ,
Hồ này được gọi là "Hồ Không Bao Giờ Ấm, (2)
Đầu nguồn của bốn sông lớn,

Là nơi cá và rái cá bơi.

Bởi vì là nơi ở của Tám Con Rồng,
Nó trông giống như một Mạn-đa-la bằng ngọc.
Nước đó rơi từ trời cao
Giống như dòng sữa, cơn mưa cam lộ;
Ấy là chỗ Trăm Thiên tắm,
Nước với tám công đức.

Đồng bằng và đá đẹp vây quanh hồ này,
Là kho tàng của những con Rồng nhỏ .
Ở đây rừng Diêm-phù-đề[2] *hùng vĩ sinh trưởng.*
Châu phía nam, Diêm-phù,
Do đó mà có tên.
Không chỗ nào kỳ diệu hơn chỗ này,
Không nơi nào tuyệt diệu hơn nơi đây.

Danh tiếng vùng cao Đá Đỏ lan xa;
Người ở những nơi xa xôi nói về nó,
"Đá đó khổng lồ giống như một đống ngọc!"
Khi đến gần hơn,
Nó giống như một khối đá vĩ đại ngất ngưởng
bên trên đồng cỏ.
Như Phật các thời quá khứ tiên tri,
Nó là ngọn Đồi Đen, khối đá của dãy Núi Bije.
Là nơi trung tâm, phía bắc của đất rừng
Trên biên giới giữa Tây Tạng và Ấn Độ,
Nơi các cọp Ấn Độ tự do dạo bước.

Những cây thuốc Tsandan và Zundru,
Thấy mọc lên hoang dại ở đây.
Khối đá trông giống như đống ngọc lấp lánh;
Là nơi chư thiên thánh ở;

---

[2] *Tsanbudrisha*

Là chỗ của các nhà ẩn tu, được các Đa-ki-ni gia trì,
Và là nơi sống của các hành giả yoga thành tựu.

Ở đây con sông bao quanh tất cả ngọn đồi,
Tạo thành một nơi [đơn côi], cấm địa.
Không chỗ nào kỳ diệu hơn chỗ này,
Không nơi nào tuyệt diệu hơn nơi đây!

Danh tiếng của các Repa già và trẻ vang xa;
Người ở phương xa nói về chúng tôi,
"Họ thực sự là những người thành tựu!"
Khi đến gần hơn,
Thấy một ông lão và một thanh niên,
Với họ không có gì kỳ diệu cả!
Hình dáng bình dị của hai người
Cho thấy sự hoàn toàn dứt hết
Sự chấp tướng và những ý niệm phân biệt!

Nằm đây với thân trần truồng chứng tỏ,
Rằng chúng tôi không cần y phục Hai Chấp.
Không có ý phô ra các cơ quan nam giới chứng minh
Rằng chúng tôi không có những cảm giác xấu hổ tự tạo.

Những câu kệ nhỏ này tuôn ra từ miệng
Từ Kinh Nghiệm bên trong của chúng tôi mà đến.
Tấm vải chúng tôi mặc
Chứng tỏ nội nhiệt cực lạc đang cháy.

Chúng tôi ăn thực phẩm còn thừa như những khất sĩ
Chứng minh sự từ bỏ những ham muốn và khoái lạc,
Chứng tỏ tinh thần của chúng tôi, không quan tâm
và không sợ hãi.
Như vậy, chúng tôi sống với sáu giác quan theo cách
Tự nhiên và chân thật nhất!

Ta là Đạo Sư của những kẻ thành tín và tài năng,

Là nguồn từ đó những Chỉ Dạy Thiết Yếu đến.
Ta là biểu tượng mà các người bảo trợ tỏ lòng tôn kính,
Tấm gương của tất cả các bậc thánh hiền.
Với ta, các hành giả yoga vĩ đại nói lên
những tri kiến của họ;
Qua ta, các tà kiến có thể bị loại trừ.
Ta là cái nguồn từ ấy Chân Lý được chiếu sáng –
Là người đã giác ngộ Luật Vô Hữu.

Ta là người tâm vẫn [bình yên],
Dẫn dắt kẻ khác trên Con Đường Kinh Nghiệm.
Ta là người đã chứng ngộ chính mình là Pháp Thân,
Với bi tâm làm việc vì người khác.
Không có gì kỳ diệu hơn việc làm này;
Không một người nào kỳ diệu hơn ta.
Các khách nữ trẻ,
Các cô đã hành hương đến mọi vùng đất,
Nhưng những cuộc hành trình của các cô chỉ nhọc công và vất vả.
Nếu muốn làm một cuộc hành hương có giá trị,
Hãy du hành đến thánh Điện Paugba Wadi. (3)

Có thể là các cô đã du hành mọi nơi là thực,
Nhưng tất cả đó chỉ là phí thì giờ,
Và khiến cho chân các cô đau và mỏi.
Nếu các cô muốn làm một chuyến du hành [có giá trị]
Hãy viếng thánh địa Bodhgaya [Bồ-đề đạo tràng]!

Có thể không có chỗ nào các cô chưa viếng,
Nhưng tất cả những cuộc viếng ấy chẳng có nghĩa nhiều.
Nếu các cô muốn làm một cuộc hành hương [đích thực],
Hãy viếng chùa Lhasa Chrunon! (4)

Có thể không có điều gì các cô chưa nghe,
Nhưng tất cả những gì đã nghe đều vô nghĩa.
Nếu các cô muốn một điều gì thật có ý nghĩa

Hãy lắng nghe những Chỉ Dạy Thiết Yếu của
Dòng đạo Khẩu Truyền.
Các cô có thể nương tựa nhiều người,
Nhưng họ chẳng phải là những người cùng dòng họ.
Nếu các cô tìm một người có thể nương tựa,
Hãy tìm một Đạo Sư có khả năng!

Các cô có thể làm tất cả mọi việc, ở mọi nơi,
Nhưng phần lớn đều là hành vi của Nghiệp.
Nếu muốn việc làm của mình thực sự có giá trị,
Các cô nên tu tập lời dạy của thánh Pháp.

Đây là câu trả lời của lão nhân cho các cô, những
người con gái;
Nếu các cô có thể hiểu được, đây là những
lời dạy chân thật.
Hoặc, có thể coi nó như một bài hát thông thường.
Giờ đã đến lúc cho các cô từ giã.
Chúng tôi là những hành giả yoga sẽ làm bất cứ điều gì
Các người, những khách viếng, cũng có thể đi
và làm như vậy!

Rechungma, người lãnh đạo các cô gái, đứng ở chính giữa, vì thế đã xác định niềm tin lớn của cô ta. Khi nước mắt chảy xuống trên má, cô ta mở viên ngọc bích từ sợi dây đai ra và lấy những đồ trang sức bằng ngọc từ trên đầu xuống. Tự quì xuống trước Milarepa, cô ta kêu lên: "Chúng con tất cả năm cô gái thành thật xin ngài ban cho chúng con những lời dạy của Pháp. Chúng con cũng xin ngài cho chúng con những lời Chỉ Dạy Thiết Yếu, vì bây giờ chúng con đã quyết tâm thiền định nơi am cốc." Và cô ta hát lời nguyện:

Như đèn này thắp sáng đèn kia,
Lời dạy được truyền xuống
Từ Pháp Thân, Dorje-Chang (Kim Cương Trì) vĩ đại.

Những người [nắm giữ] Truyền Thừa vĩ đại này
Từ bi và giác ngộ;
Họ không phải là đại Tilopa và Naropa ư?
Người đã du hành sang Ấn Độ gian nan như thế,
Không phải là đại Marpa Dịch giả sao?
Người đã trải qua những thử nghiệm như thế
của thầy mình, Marpa,
Không phải là Milarepa vĩ đại và thành tín sao?
Thân trần truồng của ông ta sáng rực,
Diễn từ phong phú và dịu dàng,
Lòng yêu thương chiếu ánh hào quang
Con cúi đầu trước thân, khẩu, ý của Cha Repa.

Chúng con năm cô gái đã đến hội này,
Ắt đã có công đức nhỏ trong các đời trước.
Chúng con đã được thân người, nhưng đã sinh
trong hạ đẳng.
Hôm nay, vì sự gia trì của ngài, Jetsun quí nhất,
Niềm tin sâu xa dâng lên trong tim của chúng con.

Ngọc bích quí này trên dây đai của con,
Và bộ trâm cài bằng ngọc,
Bây giờ con mở ra và dâng lên ngài.
Nguyện ban cho chúng con lời Phật dạy,
Nguyện nói cho chúng con nghe câu chuyện đời ngài!

Milarepa đáp, "Ta không dùng ngọc và đồ trang sức của các cô làm gì. Nếu các cô thành thật có ý muốn tu tập Pháp, có nhiều Đạo Sư tốt hơn ta và khôn ngoan hơn ta. Hãy đi hỏi Pháp nơi họ. Ta là một người không quan tâm đến quần áo và thực phẩm, và luôn luôn trú những chỗ không người lai vãng. Các cô không thể theo con đường của ta được, và nghi ngờ rằng các cô có thể chịu đựng được sự thèm muốn thức ăn và quần áo. Vậy thì, xin hãy lắng nghe bài hát của ta":

Bậc Tuyệt diệu đã trải qua

Những khổ nhọc như thế vì Naropa,
Người được đại Tilopa và Dorje-Chang gia trì,
Không phải là Cha-Dịch-giả nói hai thứ tiếng,
Cha-Dịch-giả, Đạo Sư Marpa sao?

Tôi là Milarepa được từ bi của Người gia trì.
Cha của tôi là Mila Shirab Jhantsan,
Mẹ của tôi là Nyantsa Karjan,
Và tôi được gọi là Tubhaga ["Vui Nghe"].

Bởi vì công đức và thiện hạnh của chúng tôi nhỏ,
Và Nghiệp Nhân Quả quá khứ không chừa ai,
Cha tôi Mila qua đời [quá sớm].
Của cải và vật tùy thuộc lừa dối của gia đình chúng tôi
Bị chú và thím tôi tước đoạt,
Mẹ và tôi phải phục vụ cho họ.
Họ cho chúng tôi đồ ăn của chó;
Gió lạnh xuyên qua quần áo rách nát của chúng tôi;
Da tê cứng và thân tê dại.
Tôi thường bị chú tôi đánh đập,
Và chịu sự trừng phạt dã man của ông ta.
Khó mà tránh được tính xấu của thím tôi.
Tôi đã sống tốt nhất như tôi có thể – một tôi tớ hạ đẳng.
Và tôi đã rùng vai [trong từ bỏ chua cay].
Bất hạnh đến hết lần này sang lần khác;
Chúng tôi đau khổ nên lòng chúng tôi tuyệt vọng.

Trong tuyệt vọng, tôi đã đến các Lạt-ma Yundun
và Rondunlaga,
Nhờ họ tôi đã thành thạo các huyền thuật Tu,
Ser, và Ded. (5)
Chú và thím tôi chứng kiến tôi đã mang lại
Đại tai họa cho dân làng và quyến thuộc.
Vì vậy, về sau, tôi đau khổ hối hận sâu xa.
Rồi tôi nghe danh tiếng Marpa, Dịch giả nổi danh,
Người đã được các thánh Naropa và Medripa gia trì, (6)

Đang sống ở làng trên của Sông Nam.

Sau một cuộc hành trình khó khăn tôi đến đó.
Trong sáu năm tám tháng (7) [tôi đã ở lại].
Với ông, Sư Phụ ân huệ của tôi, Marpa.
Tôi đã xây cho ông nhiều ngôi nhà,
Một ngôi có nhiều sân và chín tầng lầu;
Ông chỉ thực sự chấp nhận tôi sau khi làm xong
ngôi nhà đó.

Từ nơi ông tôi đã nhận những Chỉ Dạy Chỉ Ra.
Như thế tôi đã thực sự hiểu Đại Thủ Ấn.
Cái Thấy Tuyệt Đối thâm sâu.

Ông cũng dạy tôi Sáu Yoga của Naropa,
Giáo lý cuối cùng của Con Đường Phương Tiện. (8)
Tôi thuần thục qua Bốn Lễ Khai Khị,
Và đạt được tri giải chân thật và quyết định
Của giáo lý của Đạo Sư Naropa vĩ đại.

Khi nhận những Chỉ Dạy Thiết Yếu từ [Sư phụ] Marpa,
Tôi đã từ bỏ tất cả mọi chuyện đời này;
Và không còn lười biếng nữa, tôi hiến mình cho Pháp.
Như thế tôi đã đạt được Cảnh Giới Cực Lạc Miên Trường.
Câu chuyện đời tôi là như vậy đó.

Tôi chúc các cô năm người nữ trẻ
Tất cả vận may và niềm vui lớn.
Bây giờ hãy từ giã chúng tôi và trở về nhà.

Nghe câu chuyện cuộc đời của Milarepa, niềm tin của tất cả các cô gái được củng cố mới lại. Họ xin Milarepa nhận họ làm những người hầu hạ. Ông nói, "Các cô là những cô gái hư đốn của nhà giàu, nếu đến với tôi, các cô sẽ không bao giờ có thể chịu đựng được những khó nhọc trong đời sống của tôi. Nếu các cô muốn tu tập Pháp, các cô phải sống khổ hạnh như tôi. Nhưng

tôi nghi ngờ rằng các cô không thể sống như thế được.” Rồi ông hát một bài hát gọi là “Tự Khảo Nghiệm”:

Con cúi đầu đảnh lễ dưới chân Marpa Dịch giả.

Nếu các cô, năm chị em trẻ,
Thực sự muốn tu tập Pháp
Và khăng khăng đòi đến với tôi,
Hãy suy nghĩ kỹ bài hát này
Và tìm ra câu trả lời cho chính các cô.

Các cô nên tự hỏi: “Tôi có
Kiên trì chịu đựng những khó khăn
Của đời sống khổ hạnh không?
Tôi sẽ có ý chí mạnh và đủ sức chế ngự
Để từ bỏ tất cả mọi dục vọng luân hồi,
Và theo những chỉ dạy của Đạo Sư không?”

Mặc dù các cô rời bỏ nơi sinh,
Ngục tù của tất cả xấu xa,
Các cô có thể kiên trì một mình ở những nơi
gồ ghề lởm chởm không?

Mặc dù các cô từ bỏ thân nhân, cái nút thòng lọng của quỉ,
Và nhận ra những tổn thương của họ,
Các cô có thể tùy thuộc vào một Đạo Sư
có phẩm hạnh không?

Mặc dù các cô nhận thức rằng của cải và hàng hóa
Là độc dược, miếng mồi cám dỗ của quỉ,
Các cô có thể sống trong thiếu thốn và chịu đựng
khó khăn không?

Mặc dù các cô từ bỏ quần áo lụa mềm từ xứ Weu,
Các cô có thể tạo được hơi ấm và [Nội Nhiệt] Dumo
cực lạc không?

Nếu các cô từ khước đời sống thị thành,
Từ bỏ bạn bè và người yêu,
Các cô có thể sống một mình trên vùng đất
không người ở không?

Mặc dù các cô không thích Tám Dục Vọng [thế gian],
Các cô có thể sống theo cách khiêm hạ không?

Mặc dù các cô hiểu sự chóng vánh của đời này,
Các cô có nhận ra tính vô thường của
[tất cả] cuộc sống không?

Đây là Truyền thống của Lạt-ma Ghagya,
Cách Tu Tập trong Truyền Thừa của chúng tôi.
Các cô có thể đến với tôi nếu các cô có thể trả lời "Có."
Thì tôi sẽ cho các cô giáo lý Mật Điển
Và những Chỉ Dạy Thiết Yếu của Con Đường Thiện Xảo.
Rồi tôi sẽ gia trì và khai thị cho các cô.

Khi nghe bài hát này, tất cả các cô gái trở nên rất sung sướng. Người lãnh đạo của họ, Rechungma, nói, "Mặc dù chúng con sinh trong hình tướng nữ, bị cho là hạ đẳng, tuy nhiên, chừng nào còn quan tâm đến Thức A-lại-da [Hàm Tàng Thức], thì không có sự phân biệt nam nữ. Chúng con tin chắc Sinh Tử lỗi lầm, và sẽ cố gắng theo những chỉ dạy của Đạo Sư. Nhưng thấy rằng chúng con không có khả năng tu tập Pháp theo cách toàn hảo, chúng con xin thầy chấp nhận chúng con làm những người hầu hạ. Dù cho chúng con có hay không khả năng tu tập Pháp, xin đừng từ bỏ chúng con!" Rồi trong bài hát, cô ta biểu hiện lòng tin vào khả năng tu tập những chỉ dạy của Milarepa, và cầu xin ông chấp nhận cô ta làm người hầu hạ:

Thưa Cha, Đạo Sư Phẩm Hạnh, Bậc Quí,
Thân trần truồng của cha đầy sáng lạn!
Con cúi đầu đảnh lễ dưới chân cha, Jetsun Milarepa,
Qua thực hành khổ hạnh, cha cứu giúp tất cả chúng sinh!

Chúng con năm chị em đến với hội này,
Có thể có thân tướng hạ đẳng là nữ,
Nhưng nơi Tâm Bồ-đề, không nam cũng không nữ!
Nghĩ đến những khiếm khuyết của luân hồi,
xin thầy cho phép
Chúng con tu tập khổ hạnh và theo sự chỉ dạy của thầy!
Hãy để chúng con từ bỏ quê hương của chúng con,
ngục tù của quỉ,
Và ở lại mãi mãi trong am!
Hãy để chúng con từ giã của cải và thân nhân, những
thứ gây phiền não,
Và chỉ nương tựa nơi Đạo Sư của chúng con!

Của cải và sở hữu là mồi nhử của quỉ.
Hãy để chúng con từ bỏ chúng vĩnh viễn và tu tập khổ hạnh!
Hãy để chúng con từ bỏ áo quần bằng len
hảo hạng xứ Weu,
Và nhóm lên Nội Nhiệt cực lạc, kỳ diệu!
Hãy để chúng con từ giã người yêu và xứ sở
Và ở lại trong vùng đất không người.

Hãy để chúng con mỗi người khiêm cung hành động
với thân, khẩu, ý của mình
Hãy để chúng con xa rời Tám Gió Thế Gian và chứng ngộ
Rằng tất cả đều tạm bợ.

Hãy để chúng con nhớ không biết lúc nào cái chết đến!
Hãy để chúng con theo chỉ dạy của Lạt-ma mình.
Ôi, Đạo Sư hoàn hảo nhất, quí nhất!
Xin từ ái ban cho chúng con Pháp,
Xin vui lòng chấp nhận, năm chị em, như những người
hầu hạ của thầy!

Milarepa nhận thức rằng họ là những đệ tử định mệnh, và vì thế đã chấp nhận họ.

Vào lúc đó, Milarepa và các đệ tử của ông vẫn còn ở Năm Hồ Nhỏ. Ông đã truyền các lễ Khai Thị và những Chỉ Dạy Thiết Yếu cho năm cô gái ở đó, và xếp đặt cho họ thiền định. Rechungma đạt những kinh nghiệm cực lạc và ấm áp cùng những công đức khác của [Nội nhiệt] Dumo trong vòng ba ngày.

Sau đó cô ta ngã bệnh. Để trắc nghiệm sự kiên trì của cô ta trong việc ở lại trong cô tịch, Milarepa bảo cô ta rằng cô ta có thể đi bất cứ nơi nào cô ta thích. Nhưng cô gái đáp, "Mặc dù con bị bệnh, con sẽ ở lại trong am," như vậy chứng tỏ rằng cô ta có sự kiên trì để chịu đựng bất hạnh.

Một hôm, Rechungma đến tham kiến Milarepa khi ông đang tạm lưu trú ở một nơi khác, và gặp ông ở một hội lớn. Để trắc nghiệm niềm tin của cô ta và xem cô ta có tin trọn vẹn nơi ông không, ông hát trước hội chúng một bài hát có hai nghĩa:

Con nguyện với tất cả Đạo Sư Thánh Thiện,
Con qui y nơi Phật Hộ Trì.

Hãy lắng nghe, những người bảo trợ thành tín,
Nếu các người không thể từ bỏ Tám Ham Muốn Thế Gian,
Đừng bao giờ nói rằng mình là người thành tín;
Niềm tin của các người có thể mất khi nghịch cảnh đến.

Nếu các người không tránh làm Mười Điều Ác,
Đừng bao giờ gọi mình là người giữ giới,
Kẻo rơi xuống những nẻo thấp hơn.

Nếu những ý nghĩ phân tán vẫn còn ám ảnh tâm mình,
Đừng bao giờ nói rằng mình giữ các Giới Luật Mật Giáo,
Kẻo rơi xuống Địa Ngục Kim Cang. (9)
Đừng bao giờ phê bình giáo lý của các Môn phái khác
Nếu các người không nghiên cứu sâu rộng và vô tư,
Hoặc các người sẽ vi phạm nguyên tắc của Pháp
Và tàn phá tệ hại tâm mình.

Nếu các người không giác ngộ bản tánh hư huyễn
của tất cả chúng sinh,
Đừng bao giờ chểnh mảng những hành vi đạo đức,
và tránh mọi tội lỗi,
Kẻo rơi xuống Ba Cõi Thấp Hơn!

Nếu các người không hiểu tâm kẻ khác,
Đừng bao giờ vu khống hay kết án cái thấy của họ,
Kẻo bị lạc đường bởi tự lừa dối mình và ích kỷ.

Nếu các người không hợp nhất tâm mình với Pháp Tánh,
Đừng khoe khoang những kinh nghiệm thiền định của mình,
Kẻo ma quỉ can thiệp vào sự tiến bộ của các người.

Nếu các người chưa đạt đến cảnh giới bên kia thuyết thoại,
Đừng khoe khoang hiểu biết vĩ đại của mình,
Kẻo bị bỏ lại trong vị trí đáng thương –
Ước mong, nhưng không bao giờ đạt được
Quả đang trêu ngươi.

Nếu các người chưa đạt đến cảnh giới hành động tự nhiên,
Đừng làm những gì sẽ làm hay chểnh mảng tự kiềm chế,
Kẻo hòn đá mình ném đi sẽ dội lại trúng đầu mình.

Pháp từ miệng ta diễn giảng,
Nên cất giữ trong tim.
Hãy hiểu nó rõ ràng, và mang nó trong tâm.

Trong thính chúng [chỉ có] Rechungma hiểu trọn vẹn ý nghĩa của bài hát này. Từ đám đông cô ta đứng lên và nói với Milarepa: "Về những thành tựu của Đạo Sư của con, hành động, hành vi của người, con không bao giờ có giây phút nào nghi ngờ, cũng không hoài nghi chút nào cả. Xin hãy nghe bài hát của con," Vì thế, cô ta hát "Mười Lăm Sự Chứng Ngộ":

Con cúi đầu đảnh lễ tất cả Đạo Sư Thánh Thiện!

Với Jetsun, Sư Phụ của con,
Con có lòng kính ngưỡng kiên định và niềm tin bất động!

Tam Bảo chỉ là một Thực Thể duy nhất;
Giữa [chư thiên] con không thể phân biệt.
Trong những Chỉ Dạy Thiết Yếu của Truyền Thừa Rỉ Rai
mà Đạo Sư của con đã cho,
Không có những trò chơi chữ hay những nhảm nhí vô ích.
Trong tu tập Yoga Yi-đam,[3]
Mà Tinh yếu là Jetsun,
Không có những thời kỳ hay khoảng cách.
Sự vật như chúng hóa hiện, trong bản tánh giống như huyễn thuật;
Con không tưởng rằng chúng có thực chất,
Cũng không bám vào chúng với suy nghĩ theo thói quen!
Trong Tự Tánh của Tâm, "ánh sáng" tinh tuyền,
Không có sự pha trộn do những ý nghĩ phân tán.
Trong chân tánh của chúng sinh, lãnh địa của Tâm,
Trong cảnh giới tự nhiên của Tự Tánh của Tâm
Không có chỗ cho niệm tưởng tập khí dấy lên.

Bản tánh của tâm là Pháp Thân;
Không ô nhiễm bởi hình tướng
Và không dính mắc thuộc tính.

Thân chúng ta là nơi tụ họp của Bốn Bệnh,
Và vì thế không nên tranh cãi với bạn bè.

Ma quỉ và bất hạnh nên dùng để giúp trong sùng mộ;
Không cần tìm những bói toán tưởng tượng.

---

[3] *Yidam: thần, hay hình thái của Tuyệt Đối, được chọn làm năng lực hộ trì cho thiền định và sùng mộ của những người Phật Giáo Tây Tạng thuộc Kim Cang thừa (Vajrayana) [theo "A Popular Dictionary of Buddhism" của Christmas Humpreys, p.221). Xem Chuyện 26, Chú thích 2. ND].*

Mộng là những phóng thể mê hoặc của niệm tưởng
do tập khí;
Không nên cho rằng là thật để bám vào.

Hãy tha thứ kẻ thù, y là chân sư của bạn,
Vì bạn không bao giờ nên ấp ủ những ý nghĩ báo thù.
Về hành xử của một bậc thành tựu
Đừng khởi lên nghi ngờ và chỉ trích.
Tự hiện thân là Phật, Bậc Bản Lai Hiện Hữu;
Vậy đừng tìm Bậc Thành Tựu ở nơi nào khác.

Đạo Sư Thánh Thiện, thầy ân huệ của con,
Nguyện luôn luôn gia trì cho tất cả
những đệ tử có khả năng,
[Tắm cho họ mãi] trong suối tình thương và ân huệ!

Nguyện luôn luôn nhớ đến con, người đệ tử
vô minh này!
Nguyện ôm con mãi với tâm đại bi của thầy.

Milarepa rất hài lòng; ông quyết định rằng Rechungma là một nữ hành giả yoga có phẩm hạnh, thích hợp là một bạn đồng hành trong [sùng mộ Mật Điển]. Và vì thế, ông truyền hết cho cô tất cả những Chỉ Dạy Thiết Yếu mà không giữ lại gì.

Rồi ông nói với Rechungpa, "Con rất giỏi trong việc dạy đệ tử. Con nên chăm sóc cô gái này." Và ông trao cô ta cho Rechungpa, mà trong một thời gian đã nhận cô ta như một người bạn đồng hành trong sùng mộ. Từ đó về sau, cô ta đến thiền định ở Semodo của Namtsohumo ở phương Bắc, quán sát im lặng tuyệt đối trong tám năm. Cuối cùng, cô ta đạt được Mười Kinh Nghiệm và Tám Công Đức, và hoàn thành tất cả những sự Tịnh Hóa tinh thần và Chứng Ngộ Đạo, cô ta đã đến Tịnh Địa của các nữ thần Đa-ki-ni trong đời này.

Đây là câu chuyện Milarepa gặp Rechungma, một trong bốn nữ đệ tử [hàng đầu] của ông, ở vùng Năm Hồ Nhỏ của Joro Dritsam.

Chú Thích Chuyện 25

(1) A-la-hán (Phạn: Arhat): một người [giác ngộ] đã diệt hết tất cả dục vọng và phiền não mãi mãi; danh hiệu cho người đã giác ngộ theo Con đường Tiểu Thừa.

(2) Hồ Không Bao Giờ Ấm (T.T.: mTso.Ma.Dros.Pa.): "Hồ Ma Pam ở Nari. Người Ấn Độ Giáo miêu tả nó tương tự như biển bắc có Rồng (Naga) cư ngụ, và người Tây Tạng sùng tín lặp lại những truyền thuyết như thế, ít nhất cũng là trong văn học của họ, mặc dù họ biết khá hơn. Hồ này nổi tiếng là cực lạnh quanh năm." (Dẫn theo Từ Điển của Jaschle).

(3) Paugba Wadi: một cảnh già lam ở Nepal chứa hình ảnh của một vị Phật gọi là Wadi-zunpo, nghĩa là Wadi thánh hay thiện.

(4) Lhasa Chrunon: một ngôi chùa danh tiếng do vua Sron.bTsan.sGam.Po. xây dựng.

(5) Tu, Ser, và Ded (T.T.:mThu., Ser., và gTad.): là ba thuật khác nhau của huyền thuật.

(6) Medripa (Phạn: Maitripa).

(7) Theo niềm tin phổ biến trong giới Lạt-ma Tây Tạng, hiển nhiên Milarepa đã ở với Marpa, Đạo Sư của ông, lâu hơn sáu năm tám tháng nhiều như trong bản văn này nói. Có thể có sự nhầm lẫn nào đó đã xen vào ở chỗ này.

(8) Con Đường Phương Tiện: Xem lời bình của dịch giả ở phần Phụ lục; cũng xem Chuyện số 7, Chú thích 7, và Chuyện số 5, Chú thích 18 và 19.

9) Ngục Kim cang: địa ngục đáng kinh sợ cho những người vi phạm giới luật Mật Giáo.

26. NGƯỜI THỢ SĂN VÀ CON NAI

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Khi đã hướng dẫn cho các đệ tử ở lại nơi các am khác nhau cho sự sùng mộ của họ, Jetsun Milarepa đi đến một nơi biệt lập ở Núi Nyi Shang Gur Da trên biên giới giữa Nepal và Tây Tạng. Các triền dốc rất gồ ghề, mây, mù, và liên tục tràn ngập mưa. Bên phải của núi, ngất ngưởng một ngọn đồi cheo leo, nơi người ta luôn luôn nghe tiếng kêu của các loài dã thú và thấy kên kên bay lượn bên trên. Phía bên trái là một ngọn đồi khoác lớp áo đồng cỏ mềm mại và sum sê, nơi ấy nai và linh dương chơi đùa. Phía dưới là một khu rừng với tất cả những loài cây và hoa, nơi nhiều khỉ, công, gà tây, và những chim đẹp khác sống ở đó. Những con khỉ chơi đùa với nhau bằng cách đánh đu và nhảy giữa các lùm cây, những con chim phóng mình đây đó với cánh giương rộng, trong khi chim chích chòe chíp-chíp và líu lo. Phía trước am là một dòng suối chảy do tuyết tan cung cấp và đầy đá hòn, đá cuội. Một âm thanh tươi tắn, trong trẻo, bập bùng luôn luôn có thể nghe được khi đi ngang qua.

Nơi ẩn cư này gọi là Ghadaya. Nó là một chỗ rất im lặng và thú vị với mọi điều kiện thích hợp cho những người sùng mộ. Vì vậy mà nó là nơi Milarepa đắm mình trong Định Dòng Sông, trong khi tất cả các thần địa phương phụng sự và cúng dường ông.

Một hôm, Milarepa nghe tiếng chó sủa [xa xa], sau đó một tiếng động lớn nổi lên. Ông nghĩ, "Cho đến bây giờ, chỗ này rất thích hợp cho thiền định. Phiền nhiễu đang đến chăng?" Vì vậy, ông rời hang, đến một tảng đá lớn, và ngồi trên đó thâm nhập trong Bi Tâm Vô Phân Biệt. (1) Không lâu, một con nai lông

đen, có nhiều đốm chạy lên, rất hoảng sợ. Thấy vậy, một niềm bi mẫn không thể chịu được dâng lên trong Jetsun. Ông nghĩ, "Ấy là vì các ác Nghiệp con nai này đã có trong quá khứ mà nó sinh ra trong hình tướng đáng thương như thế. Dù không phạm những hành vi tội lỗi trong đời này, nó vẫn phải chịu nhiều đau khổ. Thương thay! Ta sẽ dạy nó Pháp của Đại Thừa, và đưa nó đến cực lạc vĩnh viễn." Nghĩ như vậy, ông hát cho con nai:

Con cúi đầu đảnh lễ dưới chân [Sư phụ] Marpa;
Nguyện hãy cứu độ tất cả chúng sinh đau khổ!

Hãy lắng nghe ta, hỡi con nai với bộ sừng sắc bén,
Bởi vì ngươi muốn chạy trốn
Điều gì ở thế giới bên ngoài,
Ngươi không có cơ hội để giải thoát chính mình
Khỏi sự mù lòa và những mê hoặc bên trong.

Với không hối hận hay buồn phiền
Hãy quên tâm và thân bên ngoài của ngươi –
Đã đến lúc để ngươi
Từ bỏ tất cả mù quáng và mê hoặc.

Nghiệp chín muồi thì đáng sợ và đang thúc bách,
Nhưng làm sao ngươi có thể trốn được
Bằng cách bỏ chạy với cái thân mê hoặc của ngươi?

Nếu chạy trốn là những gì ngươi muốn,
Hãy trốn trong Bản Tánh của Tâm;
Nếu ngươi muốn bỏ chạy,
Hãy chạy đến chỗ Bồ-đề.
Không chỗ nào khác an toàn ẩn trú.

Khi nhổ rễ tất cả lầm lẫn khỏi tâm ngươi,
Hãy ở lại đây yên nghỉ với ta.
Ngay giây phút này ngươi đầy sợ chết;
Ngươi đang nghĩ, "An toàn nằm bên phía đồi xa;

Nếu ta ở lại đây ta sẽ bị bắt!"
Sự sợ hãi và hy vọng này là lý do ngươi lang thang
trong Sinh Tử.

Bây giờ ta sẽ dạy ngươi Sáu Yoga của Naropa,
Và xếp đặt cho ngươi tu tập Đại Thủ Ấn.

Ông đã hát như vậy với giọng đầy âm điệu của Trời Phạm thiên [Brahma]. Nếu có ai đó nghe, họ không thể nào không cảm thấy hấp dẫn và thích thú.

Do lòng từ bi của Jetsun tác dụng, con nai vơi được nỗi sợ hãi đau khổ vì lo lắng sẽ bị bắt. Với nước mắt trào xuống từ hai mắt, nó đến gần Milarepa, liếm áo ông, và rồi nằm xuống bên trái ông. Ông nghĩ, "Con nai này ắt là bị một con chó dữ săn đuổi, con chó ta vừa nghe tiếng sủa."

Khi Milarepa đang muốn biết nó là loại chó gì, thì một con chó cái đỏ có đuôi đen với một cái vòng đai đeo quanh cổ, chạy về phía ông. Nó là một con chó săn – một con vật dã man và đáng sợ đến thế, lưỡi của nó thè ra giống như một dải băng rực lửa, trong khi những cái móng sắc bén nơi các bàn chân của nó có thể xé nát bất cứ con mồi nào, và tiếng gầm gừ đầy đe dọa của nó giống như tiếng sấm. Milarepa nghĩ, "Ắt là con chó cái này đang săn đuổi con nai. Nó quả thật là dữ. Đầy giận dữ, nó xem bất cứ thứ gì cũng là kẻ thù của nó. Nếu ta có thể làm cho nó bình tĩnh và hết thù ghét thì tốt." Sự thương hại to lớn đối với con chó cái nổi dậy trong ông và ông hát với tâm đại bi:

Con cúi đầu đảnh lễ dưới chân [Sư Phụ] Marpa;
Con nguyện người, bình yên cho sự căm ghét của
tất cả chúng sinh.

Ôi ngươi, con chó cái với bộ mặt của sói,
Hãy lắng nghe bài hát này của Milarepa!

Bất cứ thấy cái gì, ngươi cũng tưởng là kẻ thù;
Tim của ngươi đầy căm ghét và ý nghĩ ác.

Bởi vì Nghiệp ác mà ngươi sinh làm con chó cái,
Mãi khổ đau vì đói và thống khổ vì phiền não.

Nếu ngươi không cố gắng bắt Tự Tâm bên trong,
Tốt gì mà bắt mồi bên ngoài?
Đã đến lúc để ngươi bắt lấy Tự Tâm;
Bây giờ là lúc để từ bỏ cuồng nộ,
Và hãy ngồi đây yên nghỉ với ta.

Tâm của ngươi đầy tham và giận,
Đang nghĩ, "Nếu ta đi đường ấy, ta sẽ mất nó,
Nhưng ta sẽ bắt được nó nếu ta đi phía này."
Hy vọng và sợ hãi này là lý do ngươi lang thang
trong Sinh Tử!

Ta sẽ dạy ngươi Sáu Yoga của Naropa,
Và xếp đặt cho ngươi tu tập Đại Thủ Ấn.

Nghe bài ca Pháp này, được hát bằng giọng của trời và với tâm từ bi mênh mông vô lượng, con chó cái xúc động mạnh và sự cuồng nộ của nó dịu xuống. Rồi nó tỏ dấu hiệu với Milarepa bằng cách rên rỉ và vẫy đuôi, và liếm áo ông. Rồi nó đặt cái mõm dưới hai chân trước và tự quì lạy trước ông. Nước mắt rơi xuống từ hai mắt, và nó nằm xuống một cách bình an với con nai.

Milarepa nghĩ, "Phải có một kẻ tội lỗi đang đi theo hai con vật này. Có lẽ y sẽ đến đây bất cứ lúc nào." Không lâu, một người đàn ông xuất hiện trông có vẻ kiêu ngạo và bạo động; từ dưới hai hàng lông mi, tia mắt y trừng trừng dữ dội, tóc búi trên đỉnh đầu, một tay cầm cung tên, và tay kia cầm một dây thòng lọng dài để bắt thú săn. Khi y phóng tới, người ta có thể nghe hơi thở của y đang đến trong những cơn hổn hển nghẹt thở và thấy những dòng mồ hôi đổ xuống trên mặt y, và hầu như làm y chết ngạt. Khi thấy Jetsun với con chó cái và con nai đang nằm bên cạnh ông, giống như mẹ với con, y nghĩ, "Có phải con nai và con chó cái của ta đã bị lão già yoga này làm phép phù thủy

không?" Rồi y giận dữ kêu lên với Milarepa, "Đồ mập, bọn repa và tập yoga nhây nhuốc! Chỗ này chỗ kia, chỗ nào tôi cũng gặp các ông! Cao trên núi tuyết, các ông đến giết thú săn; thấp dưới bờ hồ, các ông đến câu cá; trên đồng bằng, các ông viếng thành thị để trao đổi chó và đánh nhau với người ta. Nếu một hai người như các ông có chết cũng chẳng thành vấn đề. Ông có thể có thần thông giữ chó và nai của tôi, nhưng bây giờ hãy xem quần áo của ông có thể tránh được tên của tôi hay không." Nói như vậy rồi tên thợ săn kéo cây cung dài của y, nhắm vào Milarepa, và bắn. Nhưng mũi tên đã bay cao và không trúng. Jetsun nghĩ, "Ngay như những con vật ngu ngốc còn hiểu được lời ta giảng dạy, y cũng có thể hiểu, vì rốt cùng y cũng là người."

Vì vậy ông nói, "Anh không cần bắn tôi vội, vì anh còn rất nhiều thời gian để làm như vậy. Hãy thư thả nghe bài hát của tôi." Ngay lúc đó, bằng một giọng đầy âm điệu giống như của Trời Phạm thiên, Milarepa hát cho người thợ săn tên là Chirawa Gwunbo Dorje:

Cầu tất cả những bậc thành tựu;
Cầu các ngài diệt Năm Nhiễm Độc.

Ngươi, người mang thân người nhưng có bộ mặt của quỉ,
Hãy lắng nghe ta. Lắng nghe bài hát của Milarepa!

Người ta nói thân người là quí nhất, như ngọc;
Không có gì là quí nơi ngươi.
Ngươi, kẻ tội lỗi với cái nhìn của quỉ,
Mặc dù ngươi ham muốn khoái lạc của đời này,
Bởi vì tội lỗi, ngươi sẽ không bao giờ có được.
Nhưng nếu từ bỏ những ham muốn bên trong,
Ngươi sẽ thắng được Đại Thành Tựu.
Chinh phục chính mình là khó
Trong khi thắng được thế giới bên ngoài;
Bây giờ hãy chinh phục Tự Tâm của ngươi.
Giết con nai này sẽ không bao giờ làm ngươi hài lòng,

Nhưng nếu ngươi giết được Năm Độc bên trong,
Tất cả ước mơ của ngươi sẽ thành hiện thực.

Nếu cố gắng thắng được kẻ thù ở thế giới bên ngoài,
Kẻ thù gia tăng nhiều hơn nữa.
Nếu một người chinh phục được Tự Tâm bên trong,
Tất cả những kẻ thù của y biến mất.

Đừng tiêu phí đời mình làm những hành vi tội lỗi;
Tu tập thánh Pháp tốt cho ngươi.
Bây giờ ta sẽ dạy cho ngươi Sáu Yoga của Naropa,
Và xếp đặt cho ngươi tu tập Đại Thủ Ấn.

Trong khi Jetsun hát như vậy, người thợ săn chờ đợi và lắng nghe. Y suy nghĩ, "Không có gì chứng tỏ những gì ông hành giả yoga vừa nói là đúng. Thông thường, một con nai thì rất sợ hãi, và con chó của mình rất hoang dại và dã man. Tuy nhiên hôm nay, chúng lại nằm yên lành với nhau, một con bên trái và một con bên phải ông ta, giống như một người mẹ và mấy đứa con. Cho đến gần đây, trong chuyến đi săn mùa đông này trong vùng núi tuyết, ta chưa hề bắn trật mũi tên nào, nhưng hôm nay ta không thể bắn trúng ông ta. Ông ta phải là một phù thủy huyền thuật, hay là một Lạt-ma vĩ đại, phi thường. Ta sẽ tìm xem ông ta sống như thế nào."

Nghĩ như vậy, người thợ săn vào hang, thấy không có gì trừ một vài cây rau không ăn được; [xem như vậy là bằng chứng của tu hành khổ hạnh], một niềm tin to lớn bỗng nhiên phát sinh trong y. Y nói, "Lạt-ma tôn kính, ai là Đạo Sư của thầy và thầy tu tập giáo lý gì? Thầy từ đâu đến? Ai là đồng đạo của thầy và thầy sở hữu những gì? Nếu thầy có thể chấp nhận tôi, tôi thích làm người hầu hạ của thầy; tôi cũng cúng dường thầy sinh mạng con nai này."

Milarepa đáp, "Ta sẽ nói với anh về đồng đạo của ta, ta từ đâu đến, và sống như thế nào. Nếu anh có thể theo được lối sống của ta, thì anh có thể đến với ta." Và ông hát cho Chirawa Gwunbo Dorje:

Các Lạt-ma Tilopa, Naropa, và Marpa –
Ba vị này là Đạo Sư của ta;
Nếu họ bằng lòng,
Anh có thể đến với ta.

Đạo Sư, Yi-đam, (2) và Đa-ki-ni –
Ba nơi này là nơi Mila kính lễ;
Nếu họ bằng lòng,
Anh có thể đến với ta.

Phật, Pháp, và Tăng –
Ba ngôi này là chỗ qui y của Mila;
Nếu họ bằng lòng
Anh có thể đến với ta.

Thấy, Tu, và Hành
Đây là ba Pháp Mila tu tập;
Nếu anh thâm nhập được ba lời dạy ấy,
Anh có thể đến với ta.

Tuyết, đá tảng, và núi đất sét –
Đây là ba nơi Mila thiền định;
Nếu chúng bằng lòng,
Anh có thể đến với ta.

Nai, hạc, và linh dương –
Ba thứ này là gia súc của Mila;
Nếu chúng bằng lòng
Anh có thể đến với ta.

Linh miêu, chó hoang, và chó sói –
Ba thứ này là chó canh cửa của Mila;
Nếu chúng bằng lòng,
Anh có thể đến với ta.

Gà rừng, linh thứu, và Jolmo ca hát –

Ba thứ này là gia cầm của Mila;
Nếu chúng bằng lòng,
Anh có thể đến với ta.

Mặt trời, mặt trăng, và những ngôi sao –
Ba thứ này là những bức tranh của Mila;
Nếu chúng bằng lòng
Anh có thể đến với ta.

Thần, ma, và hiền nhân –
Ba hạng này là láng giềng của Mila;
Nếu họ bằng lòng
Anh có thể đến với ta.

Linh cẩu, dã nhân, và khỉ –
Ba loài này là bạn chơi đùa của Mila;
Nếu chúng bằng lòng
Anh có thể đến với ta.

An Lạc, Quang Minh, và Vô Niệm –
Ba cái này là đồng đạo của ta;
Nếu chúng bằng lòng
Anh có thể đến với ta.

Cháo, rễ cây, và tầm ma –
Ba thứ này là thực phẩm của Mila;
Nếu chúng bằng lòng
Anh có thể đến với ta.

Nước từ tuyết, suối, và khe –
Ba thứ này là thức uống của Mila;
Nếu chúng bằng lòng
Anh có thể đến với ta.

Kênh, Hơi Thở, và Giọt Tinh Chất –
Ba thứ này là y phục của Mila;

Nếu chúng bằng lòng
Anh có thể đến với ta.

Người thợ săn nghĩ, "Lời nói, ý nghĩ, và hành động của ông ta thật mạch lạc. Như vậy niềm tin tối hậu đã phát sinh bên trong y. Y khóc và cúi đầu dưới chân Mila, kêu lên, "Ôi, Jetsun quí mến! Bây giờ con xin dâng tôn giả con nai, con chó, cung và tên, và dây thòng lọng của con. Con và con chó đã phạm nhiều tội lỗi. Con cầu xin Tôn giả giải thoát cho con chó cái của con, Cô Ánh Chớp Đỏ, như thế đưa cô ta đến các Cõi cao hơn; và đưa con nai đen này đến Con Đường Đại An Lạc. Con cầu xin Tôn giả ban cho con, thợ săn Chirawa Gwunbo Dorje, lời dạy của Pháp và dắt con đến Đường Giải Thoát." Rồi y hát:

Ngồi bên phải con là con nai
Với bộ sừng trắng như tuyết.
Những chỗ khác biệt quanh miệng nó là đồ trang điểm.
Nếu con giết nó, sự ngon miệng phàm ăn của con
Có thể được thỏa mãn trong bảy ngày.
Bây giờ con không cần và dâng nó lên ngài.
Xin ngài đưa con nai đen này đến
Đường Đại An Lạc,
Xin đưa Cô Ánh Chớp Đỏ đến Đạo Bồ-đề,
Xin đem con, Gwunbo Dorje, đến Đất Giải Thoát.

Sợi thừng đen này với chiếc vòng kim loại của nó
Dùng để cột bò yak hoang trên Đại Bình Nguyên phía Bắc;
Bây giờ con không cần và dâng nó lên ngài.
Xin ngài đưa con nai đen này đến
Đường Đại An Lạc,
Xin dẫn Cô Ánh Chớp Đỏ đến Đạo Bồ-đề,
Xin đem con, Gwunbo Dorje, đến Đất Giải Thoát.

Mặc bộ da dê này với mẫu hình lốm đốm
Sẽ giữ ấm mình, dù cho ở trên núi cao;
Bây giờ con không cần và dâng nó lên ngài.

Xin ngài đưa con nai đen này đến
Đường Đại An Lạc,
Xin dẫn Cô Ánh Chớp Đỏ đến Đạo Bồ-đề,
Xin đem con, Gwunbo Dorje, đến Đất Giải Thoát

Trên tay phải con cầm những mũi tên,
Mỗi mũi trang điểm bằng bốn chiếc lông;
Khi con bắn chúng với một tiếng "Phe",
Chúng luôn luôn trúng ngay mục đích;
Bây giờ con không cần và xin dâng chúng lên ngài.
Xin ngài đưa con nai đen này đến
Đường Đại An Lạc,
Xin dẫn Cô Ánh Chớp Đỏ đến Đạo Bồ-đề,
Xin đem con, Gwunbo Dorje, đến Đất Giải Thoát.

Cây cung màu trắng tuyệt vời này trên tay trái của con
Được tô điểm bằng vỏ [cây phong] trắng;
Khi con giương nó, ngay cả rồng
Trên trời cũng rống lên [vì sợ].
Bây giờ con không cần và xin dâng nó lên ngài.
Xin ngài đưa con nai đen này đến
Đường Đại An Lạc,
Xin dẫn Cô Ánh Chớp Đỏ đến Đạo Bồ-đề,
Xin đem con, Gwunbo Dorje, đến Đất Giải Thoát.

Bằng cách này, Chirawa Gwunbo Dorje, người thợ săn, đã dâng hiến con nai, con chó cái, và tất cả những vật tùy thuộc của mình cho Milarepa. Rồi y nói, "Lạt-ma! Xin làm ơn chấp nhận con làm người hầu hạ của thầy. Con sẽ về nhà lấy lương thực từ mấy đứa con của con rồi trở lại. Thầy có ý định ở lại đây không? Xin thầy vui lòng nói cho con biết rõ, thầy sẽ ở lại không?" Jetsun rất hài lòng với hiến vật con nai và sự thay đổi của tâm anh ta hướng về Pháp, lúc ấy ông nói, "Thợ săn, thật kỳ diệu là anh đã quyết tâm từ bỏ những hành vi tội lỗi của anh và thực hiện những hành vi đức hạnh. Nhưng sẽ khó cho anh nương tựa hoàn toàn vào ta. Mặc dù anh có thể có lòng tin nơi

ta, sẽ khó cho anh tìm thấy ta, vì ta không có nơi trú cố định. Tuy nhiên, nếu anh muốn tu tập Pháp, anh nên cắt đứt tất cả những ràng buộc với gia đình và theo gương ta lập tức. Ta sẽ nói cho anh biết tại sao ta không có chỗ trú nhất định, vậy hãy lắng nghe bài hát của ta":

Ta, Repa kỳ lạ ở trong am,
Trong ba tháng mùa hè
Thiền định trên Núi Tuyết.
Việc đó làm tươi mát lại thân, tâm, và hứng khởi.
Trong ba tháng mùa thu ta ra ngoài xin của bố thí –
Xin thóc hạt để làm lương thực.
Trong ba tháng mùa đông
Ta thiền định trong rừng,
Và vì thế ta không có các Khí xấu và không thuần thục.
Trong ba tháng mùa xuân
Ta tới lui trên đồng cỏ, khe, đồi,
Giữ phổi, mật của ta khỏe mạnh.
Trong tất cả mọi mùa trong năm,
Ta thiền định không phân tán.

Thân chúng ta, hình thành từ Bốn Đại,
Chịu đau khổ và suy đồi.
Người ta phải luôn trông chừng và thiền định;
Đây là cách duy nhất để chinh phục Năm Ô Nhiễm!

Ta ăn bất cứ thực phẩm nào có ở đó;
Đây là cách để bằng lòng,
Để dập tắt ham muốn và những hậu quả của nó.
Dấu hiệu tinh tấn vĩ đại của hành giả yoga
Là liên tục tu tập Pháp.

Lúc ấy người thợ săn đáp, "Một Lạt-ma như thầy quả thực tuyệt diệu và độc đáo. Từ tận đáy tim, con muốn tu tập Pháp. Con sẽ về nhà nói vài lời từ giã với gia đình và cũng để lấy theo

một ít lương thực để duy trì sự sùng mộ của con. Con sẽ trở lại sớm. Xin thầy vui lòng ở lại đây cho đến lúc ấy."

Milarepa đáp, "Nếu anh thật sự muốn tu tập Pháp, thì chẳng cần gặp gia đình. Theo con đường tu tập khổ hạnh, một người không phải tìm kiếm lương thực cho sự sùng mộ của mình, bởi vì y có thể sống bằng trái cây và rau cỏ. Không ai có thể chắc chắn được khi nào cái chết sẽ đến. Vả lại, ý niệm công đức và nhiệt tâm hiện thời của anh có thể thay đổi, vì vậy tốt hơn anh hãy ở lại đây. Hãy lắng nghe ta trước khi anh nói chuyện với gia đình anh." Và Milarepa hát:

Hãy nghe, hãy nghe, anh thợ săn!
Dù sấm nổ,
Ấy chỉ là âm thanh rỗng;
Dù cầu vồng màu sắc phong phú,
Nó sẽ sớm phai tàn.
Khoái lạc của thế gian này giống như mộng cảnh;
Dù người thưởng thức, chúng là nguồn gốc của tội lỗi.
Dù tất cả những gì chúng ta thấy có thể
dường như là vĩnh viễn,
Nó sẽ sớm rơi thành từng mảnh và mất tiêu.

Hôm qua một người có lẽ đã có đủ hay nhiều hơn,
Hôm nay tất cả đi mất và không còn gì cả;
Năm ngoái người sống, năm nay người chết.
Thức ăn ngon trở thành chất độc,
Và đồng bạn yêu thương lại biến thành thù.

Lời thô bỉ và phàn nàn hoàn trả
Thiện chí và biết ơn.
Tội lỗi của mình không thương tổn ai khác, trừ chính mình.
Trong một trăm cái đầu, đầu của mình có giá trị nhất.
Trong tất cả mười ngón tay, nếu một bị cắt,
mình cảm thấy đau.
Trong tất cả sự vật mình đánh giá, chính mình
có giá cao nhất.

Đã đến lúc để anh tự giúp mình.

Đời chóng qua. Chết sẽ sớm gõ cửa.
Vì thế, ngu xuẩn là triển hoãn sùng mộ.
Thân nhân thương yêu có thể làm gì khác
Trừ ném người ta vào Sinh Tử?
Cố gắng vì an lạc từ nay về sau
Thì quan trọng hơn là tìm nó bây giờ.
Đã đến lúc cho anh nương tựa một Đạo Sư,
Đã đến lúc tu tập Pháp.

Nghe bài hát này, Chirawa Gwunbo Dorje đã được cải hóa hoàn toàn với Pháp. Rồi anh ta ở lại với Milarepa và không trở về nhà. Sau khi thiền định một thời gian, anh ta đã có nhiều kinh nghiệm, anh ta kể lại với Milarepa, và rồi yêu cầu được chỉ dạy thêm. Milarepa rất hài lòng và nói, "Anh đã bắt đầu tạo được công đức [bên trong], vì vậy hãy theo những chỉ dạy này:

Để nương tựa một Đạo Sư,
Nên thường nguyện với ông ta một cách chân thành.
Khi tu tập sùng mộ thần thủ hộ Yi-đam và nữ thần Đa-ki-ni,
Nên thường thiền định về Yoga Phát Sinh một cách rõ ràng.
Khi thiền định về sự nhanh chóng đến gần của cái chết,
Nên luôn nhớ
Rằng chết không thể đoán trước hay tránh được.

Khi tu tập Đại Thủ Ấn,
Nên chăm sóc nó từng bước một.
Khi thiền định về những chúng sinh giống như cha mẹ (3)
Nên luôn nhớ trả ân của họ.
Khi thiền định về lời dạy thâm sâu của Truyền Thừa Rỉ Tai,
Nên bảo quản với đại quyết tâm.

Khi đạt đến tột cùng của Pháp,
Nên tránh những bập bềnh mà giữ nó vững vàng.
Khi xem xét những sùng mộ của mình

Để thấy nếu chúng khế hợp với Pháp,
Không nên miễn bỏ hay thay đổi,
Mà nên đem chúng đến chỗ qui nhất.
Khi tu dưỡng thánh Pháp,
Nên từ bỏ thế gian.

Khi thức ăn được chư thiên cống hiến,
Thì không cần tìm thực phẩm cho mình.
Nếu như kẻ hà tiện mãi dự trữ hàng hóa,
Y không bao giờ có thể thành đạt nhiều hơn;
Có lời thề của tất cả các Đa-ki-ni chứng giám,
Vậy nên bỏ đi màn kịch thế gian.

Do đó, Jetsun ban cho Chirawa Gwunbo Dorje đầy đủ lễ Khai Thị và những Chỉ Dạy Thiết Yếu. Qua tu tập những lời dạy ấy, người thợ săn cuối cùng trở thành một trong những đệ tử tâm phúc của Milarepa và có danh là Chira Repa – Thợ Săn Áo Vải. Con nai và con chó cái cũng được vĩnh viễn thoát khỏi những Nẻo Đường Phiền não. Người ta nói rằng cây cung và những mũi tên mà người thợ săn dâng cho Jetsun vẫn còn trong cái hang đó.

Đây là câu chuyện Milarepa gặp đệ tử tâm phúc của ông, Chira Repa, ở Nyi Shang Gur Da.

Chú Thích Chuyện 26

(1) Bi Tâm Vô Phân Biệt (T.T.: dMigs.Pa.Mei. Pahi.sNyn.rJe.): là tình thương tự phát, không phân biệt, và vô biên hiện thân trong Tánh Không Bất Sinh – Bi Tâm độc nhất của Phật Tánh. Theo quan niệm của con người, bi tâm không thể phát sinh khi không có đối tượng quan tâm. Bi tâm hay tình thương dường như nhất thiết có liên quan trong một trạng thái nhị nguyên hay chủ-khách. Nhưng theo Phật Giáo Đại Thừa, bi tâm cao nhất là siêu việt chủ và khách, và được sinh ra qua chứng ngộ Tánh Không. Trong thể tánh, nó đồng nhất với Tuệ giác của Tánh Không. Đây là một trong những huyền bí khó hiểu nhất của Phật Tánh.

(2) Yi-đam (T.T.: Yidham): là Phật Hộ Trì [hay Bổn tôn] của một hành giả yoga Mật Giáo.

(3) Vì chúng sinh lang thang trong luân hồi suốt từ thời vô thủy, vô biên, tất cả họ đều phải có những mối quan hệ cha mẹ với nhau trong một hay nhiều hơn trong vô số hiện thân quá khứ của họ.

27. LỜI MỜI CỦA VUA NEPAL

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Khi Jetsun Milarepa đang tu luyện Định Dòng Sông và quán tịch tĩnh trong Động Riga Daya của Nyi Shang ở Mon, thì một vài thợ săn địa phương đến con đường đó. Thấy Jetsun đang ngồi bất động, tất cả bọn họ đều lấy làm lạ và nghi ngờ. Sau khi nhìn chăm chú vào ông một lúc, họ đột nhiên trở nên sợ hãi và bỏ chạy. Sau một lúc, họ bò trở lại từng người một. Kéo cung lên, họ hỏi Jetsun bất động: "Ông là người hay ma? Nếu là người, hãy trả lời chúng tôi." Nhưng Jetsun vẫn ngồi bất động không nói tiếng nào. Lúc ấy những người thợ săn bắn nhiều mũi tên có tẩm độc vào Milarepa, nhưng không một mũi tên nào trúng ông. Họ cố gắng ném ông xuống sông, nhưng họ không thể nâng ông lên được. Rồi họ dùng lửa đốt ông, nhưng cũng không đốt cháy được. Cuối cùng, họ di chuyển thân ông [bằng cách nâng người ông cùng với đồ ngồi và chỗ đất ông ngồi] ném nó qua triền dốc đá xuống dòng sông lớn cuồn cuộn bên dưới. Song, vẫn ở trong tư thế hoa sen tĩnh lặng, thân của Jetsun không chạm đến mặt nước, mà nổi trên dòng sông. Rồi nó bắt đầu di chuyển ngược dòng và cuối cùng trở lại yên nghỉ ở ngay chỗ cũ, như vậy mà Milarepa hoàn toàn không thốt một lời nào.

Tất cả bọn thợ săn đều kinh ngạc và vội vã bỏ đi. Trên đường về nhà, khi nói chuyện lớn tiếng về sự kiện xảy ra, họ đến gần chân của một ngọn đồi. Chira Repa, đang ở gần đó, nghe họ nói chuyện và xuất hiện trước họ, nói, "Đó là Đạo Sư của tôi, Hành giả Yoga tối thượng của Tây Tạng. Những kỳ tích này chứng minh ông ấy là một bậc thành tựu; ngay cả thú vật cũng hiểu được lời giảng dạy của ông ấy!" Rồi Chira Repa kể cho họ nghe câu chuyện Milarepa với con nai và con chó cái, cũng như mình tu tập Pháp như thế nào qua ảnh hưởng của

Jetsun. Đến đó, niềm tin to lớn và lòng kính ngưỡng đối với Jetsun phát sinh bên trong những người thợ săn, và từ đó người ta nghe tên của Milarepa trên khắp xứ Nepal.

Vào thời ấy, thanh danh của Milarepa và những câu chuyện thần tiên về ông đã đến tai Vua của Ye Rang và Ko Kon, nhà vua cũng trở thành người đầy niềm tin và kính ngưỡng đối với Milarepa. Một hôm, Mẹ Đại Từ Bi Tara [Quan Thế Âm] tự hiện thân trước nhà vua và nói, "Chiếc y Ka Shi Ka và dược phẩm tối thượng Ahruha [myrobalan – một y dược phổ biến] bây giờ đang được cất giữ trong kho tàng của bệ hạ nên cúng dường cho đại Hành Giả Yoga Tây Tạng, một Bồ-tát thuộc địa thứ mười [và là địa cuối cùng], bây giờ đang ở trong sơn động Nyi Shang Gadaya phía bắc Nepal. Việc này có nghĩa trọng đại trong vị lai." Mẹ Đại Từ Bi đã tiên tri như thế. Rồi nhà vua phái một người nói tiếng Tây Tạng đến viếng Milarepa. Khi người ấy nhìn thấy cách khổ hạnh Jetsun đang sống, cách ông đã từ bỏ tất cả những cần thiết và sự việc của đời này, ông ta có ấn tượng rất sâu sắc và cảm thấy lạ lùng. Một niềm tin to lớn phát sinh bên trong ông ta. Suy nghĩ, "Vị hành giả yoga này chắc chắn là Milarepa, tuy nhiên ta phải minh xác mới được," ông ta nói với Jetsun, "Ôi Đạo Sư! Tên thầy là gì? Thầy không thấy sống mà không có thực phẩm nuôi dưỡng như thế là khó sao? Tại sao cần phải từ bỏ tất cả những thứ tùy thuộc và sở hữu vật chất?" Lúc ấy Milarepa đáp, "Tôi là Hành giả Yoga Tây Tạng, Milarepa. 'Không có những vật tùy thuộc' có nghĩa là 'không có đau khổ.' Bây giờ hãy nghe bài hát của tôi":

Con cúi đầu đảnh lễ chư Đạo Sư Thánh Thiện.

Tôi là người gọi là Milarepa.
Về sở hữu, tôi không ham muốn.
Nên tôi không bao giờ cố gắng kiếm tiền.
Trước tôi không đau khổ
Bởi vì tạo ra nó;
Rồi tôi không đau khổ
Bởi vì giữ nó;

Cuối cùng tôi không đau khổ
Bởi vì tích trữ nó.
Tốt hơn và an lạc hơn nhiều
Là không có sở hữu.

Không ràng buộc với bà con và bè bạn,
Tôi không tìm thương yêu trong tình bạn.
Trước tôi không đau khổ
Bởi vì ràng buộc con tim;
Rồi tôi không đau khổ
Bởi những chuyện cãi nhau;
Cuối cùng tôi không đau khổ
Bởi vì sự chia cách.
Tốt hơn xa là không có bè bạn thương yêu.

Vì tôi không có kiêu hãnh và ích kỷ,
Tôi không tìm danh vọng và vinh quang.
Trước tôi không đau khổ
Bởi vì tìm chúng;
Rồi tôi không đau khổ
Trong cố gắng bảo trì chúng;
Cuối cùng tôi không đau khổ
Vì sợ bị mất chúng.
Tốt hơn xa là không có danh vọng và vinh quang.

Vì tôi không có ham muốn bất cứ chỗ nào,
Tôi không thèm khát ở đây hay ở đó.
Trước tôi không lo âu
Về bảo vệ nhà của tôi;
Rồi tôi không đau khổ
Vì sự ham mê nóng cháy vì nó;
Cuối cùng tôi không lo lắng bảo vệ nó.
Tốt hơn là không có nhà hay đất.

Với niềm tin lớn nơi Milarepa, sứ giả trở về tâu lên Vua của Ye Rang và Ko Kom một cách chi tiết về Jetsun. Rồi niềm tin

và lòng kính ngưỡng của nhà vua cũng được xác định. Nhà vua nói với vị sứ giả, "Hãy đi xem khanh có thể thuyết phục được ông ấy đến đây chăng. Nếu ông ấy không đến, thì khanh có thể cúng dường chiếc y Ka Shi Ka cũng như dược phẩm tối thượng Ahrura này."

Do đó, vị sứ giả trở lại và nói với Milarepa, "Tôi được Vua của Ye Rang và Ko Kom, một người trị vì có niềm tin lớn nơi Pháp, phái đến đây mời ngài, Hành giả Yoga Tây Tạng, đến quê hương của nhà vua." Milarepa đáp, "Nói chung, tôi không ngưỡng vọng nhìn người và không ở lại nơi thành thị; đặc biệt là tôi không biết cách giải trí cho vua chúa, tôi cũng không cần thức ăn ngon hay các khoái lạc thế gian. Ấy không phải chỉ là lời nói hay huyền thoại khi nói rằng một người tu tập Pháp sẽ vô cảm với đói và lạnh, và sẽ giữ con-dao-chết-đói cho đến chết. Ngài, sứ giả của nhà Vua, có thể trở về xứ của ngài. Tôi sẽ theo mệnh lệnh Đạo Sư của tôi, Marpa, thiền định trong cô tịch." Lúc ấy vị sứ giả nói với Jetsun, "Cứ như vậy đi, nếu tôn giả khăng khăng như thế. Nhưng quả thực ấy chẳng phải là trường hợp xin lỗi mà một vị đại vương, phái một đặc sứ đem về một hành giả yoga tầm thường, không đem được gì về trừ hai bàn tay trắng và hai bàn chân bị gai đâm ư?" Về câu hỏi này, Jetsun đáp, "Tôi là đại Hoàng Đế của Vũ Trụ. Không có hoàng đế nào khác hạnh phúc hơn, giàu sang hơn, và quyền lực hơn tôi." Vị sứ giả vặn lại, "Nếu ngài tuyên bố rằng ngài chính là đại Hoàng Đế của Vũ Trụ, thì ngài phải có Bảy Bảo Vật của bậc Đế Vương. (1) Jetsun đáp: "Nếu quí ngài vua quan của thế gian theo Con Đường Vương Giả của tôi, thì mỗi người trong các ngài cũng có thể trở thành Hoàng Đế Tối Thượng, và cũng giàu sang và cao quí như thế." Vì thế, ông hát:

Nếu quí ngài, vua và triều thần, tìm kiếm khoái lạc,
Hãy theo Truyền Thừa Vương Giả của Milarepa,
Đương nhiên quí ngài sẽ đạt được khoái lạc.
Đây là Truyền Thừa Vương Giả của Milarepa.

Niềm tin của tôi là Bánh Xe Quí của Hoàng gia

Quay quanh các Đức Hạnh ngày đêm.
Trí Tuệ của tôi là viên Ngọc Quí của Hoàng Gia
Thỏa mãn tất cả những ước mơ của ta và người khác.

Giữ Giới Luật là Hoàng Hậu quí của Hoàng Gia;
Bà ta là món trang điểm của tôi, món đẹp nhất.
Thiền định là Tể Tướng quí trong Hoàng Gia của tôi;
Với ông ấy tôi tích lũy Hai Thứ Lương Thực! (2)
Tự trọng là Voi Quí trong Hoàng Gia của tôi,
Chịu trách nhiệm về Phật Pháp.

Nhẫn nhục là Ngựa Quí Hoàng Gia của tôi,
Mang các Nhiễm đến Đất Vô Ngã.
Nghiên cứu và chiêm nghiệm là Tướng Quân quí
trong Hoàng Gia của tôi,
Tiêu diệt kẻ thù – những ý nghĩ xấu.

Nếu các ngài có những Món Trang Sức Quí
của Hoàng Gia này,
Các ngài sẽ được danh vọng và sự thịnh vượng của vua,
Và chinh phục được tất cả kẻ thù.
Rồi các ngài có thể phát triển Mười Đức Hạnh
trong vùng thống trị của mình.
Và thúc giục tất cả những chúng sinh như mẹ
Theo những giáo lý cao quí của tôi.

"Đây quả thật là truyền thống của Pháp," vị sứ giả kêu lên. "Thực là kỳ diệu. Nếu tôn giả nhất định không đi với tôi, ở đây tôi có hai bảo vật cúng dường tôn giả. Đây là do nhà Vua gửi đến; một là chiếc y Ka Shi Ka, và một nữa là dược phẩm tối thượng, Ahrura."

Jetsun nhận hai món quà này và cung hiến nhà Vua những lời chúc lành và tặng phẩm đúng cách.

Vào lúc này, Rechungpa và Shen Gom Repa ra đi tìm Jetsun để mời ông [trở về Tây Tạng]. Trong cuộc hành trình, họ gặp một bọn cướp từ Nyi Shang và Nepal đến. Khi bọn cướp sắp

đánh cướp họ, họ kêu lên rằng họ là hành giả yoga, và yêu cầu tha cho. Nhưng bọn cướp trả lời, "Chỉ có San Chia Yoga [Milarepa] có thể xem là hành giả yoga đích thực. Ông ta là người tên độc không thể làm hại, lửa không thể đốt cháy, và nước không thể làm chết đuối. Khi người ta ném ông ta qua triền núi, ông ta bay lên trở lại. Ông ta còn từ chối cả lời mời của vua Ko Kom."

Lúc ấy Rechungpa bảo bọn cướp rằng chỉ vì tìm Jetsun mà họ đến chỗ này. Nên bọn cướp chỉ hướng cho họ đến chỗ trú của Milarepa. (3)

Cuối cùng khi hai Repa tìm được Jetsun, họ thấy ông mặc chiếc y Ka Shi Ka và trên mặt một tảng đá [phía trước ông] đặt dược phẩm tối thượng, Ahrura. Họ cúi đầu chào ông và hỏi, "Thầy khỏe không?" Jetsun đáp, "Tôi khỏe lắm, thực đấy. Để tôi nói tôi khỏe như thế nào cho các anh nghe! Bây giờ hãy nghe tôi hát":

Đây là chỗ hoa nở,
Nhiều loại cây nhảy múa, đu đưa;
Chim ở đây hót những điệu du dương,
Lũ khỉ nô đùa trên cành nhánh.
Ở đây một mình thật thích thú và vui.
Đây thật là một nơi yên tĩnh và thanh bình.

Với Đạo Sư của ta trên đầu, thật là vui ở đây thiền định;
Hoan hỉ là ở đây thưởng thức Nội Nhiệt;
An lạc là ở đây tu tập [Yoga] Thân Huyễn,
Tự động thoát khỏi mọi dục vọng thế gian.

An lạc là giấc mộng lầm lẫn tan đi;
An lạc là thấm nhập Đại Quang Minh;
An lạc là thấy Mù Lòa tối tăm từ giã;
Hoan hỉ là trở thành Phật
Mà không tu tập Yoga Chuyển Thức.

An lạc là chứng ngộ trọn vẹn

Chân tánh của Cảnh Giới Trung Gian, và ở lại
Trong Cõi Đại An Lạc siêu việt.

Cha của các con tìm thấy rất nhiều an lạc và lạc thú
Thưởng thức những sự gia trì vô giá của mình –
Niềm vui ăn những trái cây ngon mọc trên triền núi,
Và uống nước ngọt mát từ các dòng suối;
Hãy suy tư lời ta, và các con sẽ hiểu ý ta.

Các con, có phải các con bị cướp trên đường đến đây?
Nếu như vậy, hãy tin nhận đó là Nghiệp trước.
Nên thức ngộ rằng không tiền bạc có nghĩa là không có kẻ thù.
Đừng bao giờ, hỡi các con của ta, tích trữ hay chồng chất giàu sang.

Nếu có thể thuần hóa được tâm mình
Các con sẽ không có kẻ thù nào cả!
Đừng bao giờ, hỡi các con của ta, giữ oán ghét trong lòng.

Nếu có thể thuần hóa được tâm mình
Các con sẽ không có kẻ thù nào cả!
Hãy ngước nhìn lên mặt Phật!
Nếu bi tâm luôn phát triển,
Các con sẽ không có kẻ thù nào cả!

Hỡi các con của ta, nên xem người khác thân thiết hơn chính mình.

Lúc ấy Shen Gom Repa nói, "Chỉ vì một hành giả yoga như thầy, thưa Jetsun, có thể có an lạc và có lòng bao dung như thế đối với kẻ thù, vì vậy chúng con đến đây mời thầy [trở về quê hương của chúng ta]. Chúng con thấy thầy không cần ở lại đây ẩn cư trong cô tịch. Xin thầy vui lòng trở về Tây Tạng để giúp chúng sinh ở đó." Jetsun đáp, "Chính sự ở lại trong ẩn cư là giúp tất cả chúng sinh. Thầy có thể đến Tây Tạng; tuy nhiên

ngay cả khi ở đó, thầy vẫn ẩn cư một mình. Các con đừng nghĩ rằng đó là một cách tu tập xấu; thầy chỉ tuân theo mệnh lệnh Đạo Sư của thầy. Vả lại, công đức của tất cả các giai đoạn trên đường Đạo đều đạt được trong ẩn cư. Ngay cả khi các con có nhiều Kinh Nghiệm và Chứng Ngộ thượng đẳng, tốt hơn nên ở lại trong những nơi không người ở, bởi vì đây là vinh quang và truyền thống của một hành giả yoga. Vì vậy, các con cũng nên tìm những nơi cô tịch và tu tập thiền định nghiêm túc. Bây giờ, hãy nghe bài hát của ta":

Ơn Đạo Sư của ta vẫn còn phải trả,
Và chúng sinh vẫn còn được giải thoát.
Ta thiền định trong sự biết ơn Người,
Không phải bởi vì Người, Jetsun, cần vậy;
Đây là lời thệ nguyện và hành động
của những người thành tựu.

Con lừa hoang, với cái mồm trắng, ở phương Bắc,
Không bao giờ cúi đầu, ngay cả khi bị chết đe dọa.
Ấy chẳng phải vì nó muốn chết;
Đây chỉ là hành động và phong cách của nó –
Sự vận hành tự nhiên của dã thú này!

Con cọp cái ăn thịt, ở phương Nam,
Không bao giờ ăn thịt đồng loại, ngay cả khi chết đói,
Chẳng phải vì có nguyên tắc phải theo;
Đây chỉ là hành động và phong cách của nó –
Sự vận hành tự nhiên của con thú vĩ đại này!

Con sư tử cái trắng, ở phương Tây,
Không bao giờ rời bỏ núi tuyết, ngay cả khi
nó bị đóng băng,
Không phải vì nó không thể đi nơi khác;
Đây chỉ là hành động và phong cách của nó –
Sự vận hành tự nhiên của nữ hoàng dã thú này!

Con chim ưng vĩ đại, ở phương Đông,
Xoãi đôi cánh khi nó đang bay;
Mà trong tâm nó không bao giờ sợ rơi xuống.
Lượn trên bầu trời,
Là phong cách tự nhiên và hành động
Cho vua của loài chim này!

Khi thiền định, Milarepa kiên trì
Và từ bỏ tất cả những sự vật thế gian,
Ông ta không phải là con mồi cho tham vọng thấp hèn;
Từ bỏ ham muốn là vận hành tự nhiên của ông ấy.

Những hành giả yoga đã giải thoát ở lại ẩn tu,
Không phải vì họ sợ quấy rầy và phân tán,
Ấy chỉ là phong cách và truyền thống
Của tất cả những người thành tựu.

Khi tăng nhân và tục gia đệ tử
Tự khép mình trong thiền định,
Không phải là để chiếm lấy tiện nghi của người khác;
Ấy chỉ là phong cách và truyền thống
Của tất cả những người tìm giải thoát.

Cho các con, những đệ tử thành tín và tài năng,
Ta hát những Chỉ Dạy Thiết Yếu này;
Đây không phải cho vui hay khoái lạc –
Đây là truyền thống trong Dòng Truyền của ta.

Rồi Rechungpa nói, "Con sẽ giữ những lời khuyên này trong lòng. Thưa Thầy, Jetsun thân mến, quả thật là khác hẳn những người khác. Nhân tiện, ai đã cúng dường thầy chiếc y tốt và diệu dược Ahrura này?"

Lúc ấy Milarepa đáp bằng bài hát này, "Tặng Vật Từ Người Và Thần":

Ở xứ sở của Ye Rang và Ko Kom

Có một nhà vua sùng tín, một Bồ-tát,
Thắng lợi trong Pháp.
Lời tiên tri của Mẹ Đại Từ Bi
Đã tặng nhà vua trong mật khải.

Mẹ Đại Từ Bi đã nói,
"Hãy mời Milarepa đến gặp bệ hạ.
Ông ta bây giờ đang thiền định
Trong động Gadaya của Nepal."

Biết sự bất định của chết,
Ta đã từ chối lời mời.
Lúc đó ta được ban tặng chiếc y Ka Shi Ka này,
Làm bằng vỏ cây hảo hạng của Bal Dkar,
Bây giờ là một người bạn đồng hành dịu dàng
cho thiền định Dumo (4) của ta!

Ta cũng được ban tặng diệu dược, Ahrura,
Trị tất cả các bệnh của Bốn Đại.
Bởi vì tặng vật giá trị này,
Ta thấy trước rằng trong bảy năm tới
Tất cả những người trong nước của nhà Vua
Sẽ miễn nhiễm bệnh tật.

Cả hai Repa nói với Jetsun, "Chúng con sẽ không đắm mình vào Tám Dục Thế Gian và sẽ chân thành tu tập sùng mộ. Bây giờ, vì phúc lợi của chúng sinh, xin thầy hãy đến Tây Tạng." Bởi vì sự yêu cầu khẩn thiết và nhiều lần của họ, cuối cùng Jetsun đồng ý và đến Động Nyan Yuan của Chu Mdo trên Núi Tuyết Lashi, và ở lại đó.

… … …

Một hôm Tserinma, một nữ thần địa phương, đến quấy rầy Milarepa khi ông đang vui vẻ với nhóm bạn tiên hạ sinh ở trong rừng Sen Ding, nhưng ông nhìn thấy và nhận ra Tserinma

[nguyên hình] trong một tấm gương bạc. Vì thế, Tserinma biến mất vào bầu trời.

Năm sau, khi Jetsun đang ở lại Chon Lun, Tserinma lại cố quấy phá. Tserinma thấy Milarepa đang cưỡi trên một con sư tử, sơn son, mặc y phục mặt trời và mặt trăng, tay cầm lọng và cờ chiến thắng – rồi biến mất vào bầu trời. Lại bị thất bại, không bẫy được Milarepa, Tserinma rút lui.

Đây là câu chuyện Milarepa nhận cúng dường của Vua xứ Ko Kom ở Mon, cùng với câu chuyện ngắn về sự quấy phá của [nữ thần] Tserinma.

Chú Thích Chuyện 27

(1) Bảy Bảo Vật của Hoàng Gia là xe, ngọc, hoàng hậu, quan tể tướng, voi, thần mã, và nguyên soái – những biểu tượng, hay những sở hữu cần thiết của một ông vua.

(2) Hai Thứ Lương Thực (T.T.: Tshogs.gNis.): Hành trình dọc theo Con Đường đến Phật Tánh, người ta cần cung cấp hai thứ "lương thực tinh thần." Một là Lương Thực Trí Tuệ và một nữa là Lương Thực Công Đức. Lương thực đầu là học hiểu, và tu tập Bát-nhã Ba-la-mật-đa; lương thực thứ hai là nghiên cứu và thực hành tất cả những hành vi công đức, gồm bố thí, trì giới, nhẫn nhục, tinh tấn, và thiền định.

(3) Ý nghĩa của đoạn này rất khó hiểu. Đây chỉ là phỏng dịch.

(4) Dumo (T.T.: gTum.Mo.): Sức nóng huyền diệu do tu luyện Yoga Nhiệt sinh ra.

28. CUỘC TẤN CÔNG CỦA NỮ THẦN TSERINMA

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Người, người sinh ra trong Xứ Tuyết,
Không dấu vết ô nhiễm thế gian,
Được sự gia trì của Truyền Thừa Naropa –
Bậc kỳ đặc đã chinh phục đau đớn và thử thách –
Sự chữa lành, phương thuốc tối thượng
Cho bệnh của chúng sinh,
Được mặt trời mặt trăng tôn kính,
Người là Bậc Thánh, Mila lừng danh.
Con cúi đầu đảnh lễ Người, Cha Repa,
với niềm tôn kính lớn.

... ...

Trong xứ tuyết phía Bắc, trên biên giới giữa Tây Tạng và Nepal, nơi người ta nói những ngôn ngữ khác nhau, một thời có một trung tâm thương mại nơi có thể tìm thấy tất cả mọi loại hàng hóa. Ở đó có cung điện của Long Vương, và người ta có thể nghe âm thanh của tù và làm bằng vỏ ốc. Đó là một nơi giàu sang và may mắn bỗng chốc gia tăng. Ở phía đông của khối đá ngọc nổi lên như một con sư tử chồm lên, ở góc trái nơi Thiên Ni, Nữ Thần Trường Thọ Cát Tường [Tserinma] sống, có một địa điểm yên tịnh mà Hành giả Yoga Repa, Milarepa, trú. Đó là chỗ các thần của vùng núi tuyết vây quanh, và rất nhiều đồng cỏ nơi đây người ta có thể tìm thấy nhiều dược thảo. Đó là chỗ của sự gia trì, nằm gần bờ Sông Lohida [Lodahan?] – nơi ẩn cư yên tĩnh của Thung Lũng Thuốc.

Vào năm Con Rồng Nước, trong khi Jetsun Milarepa đang tu luyện Yoga Dòng Sông, chỉ vừa qua khỏi nửa đêm ngày tám,

tháng đầu tiên của mùa hè, Mười Tám con Quỉ Lớn, dẫn tất cả yêu ma trong toàn Vũ trụ, đến tấn công để cản trở sự sùng mộ của ông. Với sức mạnh vĩ đại, chúng làm rung chuyển trái đất, biến đổi [hình dạng của] bầu trời, và làm phù phép. Trong bọn chúng có năm nữ quỉ ăn thịt người cực kỳ đáng sợ, hình dáng dã man, tự hiện thân trong một số hình dạng xấu xí và hung dữ làm phép phù thủy để làm cho Jetsun phân tâm khỏi thiền định. Do đó, Milarepa hát một bài hát "Kêu Gọi chư Phật và Đa-ki-ni làm Đạo Quân":

Con nguyện với Người, Đạo Sư trân quí,
Lho Draug Wa nổi tiếng với Ba Hoàn Thiện.
Con, đệ tử định mệnh, thành tâm xin nguyện với Người.

Cha từ Cõi Vô Sắc,
Nhìn thấy tất cả việc xảy ra.

Ở nơi yên tĩnh này trên đường đến sông Drin,
Con, Hành giả Yoga Repa Tây Tạng, ở sâu trong thiền định.
Những thị kiến, do tập trung Khí sinh ra [trong thân con] (1)
Làm vui và lôi cuốn con
Như một trò kỳ lạ!

Các ma và Thần trong Cõi Sắc
Tất cả tụ tập nơi này; không sót một ai.
Nổi bật nhất trong bọn chúng là năm nữ quỉ
Biến thành những hình dạng đáng kinh và gớm ghiếc.
Chúng đến để cản trở sự sùng mộ của con,
Và tìm cơ hội [để làm con phân tán].
Con thấy một nữ quỉ nhe răng như một bộ xương khô,
Và nhấc lên ngọn núi Tu-di;
Con thấy một con quỉ đỏ thè cái lưỡi nhỏ máu
Và hớp nước đại dương.
Con quỉ đáng sợ nhất xuất hiện trông giống Diêm vương, (2)
Đánh một cặp não bạt hình giống hai vầng nhật nguyệt.
Con thấy một nữ quỉ dính tro than nhảy múa

Trên các hành tinh và ngôi sao, trong khi nó lớn tiếng cười.
Con thấy một nữ thần xinh đẹp làm duyên,
Mà hình dáng cám dỗ cực kỳ nóng bỏng.
Với nụ cười quyến rũ và những nét làm say đắm,
Nàng lôi cuốn và quyến rũ nhất.

Cũng có những quỉ ác ôn khác,
Dang những cánh tay to lớn, mà không phô bày thân thể,
Chúng uốn cong cây rừng,
Ném tung đá, và lung lay trái đất.
Con thấy chúng đào hào ở Bốn Hướng [để vây hãm con];
Con thấy bốn tên khổng lồ canh giữ bốn biên;
Con thấy những ngọn lửa cháy khắp các cõi trời,
Và những cơn lụt nhận chìm cả Bốn Châu.
Bầu trời đầy dẫy những quỉ Phi-nhân
Với tiếng nói lớn làm nhức óc.
Chúng hét, "Đi! Đi! Ra khỏi chỗ này!"
Sai mưa bệnh dịch đáng sợ xuống,
Chúng cười, "Ha, Ha! Cái nền Trí Tuệ
của hắn đang sụp đổ!"

Khi những chướng ngại như thế giáng xuống con
Con nguyện với các Ngài, các Đạo Sư ân huệ của con
Và Phật Hộ Trì, những bậc ban cho thành tựu,
Con nguyện với các Ngài, Bha Wo
và Bha Mo Thánh Thiện (3)
Cư ngụ trong Cõi Thực Tại –
Con nguyện với các Ngài, những bậc Hộ Pháp,
bảo vệ khỏi tất cả mọi chướng ngại.
Những bậc có đại thần thông và
những đoàn quân hùng mạnh –
Bảo vệ, ủng hộ, và giúp con;
Gia trì cho con và tấn phong thân và khẩu của con;
Hãy tỏ ra giận dữ, nhe các răng nanh, và lộ bộ mặt
đáng sợ của các Ngài;
Cầu các ngài hiện ra trong hình tướng đáng sợ nhất.

Ô, các thần Cha Mẹ,
Hãy hiện ra hình tướng ma quái của Diêm Vương –
Là bậc kiêu hãnh nhất và ngạo nghễ nhất.
Con nguyện với các Ngài,
những Hung Thần trên thiên giới,
Hãy từ miệng các Ngài phát ra ánh chớp;
Với sấm gầm, "Hùm! Pai!" giữa những màn mưa.
Cười ngạo nghễ trong mười hai cách khác nhau,
Tiêu diệt hết lưới và bẫy của tất cả lũ quỉ ấy!

Cái chướng ngại thân như thế bị tiêu diệt bên ngoài;
Cái chướng ngại tâm như thế bị tiêu diệt bên trong;
Những điều kiện không thuận lợi như thế được biến đổi
Thành tu tập và giáo lý của Đạo Bồ-đề.
Xin hãy nhận chìm những ác quỉ này
trong những trận lụt của các Ngài.
Các Ngài có nghe con không, hỡi Yi-đam và các
Đa-ki-ni Thánh Thiện, tối thượng?

Jetsun hát như thế và nồng nhiệt khẩn nguyện với các Đạo Sư và Phật Hộ Trì [Yidam]. Trong thời gian đó, mười tám Thần và quỉ, bộ phận chính trong hàng địch thủ, nghĩ, "Phán đoán theo những lời hắn nói, thì hắn đã mất an tâm và bị chúng ta quấy phá. Chúng ta sẽ sớm có cơ hội [tiêu diệt hắn]. Ý nghĩ này làm chúng hài lòng, nhưng chúng vẫn còn không chắc về [mức độ] Chứng Ngộ và Giác Ngộ bên trong của Milarepa. Vì phân vân và nghi ngờ, chúng quyết định tấn công ông bằng nhiều lời sỉ nhục và đe dọa để trắc nghiệm sự thành đạt của ông trong Yoga. Vì thế, các Thần và quỉ cùng nhau hát một bài hát gọi là "Công Bố Các Chướng Ngại":

Ô, ông, người ca sĩ có giọng hát sâu xa,
Hát lớn tiếng và trữ tình
Giống như tiếng hum-hum của các hiền nhân Vệ-đà!
Ông, Hành giả Yoga, ở lại một mình trong am vắng,
Ông đã cầu cứu những đội quân của Trời và Đa-ki-ni,

Ông không phải là nhà tu đại khổ hạnh Repa ư?
Nhưng khi thân ông bị đoạt mất mọi trợ giúp
Ông sẽ bị lung lay và báo động.

Dù bây giờ ông ở trong cảnh hoảng sợ,
Hãy lắng nghe bài hát của chúng tôi, trong khi
chúng tôi lộ bộ mặt ôn hòa.

Rồng ngọc với cặp cánh vàng
Gọi là kẻ Trị vì Nam Lo.
Khi rồng bay lên trời, thấy dưới cánh
Một khu rừng tốt lành mọc trên dốc đá.
Được ôm ấp bởi những rặng núi tuyết,
Thung lũng Thuốc nằm trên cao nguyên.
Vào ngày thứ tám có điềm lành trong tháng âm lịch,
Tám chục ngàn kẻ gây rối loạn tụ tập nơi đây.
Bầu trời rợp bóng đoàn quân quỉ này.

Từ các đại Thiên và các ma hùng mạnh trong Vũ trụ,
Xuống đến các xà tinh nhỏ và thấp bò dưới đất,
Tất cả đều xuất hiện trong hình tướng phù thủy hung tàn.
Với huyền lực và ham muốn vô độ
Chúng ta đến khiến ông bối rối và làm ông đau đớn.
Mười Tám Quỉ Lớn là những người lãnh đạo;
Vệ binh trong Mười Phương là Mười Quỉ Tùy Tùng,
Chúng tôi còn có mười lăm Quỉ Con vĩ đại,
Và năm Nữ Quỉ Ăn Thịt độc đáo,
Chúng tôi còn có Nữ Quỉ Bha Mo;
Ăn thịt người và uống máu.
Nữ quỉ ấy sống bằng các mùi [hiến tế] và ăn đá cục.
Chúng tôi còn có Nữ quỉ Srinmo,
Có thể biểu diễn tất cả những hành động trên thế gian.
Chúng tôi, tất cả Thần và yêu ma tụ tập nơi đây,
Đã gieo hạt xúc xắc số mệnh trước khi đến.
Bói toán nói rằng, "Bây giờ đến phiên ông
Bị xẻ thịt, hỡi Hành giả Yoga."

Không có cách nào để ông chạy trốn!
Ông không có năng lực, không có tự do.
Chúng tôi đến để lấy mạng, hồn, và phách của ông
Chận đứng hơi thở của ông, và lấy thần thức
của ông khỏi thể xác,
Uống máu ông, ăn thịt ông và các Uẩn. (4)
Bây giờ đời ông đã đến hồi kết thúc –
Nghiệp của ông và tất cả công đức của ông đã cạn.
Bây giờ Diêm Chúa sẽ ăn ông,
Và sợi thừng đen của Nghiệp buộc chặt lấy ông.
Tối nay ông lìa trần giới.

Ông có hối tiếc những hành vi ông đã làm
trong đời này không?
Khi đoàn quân Diêm Chúa bắt ông,
Ông có chắc chắn trốn thoát,
Hay chuẩn bị chết không sợ hãi?
Ông có tin không rơi
Vào Ba Cõi Khốn Cùng?
Đây là điều chúng tôi hỏi ông.

Tối nay ông sẽ theo dấu chân chúng tôi;
Sứ giả do Diêm Chúa phái đến để dẫn ông đi.
Đáng sợ nhất là các Cảnh Giới Trung Gian u tối –
Bây giờ ông phải đi
Đến những nơi mới, không quen thuộc này.

Cho thân ông, ông có ai bảo vệ không?
Cho khẩu ông, ông có Ngựa Ước Mong không?
Cho ý ông, ông đã sẵn sàng đi đến các cõi khác chưa?

Ôi, Hành giả Yoga tội nghiệp, ông chẳng có
thân nhân và bè bạn,
Chỗ xa xôi này u tối, hiểm nguy,
Con đường cô đơn này khó và hiểm nghèo,
Vì ông phải một mình bước đi không bè bạn.

Ông không nên ở đây –
Ông nên khởi hành lập tức.

Các Thần và quỉ đã hát như thế. Lúc ấy Jetsun nghĩ, "Các ngươi quỉ, yêu ma và tất cả những ma quỉ hiện hình trong vũ trụ chỉ là những pháp thuật phù thủy của tâm ta; điều này đã được dạy rõ ràng trong các Kinh và Luận. Theo giáo lý như cam lồ, đã được Đạo Sư Thánh Thiện của ta chỉ ra rõ ràng, bản tánh của tâm là Tự Tánh Quang Minh, ở bên kia tất cả các cực đoan của những trò chơi chữ. Nó không bao giờ sinh cũng không bao giờ chết. Dù cho hàng vạn quân binh của Diêm Chúa vây quanh, và vũ khí mưa xuống trên nó, cũng không thể làm hại, hủy hoại, hay làm ô uế nó. Dù cho tất cả Phật trong Mười Phương và Ba Thời gom hết công đức lại, và chiếu những tia hào quang lên nó, cũng không thể làm nó sáng hơn; cũng không thể nhuộm màu nó hay tạo nó thành bản thể. Nó sẽ vẫn là nó, và không thể hủy diệt được nó. Thân như xiềng xích này của ta làm bằng những chấp giữ chủ khách, và được qui định sẽ chết. Nếu những Thần và quỉ này muốn nó, ta sẽ tặng nó cho họ. Tất cả cuộc sống là tạm thời và có thể thay đổi. Bây giờ ta đã có cơ hội để cho nó đi; nếu ta làm thế, ta sẽ làm một sự cúng dường xứng đáng. Nó thuộc về những ý nghĩ chủ-khách sai lầm mà ta thấy những cái bóng của Thần và ma bây giờ chúng hiện ra trước ta; nhận thức của cái gây khổ, cái bị khổ là mê hoặc như mây, sương mù, và ảo tượng lập lòe qua đôi mắt có khuyết tật. Các ảo ảnh mê hoặc này giống như những tấm mạng che mặt do những ý nghĩ dao động tạo nên, mà chúng sinh ra là do suy nghĩ theo thói quen phát xuất từ Vô Minh Căn Bản từ thời vô thủy trong luân hồi. Trong những ma ảnh này không có gì để sợ." Với ý nghĩ này trong tâm, Milarepa bắt đầu thâm nhập vào Cảnh Giới Chân Như. Một cách không sợ hãi, và với niềm tin không lay chuyển, ông hát:

Đây là nơi nổi tiếng gọi là Dinma Drin –
Một thị trấn cả người Ấn và người Tây Tạng đều đến,
Một thị trường nhiều thương nhân tụ hội.

Bà sống ở đây, Nữ Hoàng Thiên Giới.
Ôi, Ác phụ Tserinma của những Hồ Tuyết,
Tóc của bà tô điểm bằng tuyết núi;
Thêu trên váy của bà với tất cả vẻ đẹp,
Là những cánh đồng xanh tươi của Thung Lũng Thuốc.
Ở chỗ này, có sông uốn quanh.
Bây giờ có tám chục ngàn kẻ gây phiền phức tụ tập.

Từ cõi Trời Đại Tự Tại (5) bên trên,
Đến cõi Ma đói ở dưới –
Tất cả Thần và ma tụ tập nơi đây,
Hát những bài hát ngu xuẩn [để làm ta khổ và bối rối].

Trôi nổi trên bầu trời là những kẻ ăn hương,
Đồ thối nát, bọn giống người, và lũ đói,
Ma cà rồng, giống ăn thịt người, thứ làm hại người,
Xác chết sống dậy, và những quỉ Jung Po…
Ôi, hàng vạn quỉ không thể nghĩ ra được!
Khó cho ta nhớ được các tên!
Đặc biệt hung dữ trong bọn chúng
Là năm nữ quỉ ăn thịt người
Với ngôn ngữ thô bạo, nguyền rủa ta,
Và hét, "Mày sẽ chết! Mày phải [chết]!"

Bởi vì [là người] ta sợ chết,
Ta thiền định về Tâm Bất Tử,
Thâm nhập vào Cõi Bất Sinh.
Viên đá móng của nguyên tắc ta tu tập
Là tự giải thoát khỏi luân hồi.
Với tinh hoa của tất cả giáo lý này,
Ta thấy Tỉnh Giác rõ ràng, trần truồng, không bản thể.

Niềm tin của ta nơi cái Thấy là tính trong suốt của
dòng biến dịch;
Vì ta biết Tánh Không Quang Minh,
Ta không sợ sống hay chết.

Vì [là người] ta sợ Tám Điều Không Tự Do,
Ta thiền định về dòng biến dịch và những lỗi lầm Sinh Tử,
Và tự huấn luyện mình canh chừng Nghiệp Luật.
Rồi ta qui y [Tam] Bảo.

Qua thiền định liên tục về Tâm Bồ-đề
Ta nhổ sạch mãi mãi những cái bóng
Âm u của những ý nghĩ do tập khí.
Bất cứ cái gì xuất hiện trước ta,
Ta cũng thấy là hư huyễn;
Như thế ta không sợ Ba Đường Khốn Khổ.

Sợ hãi vì tính bất định của cuộc đời,
Ta phát triển kỹ năng trong tu tập Kênh-Khí.
Qua tu tập Chỉ Dạy Thiết Yếu
Về Ba Phép Luyện Tập Đồng Nhất, (6)
Ta đã kiểm tra sự hiểu biết của mình về
Sáu Nhóm [cảm quan].
Như vậy, ta chắc chắn thấy Pháp Thân,
Và tự đưa mình đến Thánh Đạo.

Vì tâm ta đã hoàn toàn thấm nhập
Trong Pháp giới vô vi,
Ta không hối tiếc cũng không sợ chết, ngay cả bây giờ.

Các ngươi, những Thần thế gian và quỉ ngu xuẩn
Ăn cắp sinh mạng của chúng sinh nam và nữ,
Hãy lắng nghe kỹ lời ta nói.
Thân người này, kết hợp bởi các uẩn,
Thì tạm thời, ắt chết, và mê hoặc.
Vì đến lúc ta phải vứt bỏ nó,
Ai muốn, bây giờ có thể lấy nó đi.

Mong sự cúng dường thân ta là tiền chuộc
Cho tất cả loài người và chúng sinh.
Mong sự cúng dường này là tặng phẩm

Vì lợi ích và sự gia trì của những cha mẹ của ta. (7)

Vì ta cúng dường thân này, của ta,
Với sự hiến tặng chân thành nhất,
Mong các ngươi thỏa mãn và an vui.
Ta hy vọng, qua hành vi đức hạnh duy nhất này,
Những món nợ và Nghiệp ta đã có
Từ thời vô thủy luân hồi
Mong tất cả được xóa sạch và cuối cùng an định.

Tâm chạy nhảy thì trống rỗng và không bản thể –
Ta thấy điều này rõ hơn lũ quỉ các ngươi.
Các ngươi nghĩ rằng ta sẽ dễ dàng sợ hãi
Khi các ngươi khởi dậy những đoàn quân quỉ
Từ Mười Tám Địa Ngục và các Giới [Lokas] để tấn công ta.
Nhưng ta là hành giả yoga về Tánh Không,
Thấy rõ ràng bản tánh của Vô Minh.

Ta không sợ các ngươi lũ quỉ –
Những giả tưởng do tâm phù phép,
Hiện ra nhưng không hiện hữu.
Ôi, màn kịch hấp dẫn làm sao,
Thật kỳ dị là bi kịch Sinh Tử!

Không chút sợ hãi trong tâm, Jetsun đã hát như vậy. Rồi ông kêu lên với bọn quỉ bằng những lời đầy sự thật này, "Từ thời vô thủy quá khứ cho đến bây giờ, tất cả chúng ta đều mang hàng vạn thân hình trong những lần hiện thành nhục thân trong quá khứ của chúng ta, chỉ có thể so sánh với tổng số những hạt cát trong Vũ trụ. Tuy nhiên, chúng ta hiếm khi sử dụng những thân tướng này cho mục đích nào xứng đáng. Thay vì, chúng ta đã lãng phí bằng cách làm những việc vô nghĩa [lặp đi lặp lại nhiều lần] như vậy mà tích lũy càng lúc càng nhiều các uẩn và đau đớn. Nếu bọn Thần và quỉ các ngươi thích lấy thân ta, kết hợp bởi Bốn Đại, các Uẩn thế gian, và đầy ba mươi hai thứ bẩn thỉu, ta có thể cho các ngươi ngay bây giờ. Sao lại không chứ? Hơn

nữa, tất cả chúng sinh trong Sáu Nẻo hoặc là cha hoặc là mẹ của ta. Để trả hết những món nợ mà ta thiếu họ. Bây giờ ta cho đi thân ta, từ đầu đến các ngón chân – mười hai chi, gồm cả đầu, năm cơ quan, năm bộ phận chính, và sáu phần bên trong, thịt, xương, các bàn chân và mỡ, não và vỏ não, chất nhờn và máu, tóc và móng tay, da và bụi bẩn, hơi thở, sự sống, tinh dịch, và sinh lực – bây giờ ta tặng tất cả cho các ngươi. Muốn bất cứ bộ phận nào, các ngươi có thể lấy đi và thưởng thức. Ta hy vọng, qua công đức hiến tặng thân ta này, từ đây về sau tất cả những quỉ ma ác hại sẽ được vơi đi thù hận và ác ý trong lòng. Hãy để cho Công Đức này biến thành hạt giống đại bi của họ, và cầu mong nó mãi mãi lớn lên trong tim họ! Cầu mong hạt giống bi tâm này, kết hợp với dưỡng chất Trí Bẩm Sinh, giải phóng tất cả các quỉ vĩnh viễn thoát khỏi sự ác và cay đắng. Cầu cho các ngươi trở nên rất nhân từ và tử tế. Bây giờ ta hiến tặng Công Đức này như một lợi ích cho tất cả chúng sinh, vì an lạc hoàn toàn, điều thiện, và sự hài lòng của họ."

Nghe những lời nói ước nguyện của Milarepa, tất cả Thần và quỉ [cảm thấy rất hối hận], và trở nên rất kính trọng ông. Chúng ngừng thi triển những pháp thuật phù thủy thù nghịch và ở đó một cách hòa bình. Năm Đa-ki-ni ăn thịt cực kỳ hung dữ, đã hiện ra những hình tướng đáng sợ như thế, tuyên bố, "Sự thực ông không có sự ràng buộc hay quan tâm nào cả vì thân ông, thật là kỳ diệu! Chúng tôi không đến đây với nhiều thù hận và thực quyết tâm hại ông. Chúng tôi chỉ đến để trắc nghiệm sự Chứng Ngộ và hiểu biết của ông. Nói chung, tất cả những chướng ngại bên ngoài do các quỉ tạo ra tùy thuộc vào những ý nghĩ chấp trước bên trong. Lúc đầu khi đến, chúng tôi thấy ông tỏ ra nhiều e sợ, và nghe ông cầu cứu chư thần và Đa-ki-ni. Thấy vậy, chúng tôi nghĩ ông có thể vẫn còn những sợ hãi và ham muốn trong tâm. Do đó, chúng tôi đã đe dọa và chế nhạo ông bằng những lời xúc phạm. Nhưng khi nghe những câu đối đáp thành thật và đầy tin tưởng của ông, chúng tôi hối tiếc vì đã làm sai. Từ nay về sau, bất cứ khi nào ông lâm vào cảnh nguy hiểm hay thấy tâm mình cuồng chạy, ông nên thiền định về Tự Tánh của Tâm trong thể cách không cố gắng. Rồi chắc chắn ông

sẽ chế ngự được tất cả mọi chướng ngại. Bằng cách làm như vậy, ngay cả trong tất cả Đại Thiên Thế Giới, từ [Trời] Phạm Thiên đến trần giới, dù có rung chuyển hay đảo ngược, ông cũng sẽ không bị sợ hãi hay choáng ngợp." Tặng Jetsun lời khuyên đẹp này, năm nữ quỉ không chừng mực này từ trời cao cùng nhau hát:

Ôi, đại Hành giả Yoga Repa,
Bởi vì công đức tích lũy
Ông đã được sinh ra trong thân người.
Ông rất tài năng, và được ban cho
Những điều kiện nhàn nhã và thuận lợi.
Khi thời gian vui chín muồi để thực hiện
Những ước nguyện đã lập trong các đời quá khứ,
Ông đã tìm được lời dạy của thánh Pháp,
Như vậy khiến cho ông có thể tu tập sùng mộ.
Ông là một người tốt, một thượng nhân,
Trong khi chúng tôi chỉ là những sinh vật thế gian hạ đẳng.
Trí thông minh của chúng tôi thì nhỏ, mà vô minh thì lớn;
Chúng tôi sinh ra trong hình tướng đàn bà hạ đẳng.
Có ít công đức,
Chúng tôi từng chăm sóc những ý nghĩ ác độc;
Bởi vì những hành vi đầy tội lỗi, chúng tôi phải
du hành trên bầu trời.
Vì có thể ông không hiểu được những gì
chúng tôi nhận thức
Qua những lời khó hiểu này,
Sẽ được giải thích trong các ngụ ngôn.

Tâm của ông thì sâu thẳm
Nhưng hãy nghe trong tư thế Thủ Ấn [Mudra],
Và lý giải về những gì chúng tôi hát.

Ở phương Đông, nơi cổng điềm lành Trung quốc,
Một nữ nhân Trung Hoa dệt một tấm lụa;
Nếu nàng không mắc lỗi lầm

Qua tán gẫu với chị em,
Ngọn gió bên ngoài sẽ không làm hư tác phẩm.
Vì thế, dệt với sự quan tâm
Là có tầm quan trọng lớn.

Ở phương Bắc, là xứ sở của những người Mông cổ;
Bộ đội hùng mạnh của họ nhanh nhẹn trong chiến đấu.
Nếu trong nước không có sự phản loạn xảy ra,
Họ không sợ ngay cả lính của Vua Gesar. (8)
Do đó, cai trị dân tốt và khôn ngoan
Là có tầm quan trọng lớn.

Ở phương Tây, nơi cổng vách đá của Vua Tazee [Ba Tư]
Là cổng mật hiệu,
Có hình dáng giống như cái vỏ sò có thịt;
Nếu những cái chốt thép rèn bên trong không gãy,
Không đạn đại bác nào bên ngoài có thể làm nó tan hoang.
Do đó, buộc chặt phần trong
Là có tầm quan trọng lớn.

Ở phương Nam, là xứ Nepal, miền đất của đá tảng
và sấm sét.
Nếu người bản xứ với chiếc búa của họ
Không chặt đứt cây chiên đàn chữa bệnh,
Người Mon xâm nhập sẽ không làm tổn thương chúng.
Bảo trì khu rừng ấy giữa những người đồng hương
Là có tầm quan trọng lớn.

Ở nơi yên tĩnh này gần sông Drin
Ông, Milarepa, thiền định đúng cách.
Nếu ý nghĩ về quỉ
Không bao giờ nổi dậy trong tâm ông,
Ông không cần sợ những đám quân quỉ vây quanh.
Quan trọng nhất là thuần hóa tâm ông bên trong;
Đừng chấp chứa nghi ngờ nào trong đó,
Ôi, Hành giả Yoga khổ hạnh.

Trên những ngọn đồi Tự Tánh Pháp Không
Ông nên bảo vệ thành trì Chánh Định kiên cố.
Nếu ông mặc y phục Tâm Bồ-đề
Và cầm lưỡi kiếm Trí-Bi,
Quân đội của Bốn Quỉ không thể đả thương ông được.
Nếu ông không chấp chứa suy tư chủ khách,
Không quỉ nào có thể hại ông.
Dù cho ông bị các đoàn quân của Diêm Vương vây hãm,
Chúng cũng không đánh bại được ông!

Những hấp dẫn và quyến dụ
Trong thế giới bên ngoài rất to lớn;
Sự hôn trầm và tán loạn
Bên trong đầy quyền năng;
Phiền não và ràng buộc theo ông như cái bóng.
Dù cho ông có thể thâm nhập Trí Siêu Việt,
Cũng vẫn còn là khó chinh phục cho ông
Những huyễn ảnh về quỉ và ma bên trong –
Cực nhanh chóng và tinh ranh là những Nhamdog này. (9)
Trên con đường dốc đứng sợ hãi và hy vọng
Chúng nằm mai phục
Với dây thừng và bẫy sập,
Chờ cơ hội để bẫy ông.
Người lính gác cẩn mật,
Do đó, nên cho canh gác,
Để canh chừng thành lũy bên trong!

Bài hát êm dịu này với bốn
Ngụ ngôn và năm ý nghĩa,
Quí như ngọc.
Một tấm gương sáng tỏ,
Chiếu sáng tâm ông.
Xin hãy nghĩ về nó với tất cả chú tâm,
Ôi, Hành giả Yoga thiên phú!

Lúc ấy Milarepa đáp, "Như thường lệ, tất cả những quỉ và Thần gây phiền nhiễu ở thế giới bên ngoài là những tạo vật của những ý nghĩ mê hoặc của [tâm] chấp trước và tưởng chúng là thật. Những gì các người nói có thể tất cả rất đúng. Tuy nhiên, chúng tôi những hành giả yoga không xem vật chướng ngại hoàn toàn là xấu và nguy hại. Bất cứ hình tướng và ảo ảnh nào các quỉ có thể dùng pháp thuật tạo nên, chúng tôi cũng chấp nhận như những điều kiện giúp ích và tặng vật ân huệ. Giống như tiếng quất của roi ngựa, những chướng ngại vật ma quỉ này là những kích thích rất tốt cho những người mới bắt đầu biếng nhác. Một cú kích động bất ngờ chắc chắn làm cho sự tỉnh giác trở nên sắc bén. Cũng vậy, những chướng ngại vật ma quỉ này chính là nguyên nhân sẽ giúp cho thân và tâm trong sùng mộ, và làm cho Định phát sinh nhanh chóng; đối với những hành giả yoga thượng đẳng đã đạt được sự ổn định trên đường Đạo, những chướng ngại vật này trở thành dưỡng chất cho Trí Tuệ. Những chướng ngại như thế cũng sẽ làm sâu hơn độ trong sáng của Ánh Sáng Tỉnh Giác và cải thiện Định bên trong. Qua chúng, Tâm Bồ-đề tối thượng sẽ khởi dậy, như thế khiến cho hành giả yoga đạt đến sùng mộ tốt hơn theo cách tiến bộ nhanh chóng. Hôm nay tôi đã chứng kiến sự kiện mà tất cả các Thần và quỉ đã trở thành những vị Hộ Pháp. Nhờ công đức thấy những Hộ Pháp này như là Hóa Thân của Phật, tôi sẽ đạt được nhiều thành tựu. Như thế tôi đã chuyển hóa chướng ngại thành trợ lực cho sự phát triển tâm linh và biến ác thành thiện. Bây giờ tất cả Nhamdog – những ý nghĩ phân tán, hư huyễn, và nhầm lẫn – hiện ra như là chính Pháp Thân. Như vậy các vị đã cho tôi tất cả sự trợ giúp [cần thiết] cho sự sùng mộ trên đường Đạo. Chừng nào, cái Tối Hậu, hay chân tánh của chúng sinh còn được quan tâm, thì chẳng có Phật cũng chẳng có quỉ. Kẻ nào tự giải thoát mình khỏi sợ hãi và hy vọng, ác và thiện, sẽ nhận ra bản tánh không bản thể và không nền tảng [của ý nghĩ]. (10) Rồi Sinh Tử sẽ hiện ra chính là Đại Thủ Ấn [Maha-mudra]; tất cả những ý nghĩ hỗn loạn, phân tán sẽ biến mất trong Pháp giới – cái gọi là Pháp Thân không tụ hội cũng không phân ly."

Jetsun lại giảng giải những điểm ấy như sau:

Trên trần gian này, đất của những Bậc Chiến Thắng,
Có lần một vị Thánh đã sống, được biết như vị Phật thứ hai;
Danh tiếng của Ngài đã được nghe khắp Mười Phương.
Với Ngài, viên Ngọc trên đỉnh Lá Cờ [Pháp] vĩnh viễn
Tôi đảnh lễ và cúng dường,
Ngài không phải là Thánh Sư, Medripa vĩ đại sao?

Trên tòa Sen của Medripa
[Sư Phụ của tôi] để tâm nương tựa;
Người uống nước cam lồ của trời
Với cái Thấy tối thượng của Đại Thủ Ấn;
Người đã thấy được Chân Lý bẩm sinh trong
tự tại hoàn toàn.
Người là bậc tối thượng, Jetsun Marpa.
Không bị lỗi lầm hay xấu xa ô nhiễm,
Người là Hóa Thân của Phật.

Người nói: "Trước khi Giác Ngộ,
Tất cả sự vật của thế giới bên ngoài
Là lừa dối và lầm lẫn;
Bám vào hình tướng bên ngoài,
Như thế người ta luôn vướng kẹt.
Sau khi Giác Ngộ, người ta thấy tất cả sự vật và đối tượng
Chỉ là những trò chơi hình bóng ảo thuật,
Và tất cả sự vật khách quan
Trở thành bạn bè hữu ích.
Trong Pháp Thân vô vi, tất cả đều thanh tịnh;
Không cái gì hiện ra
Trong Cõi Chân Lý Tối Hậu."

Người nói: "Trước khi Giác Ngộ,
Tâm-thức (11) luôn luôn chạy bên trong
Bị nhốt trong mù quáng lầm lẫn
Là nguồn của phiền não, hành động, và ham muốn.
Sau khi Giác Ngộ, nó trở thành Trí Tự Quang Minh –

Tất cả công đức và đức hạnh phát sinh từ đó.
Trong Chân Lý Tối Hậu, ngay cả Trí Tuệ cũng không có;
Ở đấy người ta nhập vào Cõi Pháp tận cùng."

Thân xác này
Được xây bằng Bốn Đại;
Trước khi đạt Giác Ngộ,
Tất cả bệnh tật và đau khổ từ đấy mà ra.
Sau khi Giác Ngộ, nó trở thành Thân hai-trong-một
Của Phật trong suốt như bầu trời không mây!
Như vậy, đã nhổ rễ là những chấp trước căn bản [Sinh Tử].
Trong Chân Như, không có thân nào cả.

Những quỉ độc ác nam và nữ
Tạo ra hàng vạn phiền phức và chướng ngại,
Dường như là thực trước khi người ta Giác Ngộ;
Nhưng khi thực sự nhận ra bản tánh của chúng,
Chúng trở thành những vị Hộ Pháp,
Và nhờ chúng [tự nguyện] trợ giúp
Người ta đạt được nhiều thành tựu.

Trong Chân Lý Tối Hậu, không Phật cũng không quỉ;
Người nhập vào đây Cảnh giới Pháp tận cùng.
Trong tất cả các Thừa, giáo lý tối hậu
Chỉ thấy trong Mật Điển.
Trong Phân Bộ Tối Cao của Mật Điển có nói:
"Khi các yếu tố khác nhau tụ hội trong các Kênh,
Người ta thấy các hình tướng quỉ xuất hiện.
Nếu không biết chúng chỉ là
Những thị kiến do tâm tạo, và tưởng chúng là thật,
Quả thật là ngu xuẩn nhất và khờ dại nhất."

Trong thời quá khứ, bị che lấp trong chấp trước mù lòa,
Ta đã mon men trong cái hang nhầm lẫn,
Cho rằng các thần từ thiện và
Lũ quỉ ác độc là có thật và tồn tại.

Bây giờ, qua ân huệ và sự gia trì của Bậc Thánh Thiện
Ta chứng ngộ rằng cả Sinh Tử và Niết Bàn
Là không phải có cũng chẳng phải không;
Và ta thấy tất cả hình tướng là Đại Thủ Ấn.

Khi nhận ra bản tánh không căn nguyên của vô minh,
Tỉnh giác trước kia của ta, bị mây ám và không ổn định
Giống như ảnh phản chiếu của mặt trăng trong nước
sóng lăn tăn,
Trở thành trong suốt như thủy tinh ngời sáng.
Sự sáng chói của nó giống như ánh mặt trời,
không có mây che,
Ánh sáng của nó siêu vượt tất cả các hình tướng mù lòa,
Vô minh và lầm lẫn như thế biến mất không dấu vết.
Đây là chân lý ta đã kinh nghiệm bên trong.

Lại nữa, chính khái niệm ngu ngốc "các quỉ",
Là vô căn cứ, trống rỗng, nhưng chiếu sáng!
Ôi, đây quả thật kỳ diệu và tuyệt vời!

Bằng cách này, Milarepa đã biểu hiện sự vâng theo trung thành những chỉ dạy của Đạo Sư của ông và kiến giải quyết định của ông về Pháp. Vì thế, mười tám Đại Quỉ, các Thần và ma khác đều tỏ lòng kính trọng ông sâu xa: "Ngài là một hành giả yoga đã đạt đến giai đoạn ổn định. Không ý thức được điều này, chúng tôi đã đến lăng nhục ngài và tạo nhiều phiền phức cho ngài. Bây giờ chúng tôi cảm thấy rất hối tiếc. Vì vậy, chúng tôi sẽ theo tất cả những yêu cầu của ngài và phục vụ ngài." Lập lời thệ nguyện như vậy, vô số quỉ ma quỉ lạy trước ông giống như bùn văng lên và rơi xuống trong mưa lớn. Rồi các Thần và quỉ tất cả trở về nơi cư ngụ riêng của họ.

Đây là câu chuyện làm cách nào đại Repa, Kim Cương Cười [chỉ Milarepa] không thể diễn đạt, gặp năm Đa-ki-ni thế gian, và đáp lại [những cuộc tấn công của họ] trong bài hát. Câu chuyện này do Bodhi Radsa, Sư của Ngan Tson, kể lại theo trí

nhớ không thể sai lầm của câu chuyện nguyên thủy. Chuyện được viết theo thể thơ gọi là "Xâu Chuỗi Ngọc."

Chú Thích Chuyện 28

(1) Theo Mật Giáo (Tantrism), đa số các thị kiến mà một hành giả yoga thấy trong thiền định phát sinh từ "sự tập trung" của một Khí [Prāna] đặc biệt, hoặc Khí của đất, nước, gió, hay lửa, trong một trung khu "tâm thần" nhất định của thân.

(2)Yamantaka (T.T.: gCin.rJe.): một trong những hung thần dữ nhất trong Mật Giáo, tột bực của cõi Yama, Diêm vương.

(3) Bha Wo và Bha Mo (T.T.: DPa. Wo, DPa.Mo.): người sau xuất hiện trong bản văn Tây Tạng ở đây là "Dakima." Bha Wo và Bha Mo là những thần nam và nữ, đặc biệt kết hợp với giáo lý và tu tập của Mật Giáo.

(4) Các Uẩn (Skandhas) hay Năm Uẩn: năm thành phần tạo thành một người, tức là, sắc, thọ, tưởng, hành, và thức.

(5) Trời Đại Tự Tại (T.T.: lHa.dWan.Phyug.): Trời Ishvara

(6) Ba Phép Luyện Tập Đồng Nhất: đồng nhất tâm với hóa thân, với thân, và với Pháp Thân.

(7) Vì một người đã sinh ra với thân trong vô số thời kỳ và ở mọi bình diện, và trong mỗi hiện thân phải có cha và mẹ, như vậy y đã tạo mối liên hệ cha mẹ một cách không thể tránh được với tất cả chúng sinh. Vì niềm tin quyết về mối quan hệ thân thuộc này của tất cả chúng sinh mà Tâm Bồ-đề và Đại Bi của Bồ-tát phát khởi.

(8) Gesar (T.T.: Ge.Sar.): Tên một ông vua truyền thuyết của Tây Tạng thời cổ đại mà những cuộc phiêu lưu lãng mạn và văn chương, cũng như những thành đạt về quân sự và tôn giáo của ông, là nguồn cảm hứng và tưởng tượng cho tâm hồn người Tây Tạng. Bộ *Sách của Gesar* (T.T.: rGyan.Drun.) là một anh hùng ca vĩ đại của Tây Tạng, có thể sánh với Mahabharata của Ấn Độ hay Iliad của Hy lạp. Nó là một trong những sách được yêu quí và đọc rộng rãi nhất ở Tây Tạng. Con số chính xác của những tập tạo nên sách này hầu

như không thể quyết định được bởi vì có nhiều dị bản và ấn bản của nó. Nhưng nói chung, người ta tin rằng có khoảng chừng 15 tập lớn, tổng số hơn một triệu chữ. Những người hát rong chuyên nghiệp của Tây Tạng mà kiến thức của họ chứa hầu hết toàn bộ cuốn sách vĩ đại này, được gọi bằng tiếng Tây Tạng là "những người lang thang kể chuyện Vua Gesar."

(9) Nhamdog, ở đây, ám chỉ những hình thái hay thay đổi và bất thường của tâm. Cũng xem Chuyện 4, Chú thích 4; và Chuyện 1, Chú thích 12.

(10) Đoạn này dịch theo nghĩa đen là: "Sự bối rối không có nền tảng hay bản chất" (T.T.: hKhrul.Pa.gShi.Med.).

(11) Ngữ cú "Yid.Gyi.rNam.Ces.", trong nguyên tác, có tính cách trùng lặp. Vì thế nó được dịch ở đây là "Mind-consciousness," hay "Tâm-thức."

29. SỰ CẢI HÓA CỦA NỮ THẦN TSERINMA

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Tán dương bằng trang nghiêm
Hóa Thân của Như Lai
Là Bậc Tối Thượng, dịch giả Marpa.
Từ nơi mặt của Ngài
Chảy dòng suối cam lồ;
Từ Truyền Thừa Rỉ Tai
Sinh ra bậc Bẩm Sinh.
Lớn lên từ Tịnh Trí
Là Ngài, Mila, Hành giả Yoga danh tiếng.
Với ngài, kính lễ chân thành nhất
Cha Repa.

... ...

Trên biên giới giữa Nepal và Tây Tạng, nơi vai trái của núi tuyết hơi mù, Nữ Hoàng Thanh Cao, dưới những đám mây vàng lờ lững là nơi được ban sự gia trì, Thung Lũng Thuốc. Gần bờ sông Lodahan [Lohida?] được xưng tụng, được một rặng đồi tuyết như pha lê vây quanh. Sống ở đó là Hành giả Yoga Repa danh tiếng, Mila, người giữ tâm vô biên thâm nhập giáo lý Tối Thượng Thừa, và kết hợp hoàn hảo trong Tâm Bồ-đề không giới hạn. Khi "Cực Lạc Đi Lên" (1) đến Trung Khu Cổ Họng Thích Thú, từ ngài Ca khúc Kim Cương (Varja) tự động phát ra. Được làn sóng ân huệ không gián đoạn gia trì, ngài đã chuyển hóa thức căn bản thành Trí Tuệ, và qua sự Điên Cuồng Mật Giáo (2) ngài đã chinh phục được tất cả quỉ ma. Ngài là hành giả yoga đại hùng lực.

Lặng lẽ thâm nhập tâm vào trạng thái bản nhiên của Pháp-Yếu, ngài có dịp chứng minh, với tâm đại bi, Tam-muội kết quả từ sự chinh phục các Đại, (3) lúc ẩn lúc hiện các thần lực hàng phục ác ma. Trong khi ở đó, vì lợi ích của những người thành tín cũng như các quỉ và Thần sùng mộ, ngài cũng thi triển nhiều kỳ tích thần diệu.

Vào đêm mười một của một tháng mùa hè, năm con Rắn Nước, năm cô gái dáng yêu kiều mỹ lệ đến [viếng] ngài. Họ chào mừng ngài và đi nhiễu quanh ngài nhiều vòng. Rồi họ nói, "Chúng tôi có đem đến cho ngài một ít kem làm từ sữa bò hoang [Ba men]." (4) Nói rồi họ dâng cho Milarepa một muỗng [lớn] làm bằng ngọc xanh đầy kem. Rồi từng người một ngồi nơi chân ngài và nói, "Chúng tôi năm cô gái xin ngài vui lòng nhận chúng tôi và cho phép chúng tôi lập Nguyện vì Bồ-đề trước ngài." Jetsun nghĩ, "Ta chưa từng thấy một cái muỗng nào quí và độc đáo như thế, trên thế gian cũng không có thức ăn nào sánh với món kem tuyệt diệu này! [Về các cô gái], cách quì lạy, cách đi ngược vòng nhiễu, và cách hành xử khác thường của họ chứng tỏ họ là những thiên nữ." Nhưng để tìm ra họ có nói sự thật hay không, Jetsun giả vờ làm ngơ đi. Ngài nhìn họ và hỏi, "Các cô là ai? Các cô từ đâu đến?" Và rồi ông hát đầy giọng điệu:

Vì nhiều đệ tử có định mệnh tốt,
Dorje-Chang Thánh Thiện, tinh yếu của Bốn Thân,
Vào thời của tranh biện và suy đồi,
Đã hiện nhục thân là Marpa Dịch giả,
Trong Xứ Tuyết Sơn, Bar Dha Na, (5)
Ở bắc Tsamlin.

Với tiếng sư tử gầm,
Ngài, Bậc Tối Thượng, cưỡi xe Tối Thượng Thừa.
Chỉ nghe tiếng nói của Ngài, người ta sẽ
Được cứu khỏi rơi xuống các Nẻo Thấp hơn.

Con khẩn nguyện Ngài, đại Marpa, vì những người tìm con–

Ban cho họ sự gia trì và thành tựu của Ngài.
Ôi Cha, với bi lực của Người,
Con nguyện cho tâm họ dễ dàng cải hóa,
Bên trong họ những nụ hoa Giác Ngộ nở ra.

Trong Tịnh Địa của Không
Chư Phật và các Con của họ cư ngụ.
Với bi tâm sáng ánh mặt trời của Người,
Xin hãy gửi hào quang của Người
Chiếu lên Đóa Sen Trí Tuệ
Trong tâm các đệ tử của Người,
Và khiến chúng nở hoa.
Nguyện cho chúng bao lấy nhụy
Của Bốn Vô Cùng phát triển hôm nay.

Ta có điều muốn hỏi các cô
Những cô gái đáng yêu đang ngồi bên trái của ta.
Điều ta muốn biết không có gì đặc biệt –
Chỉ nói ta nghe, các cô có phải là người,
Hay những thiên nữ trên trời?
Vì đây là lần đầu tiên ta gặp.

Ôi, các người, năm thiếu nữ hấp dẫn
Với thân hình đẹp và quyến rũ như thế,
Trong ánh sáng rạng ngời huyền diệu
Vẻ thanh nhã lôi cuốn của các cô
Làm vinh quang sắc đẹp chói lọi của các cô!

Ôi, các cô những cô gái từ cõi Trời,
Ai nhìn thấy các cô ở xa tựa như
Thấy trong sương mờ chiều xuống
Năm cô gái trẻ đang mua sắm trong thành phố.
Nhưng khi nhìn kỹ hơn,
Không thấy hình ảnh nào có thể tiếp xúc hay vững chắc.
Mà chỉ là cái bóng mập mờ.
Vì thế ta rất mơ hồ và bối rối.

Khi ta mạo hiểm trên đường,
Ta thấy các cô chạy như những viên ngọc lăn tròn,
Tíu tít chuyện trò, cười cợt.
Nhưng phía sau vẻ quyến rũ duyên dáng và mê hoặc,
Giống như sao mai chiếu sáng ở phương đông
Các cô dần dần phai nhạt.

Thấy các cô phân tán và hội họp, luôn luôn thành nhóm,
Ta ngờ rằng các cô là Thần hoặc là tiên.
Khi nhìn vào mắt các cô lấp lánh,
Không thể nhịn được mỉm cười!
Ta tự hỏi, "Phải chăng các cô là Đa-ki-ni huyền thuật?"

Phép nhiễu hành kính lễ của Phật Giáo
Thì từ trái sang phải,
Còn của các cô thì từ phải sang trái,
Vậy, các cô phải là Thần hay là tiên.

Cách thông thường để làm "Lễ Kính Bằng Mắt" (6)
Thì từ trái sang phải,
Nhưng cách của các cô thì từ phải sang trái,
Vậy, các cô phải là Thần hay là tiên.

Các cô lắc thân trên khi bái;
Trong mỗi chín lạy các cô hỏi sức khỏe ta ba lần;
Các cô gật và lắc đầu
Khi các cô làm "Lễ Kính Bằng Mắt" một lần;
Chỉ những thiên nữ mới quì lạy cách ấy,
Nhưng dù các cô có bắt chước, thì cũng chẳng
thực giống vậy!

Trong mỗi tám lạy các cô hỏi sức khỏe ta hai lần
Theo cách của tất cả các Thần;
Các cô quì gối xuống đất –
Cách thức kính lễ của các cô không thông thường.

Cái muỗng này làm bằng ngọc màu xanh
Với nhiều món trang sức bằng ngọc các cô đã cho ta,
Từ cõi Trời mà đến: không phải của thế gian này.

Ta từ xứ xa đến,
Đã đi qua nhiều đất khác nhau.
Ta đã ăn thức ăn nhiều loại
Đã thấy và nghe nhiều thứ lạ lùng.
So với những người khác, kinh nghiệm của ta
không ít mà nhiều hơn;
Nhưng cả đời ta chưa bao giờ nếm
Món kem ngon như vậy làm từ sữa bò hoang,
Đây là thức ăn từ cõi Trời,
Không phải là của thế gian này.

Những gì các cô nói, ôi các tiên nữ hạnh phúc,
Quả thật khiến [ta thấy] lạ,
Nhất là các cô yêu cầu muốn biết Tâm Bồ-đề.
Căn cứ vào niềm tin và yêu thích Pháp,
Trong các đời quá khứ, các cô phải có
Duyên sâu xa với Giáo pháp ấy.
Ta chỉ thấy hài lòng và thích thú nhất.

Hãy lắng nghe ta, hỡi những cô gái tốt.
Ta vẫn còn nhiều câu hỏi nữa.
Ta sẽ không nhận xét lầm,
Nhưng chỉ nói những lời thành thật.

Sáng nay các cô đã từ đâu đến,
Và chiều nay sẽ đi về đâu?
Nhà các cô ở đâu và thuộc dòng họ gì?
Các cô làm gì với huyền lực của các cô?
Huyền lực nào các cô có thể ban tặng?
Làm cách nào các cô biết được ta?
Có phải nghe người ta nói, hay đã gặp nhau lúc trước?
Chớ để sự ngần ngừ ngăn chặn lời nói của các cô

Hãy vui lòng trả lời ta với những lời thành thật.

Các tiên nữ đáp, "Ngài là Jetsun, bậc chí thượng. Trong các đời quá khứ của ngài, ngài ắt đã tích lũy nhiều công đức. Như vậy ngài đã có thể gặp được một Đạo Sư độc đáo và thành tựu. Với trái tim đầy Pháp như cam lồ, ngài đã nhận ra trọn vẹn sự ngụy biện và hư huyễn của những khoái lạc và ham muốn thế gian. Như vậy, đại từ bi đã phát sinh từ tận đáy tim ngài, và quyết tâm vượt qua dòng sông luân hồi cuồn cuộn, hiểm nguy đã thành. Qua những đại khó khăn và khổ hạnh, ngài đã sùng mộ tu tập Pháp. Đã làm chủ hoàn toàn Tam-muội sáng ngời bên trong, ngài đã đạt được đại thần lực bằng phương tiện mà ngài có thể thấy được những chuyện riêng tư và ý nghĩ của người khác [một cách rõ ràng và sống động] như ảnh phản chiếu trong gương. Mặc dù ngài hoàn toàn biết rõ về gia đình, dòng họ, và những thứ khác về chúng tôi, ngài vẫn giả vờ [không biết], và hỏi chúng tôi về những điều ấy. Chắc chắn chúng tôi sẽ vui vẻ nói sự thật với ngài. Đại Jetsun, xin chú ý tới chúng tôi chốc lát, và lắng nghe bài hát của chúng tôi." Rồi họ cùng nhau hát một cách du dương:

Vào thời đại buồn của Năm Ô Nhiễm này
Gần Pakshu ở Tây Tạng, quê hương
Của nữ quỉ mặt đỏ, đã sinh ra
Một nam nhân hiếm có trong Thung Lũng Tuyết,
Bị những ngọn đồi băng giá, ác hại vây quanh.
Không phải là đại Hành giả Yoga, Mila sao?

Bởi vì những hành vi xứng đáng trong các đời trước
Ngài đã gặp một Đạo Sư thành tựu,
Và đã được gia trì từ Dòng Truyền thần diệu.

Tắm trong dòng Suối Ân Huệ Cam Lồ,
Ngài đã chuyển hóa tâm ngài.
Như vậy ngài thấy tất cả khoái lạc và vinh quang
Như những bóng ma mê hoặc.

Đã từ giã thế gian này rất khó giã từ,
Ngài nhẫn nhục kiên trì trong sùng mộ
Không cho phép bất cứ điều gì phân tán tâm mình.
Vì vậy ngài đã trở thành một hành giả yoga thiên giới
Mãi ở trong Cõi Pháp Thân.

Trên bình diện "Lìa Xa Những Trò Chơi Chữ,"
Ngài có thể dùng Định Lực, biến hóa
Thành nhiều hình tướng –
Một phần thưởng để chinh phục tất cả các đại [nguyên tố].
Song, dù cho không có nó, ngài cũng chinh phục được
tất cả xấu xa.
Thấy những thần thông ngài thi triển,
Các đệ tử thành tín của ngài phấn khởi và xúc động;
Đầy kỳ thú, và lòng đầy hoan hỷ,
Tóc dựng lên và lệ tuôn trào.

Ôi, ngài là Jetsun, Viên Ngọc trên Vương Miện.
Với ngài, tất cả kính lễ và cúng dường nên thực hiện.
Ngài là Jetsun Yed Pa, (7) con của Phật,
Là nơi nương tựa của tất cả chúng sinh.

Chúng tôi, năm thiếu nữ đi trên không
Từ một bộ tộc không phải là người,
Bây giờ ngồi bên cạnh ngài,
Sinh trong hàng hạ đẳng và còn kém công đức.
Xin đại bi thương xót chúng tôi!

Từ những đám mây ân huệ của ngài,
Chúng tôi nguyện mưa cam lồ sớm rơi
Nhờ đó những phiền não dai dẳng – nguyên nhân
của tất cả xấu xa
[Trên thế gian] – sẽ được vơi bớt,
Và nụ quí – Tâm Bồ-đề tối thượng – sẽ nở hoa.

Ngài là bậc thầy của Yoga,

Hành giả Yoga trang nghiêm của các Hạnh Cấm.
Qua tu dưỡng tỉnh giác trong Định,
Ngài biết rõ tâm và các khả năng,
Dòng Truyền, và những mối quan hệ Pháp của
tất cả mọi người.
Mặc dù biết rõ không sai lầm,
Ngài giả vờ không biết, và hỏi chúng tôi.

Chúng tôi là Nu Yin, những nữ quỉ thế gian,
Ahdsihdharata là dòng họ của chúng tôi.
Chúng tôi là ma lang thang nơi mồ mả,
Những Đa-ki-ni thế gian, (8) làm ma thuật.
Chúng tôi có thể ban cho
Nhiều huyền lực và thành tựu.

Sáng hôm nay trong nhà ở cõi Trời,
Chúng tôi đã mở cổng mây,
Cưỡi ánh sáng mặt trời mà đến.
Chiều nay chúng tôi sẽ đi Ấn Độ
Để dự lễ tiệc ban phúc
Ở Nghĩa Trang Khu Vườn Mát.

Ở bên phải thung lũng này,
Được hóa trang giống như hình tam giác,
Là một núi tuyết cao.
Chúng tôi ở trên đỉnh núi chính giữa.
Vật trang trí trên nóc nhà chúng tôi
Là tấm gương nước đá giống thủy tinh
Phản chiếu ánh sáng mặt trời và mặt trăng.
Nằm nửa đường lên núi
Là cái hồ có hình bình cắm hoa;
Mây lượn bên trên mái
Nhà của chúng tôi, bên dưới là nền
Mãi mãi bao phủ sương mù.
Đây là Núi Tuyết Nữ Hoàng Thanh Cao,
Nơi nổi tiếng, nhà của chúng tôi.

Lúc trước chúng tôi đã gặp ngài vào mùa hè
Khi chúng tôi đến để làm hại và sỉ nhục ngài.
Nhưng ngài không chứa chấp giận dữ hay phẫn hận.
Đáp lại, ngài ban cho chúng tôi mưa Pháp,
Như thế, vì việc làm ác của mình, tất cả
chúng tôi đã hối hận.
Được nếm Pháp cam lồ của ngài,
Chúng tôi còn khát hơn và mong được uống nữa.
Vì vậy, hôm nay chúng tôi đến viếng ngài.
Bậc chí thượng ban cho nơi trú.

Chúng tôi nguyện ngài, bậc toàn hảo,
Cho chúng tôi dịu cơn khát và mãn nguyện
Những ước ao nơi suối cam lồ.

Lúc ấy Milarepa nói, "Trước kia các cô độc ác và phẫn hận. Các cô đã nhiều lần đe dọa ta bằng những hình dáng hung dữ, cố hại ta và chửi mắng ta. Nhưng ta đã nhận ra trọn vẹn rằng tất cả mọi hóa thân đều là vở kịch của tâm, và rằng Tự Tánh của Tâm thì sáng ngời nhưng trống rỗng. Do đó, ta không bao giờ có chút gì sợ hãi hay lo lắng về những chướng ngại mê hoặc do các quỉ tạo nên. Thấy điều này, các cô nên thành thật sám hối về sự hư hại mà các cô đã tạo ra cho người ta và những hành giả yoga sùng mộ. Với hối hận sâu xa, các cô nên sám hối tất cả những hành vi tội lỗi của mình và không nên vi phạm nữa, hay làm hại những người khác. Các cô trước hết phải lập lời thề vì điều này. Nếu các cô làm được như vậy, rồi ta có thể chấp nhận các cô và ban cho các cô lời nguyện thọ nhận Tam Qui và Khai Thị cho các cô Phát Tâm Bồ-đề. Hoặc giả, nếu các cô không tự khiến mình thành những nữ nhân phục vụ của Giáo lý thâm sâu và Giới Luật Tối thượng, thì sẽ giống như 'ném con bò yak vào vực thẳm', hay như 'lôi mũi người chết vào chỗ tiếc thương.' Bây giờ, hãy hết sức chú ý và lắng nghe bài hát của ông già này":

Vào buổi chiều cát tường này, gần đến nửa đêm,

Khi ánh sáng bạc sáng ngời ở phương Đông
Đuổi bóng tối trở lại qua bầu trời.
Ấy chẳng phải là ánh trăng lóng lánh,
trong suốt như thủy tinh sao?

Cưỡi trên hào quang lấp lánh – ngựa của các cô,
Các cô năm cô gái đến
Y phục quấn bằng những màn ánh sáng.
Các cô chẳng phải là năm Đa-ki-ni bị
trần gian trói buộc sao?

Gần bờ sông Lodahan
Là căn phòng nhỏ thích thú và yên tĩnh,
Nơi một nhà tu khổ hạnh điên rồ sống
Không biết sỉ nhục và xấu hổ.
Trần truồng, ông ta không biết mắc cỡ
Và không cảm thấy nóng hay lạnh.

Thâm nhập Tự Tánh siêu việt của tâm,
Không phân tán dù chỉ trong chốc lát,
Ông ta chiêm nghiệm bản tánh của Không.
Ông ta không phải là Mila, đại hành giả thiền định sao?

Các cô năm cô gái huyền thuật đã hát cho ta một bài;
Ta, Hành giả Yoga áo vải, hát đáp lại các cô.
Chúng ta đã chia xẻ vài lời nguyện và
Nghiệp trong quá khứ;
Đến bây giờ, các cô đã không biết điều này.
Hạnh phúc biết bao giờ đây các cô phải biết!

Vào gần cuối xuân năm ngoái
Các cô đã khiến tất cả ma và Thần
Đến đây làm khổ ta.
Khi những ngọn cờ trương ra
Và những quỉ binh kéo đến thành hàng,
Tất cả bốn đoàn quân tên lửa mưa xuống

Và cố hại ta bằng mọi cách.
Nhưng vì ta đã nhận ra
Rằng tất cả hình tướng chỉ là tâm,
Trong khi chính tâm là không tịch,
Ta không bao giờ sợ hãi
Bởi những cảnh bóng ma này.

Chỉ thấy các cô những kẻ tội lỗi đáng thương,
Niềm xót thương không thể chịu đựng, hoàn toàn
ở bên kia kiểm soát,
Đã tự khởi dậy trong ta.
Đáp lại, ta tưới lên các cô
Cơn mưa Pháp từ ái.
Như thế các cô được cải hóa
Trở thành đầy niềm tin, và sùng tín.

Đêm nay các cô đến như là năm thiếu nữ;
Một lần nữa với sắc đẹp sáng ngời
Vây quanh ta và lễ bái nhiều lần,
Tay xếp trên ngực
Để tỏ kính trọng chân thành.
Các cô hỏi ta vì Pháp, nói:
"Nguyện cho tụ hội và kết mây Tâm Bồ-đề,
Và mưa xuống chúng tôi cơn mưa cam lồ Pháp."
Vì các cô có niềm tin nồng nhiệt như thế
[Ta sẽ cho các cô giáo lý
Và như vậy là hoàn thành mơ ước của các cô].
Trên tòa sen ở đỉnh đầu ta (9)
Đạo Sư quí của ta ngự tọa –
Đại Dịch giả, Marpa vô song!
Giống như Báo Thân không tì vết,
Ngài ân huệ ngồi trên đầu ta.

Từ mặt trăng sáng ngời bi tâm dịu ngọt của Ngài,
Không mây che và chói lọi
Phát hào quang rực rỡ,

Chiếu lên tim của các đệ tử;
Và làm nở nhanh chóng
Đóa hoa súng của tâm họ.
Các cô những nữ phù thủy ảo thuật,
Có từng thấy những điều này?
Nếu không, là vì tội lỗi của các cô.
Như thế các cô nên sám hối, không đảo điên
Tất cả những gì mình đã làm sai
Từ thời vô thủy;
Hoặc các cô không bao giờ có thể nhận được giáo lý của ta
Và có thể rơi vào các Cõi khốn cùng một lần nữa.

Trước kia các cô độc ác và cay đắng
Khiến mình quen với những thói xấu xa;
Vì các cô có lời thề vô nghĩa,
Cũng không giúp gì cho Giáo Pháp.
Ai không tôn trọng Nghiệp Luật,
[Sẽ rơi] vào những Cõi Khốn Cùng đáng sợ.
Do đó, các cô nên chú ý
Ngay cả cái tội nhỏ nhất.

Kẻ nào không biết những lỗi lầm của khoái lạc thế gian,
Và từ đáy lòng y không từ bỏ chúng,
Không bao giờ có thể trốn thoát được nhà ngục luân hồi.
Y nên biết rằng thế gian chỉ là hư huyễn,
Và khổ công khắc phục những ham muốn của mình.

Nếu vì những việc làm sai trái
Của tất cả chúng sinh
Trong Sáu Cõi [Loka]
Một người giàu lòng thương xót,
Y sẽ tránh con đường Tiểu Thừa;
Với tâm đại bi
Y nên khó nhọc gắng sức thi đua với Bồ-tát!

Ôi, các Đa-ki-ni của Đạo Đại Thừa,

Nếu các cô có thể chấp nhận lời giảng dạy ích lợi này
Mà ta vừa truyền cho các cô,
Thì, anh em, chị em, chúng ta có thể cùng nhau
đi con đường Đạo.
Cuối cùng vào Tịnh Địa An Lạc.
Ở đó chúng ta sẽ hoàn thành tất cả công đức và điều thiện,
Chắc chắn, chúng ta sẽ gặp nhau một lần nữa.

Milarepa tiếp tục: "Chúng ta đang sống trong thời ô nhiễm. Suy đồi xấu xa nhiều khắp mọi nơi, người thì tham ăn, chứa chấp những ham muốn mãnh liệt và các ô nhiễm [Kleśas]. Đây là một thời rất khó cho người ta khắc phục tất cả những ham muốn của mình lập tức; do đó, nên tự xét mình, xem giới luật nào họ có thể giữ và sống với nó."

Lúc ấy các Đa-ki-ni nói với Milarepa, "Vâng, thật vậy, Thầy ạ. Chỉ vì ngài rất từ bi nên ngài đã giảng dạy cho chúng con chân lý về Nghiệp và kêu gọi chúng con chú ý đến luân lý và đức hạnh. Đây thật là tuyệt diệu, nhưng chúng con đã nghe loại giáo lý này trước rồi. Trong nghĩa trang lớn Sinhala, Đa-ki-ni Trí Tuệ, Nữ Thần Bảo Vệ Trái Đất xuất sắc, chẳng hạn người có Mặt Sư-tử Damala Richroma, Dumo Ngosungma, và nữ hành giả yoya thành tựu Bhina Betsa, đã giảng cho chúng con nghe về công đức và vinh quang của Tâm Bồ-đề. Chúng con đã nghe nhiều bài giảng về luân lý và giới luật. Vì thế, xin ngài chỉ đừng giảng cho chúng con những giáo lý [căn bản và sơ yếu] này. Về chuyện chúng con hiện ra các hình tướng ác và hung dữ trước ngài hồi trước, (10) ấy chỉ là làm một trắc nghiệm để quyết định sự chứng ngộ của ngài. Vì là những người bảo vệ Pháp, chúng con sẽ không làm bất cứ điều gì thực sự tổn hại đến con người. Nhưng bây giờ chúng con nguyện ngài cho chúng con [Giới Luật] để tu dưỡng Tâm Bồ-đề."

Jetsun đáp, "Sao lại không cho, vì các cô hỏi với lòng nhiệt thành? Dĩ nhiên ta sẽ cho các cô Giới Luật. Bây giờ, hãy chuẩn bị hiến vật cúng dường và Mạn-đa-la cho nghi lễ. Tuy nhiên, ta thích bảo các cô điều này: Ta không phải là người quan tâm đến của cải và khoái lạc thế gian, nhưng mỗi người trong các cô bây

giờ có thể cúng dường ta những thành tựu thế gian (11) của các cô, và cũng nói cho ta biết tên thật của các cô."

Vì thế, với nhiệt tâm to lớn và lòng kính trọng, các Đa-ki-ni ngồi thành một hàng chắp tay lại làm lễ cúng dường. Đa-ki-ni thứ nhất nói, "Con là người cầm đầu trong nhóm này. Con tên là Kiều Nữ Trường Thọ Cát Tường [Drashi Tserinma]. Bây giờ con cúng dường thầy phép thành tựu bảo vệ và gia tăng dòng họ con cháu." Đa-ki-ni ngồi bên phải của người cầm đầu nói, "Con tên là Kiều Nữ Mặt Xanh [Tingeyalzunma]. Bây giờ con cúng dường thầy phép thành tựu bói toán bằng tấm gương." Người ngồi bên phải của Tingeyalzunma nói, "Con tên là Nữ Nhân Giọng Tốt Được Tôn Phong [Jupan Drinzonma]. Bây giờ con cúng dường thầy phép thành tựu làm đầy lại kho tàng bằng ngọc." Đa-ki-ni ngồi bên trái người cầm đầu nói, "Con tên là Kiều Nữ Cõi Trời Bất Động [Miyo Lonzonma]. Bây giờ con cúng dường thầy phép thành tựu thắng được thực phẩm và thịnh vượng." Đa-ki-ni còn lại, ngồi bên trái của Miyo Lonzonma nói, "Con tên là Kiều Nữ Đức Hạnh [Degar Drozonma]. Bây giờ con cúng dường thầy phép thành tựu gia tăng gia súc."

Vì thế, Jetsun truyền cho họ từng người một lời dạy Qui y, Giới Luật, và tu dưỡng Tâm Bồ-đề Ước Mong và Hành Động, giải thích cho họ tổng quát và chi tiết. Do đó, các Đa-ki-ni huyền thuật rất hài lòng và cảm thấy hấp dẫn. Họ nói với Milarepa, "Mặc dù chúng con sẽ không thể tu tập các lời dạy này hoàn hảo theo cách thầy đã gương mẫu chỉ dạy, chúng con cũng sẽ không cố ý vi phạm các nguyên tắc này và sẽ không bao giờ quên ơn thầy dạy bảo." Rồi họ tỏ lòng cám ơn chân thành đối với Jetsun bằng cách khom mình xuống trước ông, trán đặt lên hai bàn chân ông, đi vòng quanh ông, và lạy trước ông nhiều lần. Rồi tất cả bọn họ bay vào bầu trời và biến mất nơi xa trong một làn ánh sáng rực rỡ.

Một buổi chiều cuối tháng, những con quỉ thù nghịch và kiêu ngạo của Tám Bộ đã đến trước kia, bây giờ cùng với con và đầy tớ của chúng trở lại gặp Milarepa. Cũng đến từ các vùng dưới là nhiều Đa-ki-ni thế gian xinh đẹp và duyên dáng [gồm cả

năm cô đã đến trước kia], mặc y phục rạng rỡ phất phới nhẹ nhàng trong gió nhẹ, và trang điểm bằng những vòng xuyến, dây chuyền bằng ngọc, và nhiều đồ trang sức bằng đá quí. Cùng với các tùy tùng, bạn bè kết giao, những ma quỉ phi-nhân này tất cả đến với Milarepa, đầy cả khung trời trước ông. Rồi họ bắt đầu làm mưa hoa lên ông, chơi tất cả mọi nhạc cụ, đốt nhang thơm, và cúng dường rất nhiều đồ ăn và thức uống. Họ nói, "Xin ngài kể cho chúng con kinh nghiệm Giác Ngộ Cuối Cùng của ngài – sự liễu ngộ tối hậu của tất cả chư Phật trong Ba Thời, và tột đỉnh tuyệt đối của đường Đạo. Xin dạy cho chúng con Chân Lý Tột Cùng của Pháp." Đáp lại sự thỉnh cầu của họ, Milarepa hát một bài gọi là "Liễu Ngộ Chân Như," trong đó ông hiển bày yếu tánh của Chân Lý Tối Hậu và Thực Tại Tối Hậu:

Trên biên giới của Tây Tạng và Nepal
Có Dinma Drin, thị trấn lạ kỳ.
Sống ở đó là Thần Y Dược, nữ nhân bảo vệ
của những người bản xứ.
Trên Núi Tuyết Nữ Hoàng sáng chói, sắc đẹp của đất này,
Cư ngụ ở đó là Kiều Nữ Trường Thọ Cát Tường –
Cô ta là nữ nhân với đầu tóc búi,
Đời cô ta lâu dài như kim cương.

Phía núi bên trái,
Mây phủ quanh năm,
Là những đồng cỏ và những rặng đồi tuyết phủ
Nơi dòng sông uốn khúc chảy nhẹ nhàng;
Gần bên cạnh là Thung Lũng Thuốc.

Với nhiệt tâm vĩ đại, Ta,
Hành giả Yoga Milarepa,
Thiền định một mình ở nơi yên tĩnh này.
Các ngươi, những con quỉ thế gian kiêu hãnh –
Những tên ăn trộm đánh cắp mạng sống
của những hành giả yoga –
Trước kia đã đến đây một lần để sỉ nhục và khinh bỉ ta,

Hôm nay trở lại.
Không phải các ngươi cùng một nhóm
Những kẻ trước kia đã làm khổ ta sao?
Cuối chiều hôm qua, gần lúc nửa đêm,
Năm thiếu nữ xinh đẹp đã đến đây.
Họ đã nguyện tu dưỡng Tâm Bồ-đề,
Cúng dường các phép thành tựu như ý,
Và rồi biến mất.

Đêm nay, trong khi trăng tỏ
Chiếu khắp trần gian yên tĩnh,
Các cô năm cô gái hấp dẫn, vui và hay đùa dỡn,
Một lần nữa đến đây.
Những tấm khăn choàng bằng lụa quấn trên
thân thể yêu kiều
Đu đưa và phất phới, những viên ngọc của các cô
Lấp lánh trong ánh sáng.
Các cô đã được trừ tà đến hoàn hảo,
Quyến rũ và đẹp nhất.
Với tiếng gọi của Nữ Thần Lãnh Đạo,
Các Thần và ma kiêu hãnh của Tám [Phân] Bộ
Cùng đến với các cô, đầy cả bầu trời.
Tất cả họ cúng dường ta thức ăn ngon,
Và chơi những điệu hấp dẫn như thế.
Vì các cô đã hỏi Chân Lý Tối Hậu và Giáo Lý Tột Cùng,
Các cô nên chú ý cẩn thận nhất, và hãy toàn tâm chú ý.

Chúng sinh trong Ba Vương Quốc
Có những Bồ-đề Phiền-não khác nhau. (12)
Trong đó có nhiều loại vị ngã
Và nhiều kiểu hành xử;
Chúng có hàng vạn cách bám vào bản ngã.
Tùy theo tâm của những kẻ vô minh,
Đức Phật nói, "Tất cả pháp đều hiện hữu."

Nhưng trong [cõi] Chân Như

Chính Phật cũng không hiện hữu, (13)
Không tu tập cũng không người tu tập,
Không Đạo, không Chứng Ngộ, và không các Địa [Bhumi],
Không Phật Thân cũng không Trí Tuệ.
Rồi cũng không Niết Bàn,
Vì những cái ấy chỉ là danh và niệm.
Vật chất và chúng sinh trong Vũ trụ
Ngay từ đầu đã không hiện hữu;
Chúng chẳng bao giờ hiện hữu.
Không Chân Lý, không Trí Bẩm Sinh,
Không Nghiệp, nên không quả;
Luân hồi cũng không tên,
Chân Lý Tuyệt Đối là như vậy đó.

Song, nếu không có chúng sinh, làm sao
Phật trong Ba Thời có thể xuất hiện?
Vì nếu không có nhân, sẽ không có quả.
Do đó, Phật nói, "Trong Tục Đế,
Tất cả pháp Sinh Tử và Niết Bàn đều hiện hữu."
Trong Chân đế, Hiện Thể và Không,
Hữu và Vô Hữu
Là giống nhau, là một "vị"! (14)
Không khác, như "đây" và "kia."
Tất cả các Pháp là hai trong một trong Đại Thể.
Những người giác ngộ hiểu được điều này –
Họ không thấy ý thức mà chỉ thấy Trí,
Họ chỉ thấy Phật, và thấy không chúng sinh.
Họ không thấy Pháp tướng, mà chỉ thấy Pháp Tánh.
Đại Bi tự phát
Tuôn ra từ tim họ.
Thần lực và đức hạnh của họ không bao giờ suy giảm.
Họ có tất cả công đức và thần lực ban cho như ý.
Họ chứng ngộ tất cả đức hạnh và Chân Lý.

Ôi, các ngươi ma và Thần tụ tập nơi này,
[Khi các ngươi đến gần giảng sư]

Các ngươi không nghe Pháp thâm sâu
Mà lắng nghe các thứ tà giáo;
Khi đến xứ Ahbhira,
Các ngươi không viếng những người Trí Tuệ
Mà chỉ đến nghe những kẻ chỉ dạy điên rồ.

Sói và cáo lang thang trong các nghĩa trang
Thì sợ hãi khi nghe tiếng sư tử rống.
Trong hội này nên có một người tài năng,
Qua nghe điều này, ta giảng,
Y sẽ được giải thoát đúng thời.
Bây giờ vui nhất là ta;
Mong sao các ngươi cũng vui và an lạc.

Sau khi hát bài này ông nói với khách viếng, "Đức Phật đã giảng dạy nhiều Pháp, thường được biết như là "Tám Ngàn Nhóm." Tất cả những lời dạy khác nhau ấy được ban cho những người khác nhau, tùy theo nhu cầu và căn cơ của họ. Tuy nhiên, [Chân Lý Tối Hậu chỉ là Một] và nơi đến cuối cùng [mà mọi con đường dẫn đến] là Một. Nền tảng duy nhất, tuyệt đối [của tất cả] này là chân tánh của hiện thể không thay đổi [không tác động, không tiếp xúc được]. *Chỉ hiểu Chân Lý này thôi, người ta sẽ không thể tự giải thoát mình. Y phải tiến hành trên đường Đạo. Chỉ như thế y mới thực sự chứng ngộ những gì y đã hiểu.* Tự Tánh của Con Đường là Hai-trong-Một Tánh Không-Bi Tâm, và mặc dù hàng vạn con đường hay giáo pháp khác nhau, tất cả đều dẫn đến Cảnh giới Hai-trong-Một của Trí Tuệ và Phương Tiện, hay sự giác ngộ tính không phân biệt của Hai Đế." (15)

Lúc ấy năm Đa-ki-ni đã đến với Milarepa đêm trước phát thệ nguyện về Tâm Bồ-đề, từ trong hội chúng đứng lên, và đứng về bên trái của Jetsun, cùng nhau hát một bài hát ca ngợi, "Chúng Con Thấy Công Đức của Ngài":

Bên dưới ánh sáng rực rỡ trên bầu trời
Những ngọn núi tuyết đứng ở phương Bắc.

Gần những núi này là những đồng cỏ cát tường,
Và Thung Lũng Thuốc phì nhiêu.
Giống chiếc trường kỷ vàng là cái lòng chảo hẹp,
Uốn quanh nó là dòng sông, sự gia trì của trái đất.

Vào thời kỳ ô nhiễm và suy đồi này
Ngài đã đến, Hành giả Yoga khổ hạnh, đầy kỳ lạ.
Thực phẩm ngài ăn là cam lồ Vô Niệm,
Thức uống ngài dùng là các phân tiết tự nhiên.
Trong tâm ngài, không có sỉ nhục hay xấu hổ;
Trong tâm ngài, không có gì sạch hay dơ.
Ngài hành động như người điên sống đời khổ hạnh.

Vì để trắc nghiệm khả năng của ngài,
Hè vừa qua chúng con đã đến bờ sông này –
Ở phía trái Núi Lashi –
Và thấy chính ngài trong rừng Sendentsema
Vui thú với các tiên hạ cấp.

Chúng con thấy ngài trong tấm gương dày bằng bạc,
Chúng con thấy các định lực và kỳ tích của ngài,
Chúng con thấy thân ngài biến mất trên bầu trời.
Bởi vì do những kỳ lạ này chúng con rất kinh ngạc
Nên giữa mùa thu chúng con trở lại.
Lúc ấy ngài đang thiền định trong động Tsonlung,
Nhập sâu trong Định. Chúng con bò vào,
Và thấy ngài đang mặc y phục mặt trời và mặt trăng
Và trên đầu ngài là vòng hoa quí.
Thân ngài lem luốc tro son,
Và trong tay ngài là lọng và cờ chiến thắng.

Chúng con thấy ngài cưỡi một con thú dữ, đang bay
Qua bầu trời và biến mất trên không.
Như vậy, chúng con không có cơ hội làm hại ngài.
Hè vừa qua chúng con lại đến để trắc nghiệm ngài,
Chủ ý là quấy phá sự thiền định của ngài.

Nhưng tâm ngài thì giống như biển cả,
Trong khi thân ngài thì lửa cháy.
Rắn độc uốn éo quấn quanh đầu ngài
Như một vương miện trang nghiêm.

Tựa vào lưỡi dao bén
Ngài ngồi trên ngọn giáo, trong tư thế hoa sen.
Chúng con thấy ngài chơi trên đầu quả banh
Ban cho như ý, và nuốt trọn một hòn núi.
Như vậy, chúng con cũng bị lôi cuốn và mơ hồ!

Ngài là hành giả yoga làm chủ Tâm Tỉnh Giác,
Và giống như Đế Thích, ngài có thể triệu gọi và giải tán
Thân của ngài và thi triển vô số thần thông.
Trong tâm ngài, không kiêu hãnh, không một ý nghĩ.
Ngài không nghi ngờ, về hy vọng và sợ hãi.

Ngài là hành giả yoga giống như sư tử,
Vì ngài không sợ và không nghi ngờ.
Ngài là hành giả yoga giống như voi lớn,
Vì ngài sẽ không bao giờ sợ vật chướng ngại nào.
Khi có người thấy ngài, tim y đầy hoan hỉ
Và lông trên thân y sẽ dựng đứng lên.
Chỉ tiếp xúc và nhìn thấy ngài,
Mọi chướng ngại sẽ không còn nữa,
Tất cả những hành vi vì người được thành tựu.

Ngài là Ngọc Như Ý,
Ngài là Hành giả Yoga, như chư thiên vĩ đại.
Vì ngài đã chứng ngộ "ở bên kia ngôn ngữ" có nghĩa là gì
Và sẽ không bao giờ lung lay vì ý nghĩ,
Ma quỉ không bao giờ có thể quấy rầy ngài được!

Khi chúng con thấy không thể làm hại ngài,
Dường như là chính mình tự chế diễu.
Như thế chúng con đã thay đổi thế đứng thù địch,

Biến ra những ảo cảnh kỳ lạ và thích thú cho ngài.
Ngài cũng giảng Pháp cho chúng con,
Và dẫn dắt chúng con đến Con Đường hòa hợp và Bình An!

Vào đêm cát tường ấy tháng vừa rồi
Ngài đã gieo nơi chúng con Hạt giống Phật.
Những cái nụ vô giá trong tim chúng con đã lớn.
Ngài là bậc thầy tối thượng cho đường Đạo
mà không ai có thể sai lầm,
Ngài là chỗ trú và qui y của tất cả chúng sinh.

Sau này, khi ngài đến Tịnh Địa Hoan Hỉ (16)
Là cung điện của Phật Mijurpa,
Tất cả chư đại Bồ-tát sẽ đến chào mừng ngài.
Các Đa-ki-ni bên trên, ở trên, và dưới đất,
Cùng với chư Thần có công đức
Cũng sẽ đến chào mừng ngài. Họ sẽ mang theo
Cờ chiến thắng và lọng vĩ đại
Và chơi nhạc du dương để chào mừng ngài.
Họ sẽ làm những vật tuyệt đẹp cúng dường ngài,
Chỉ đường cho ngài đến Tịnh Địa.
Hãy để chúng con, những người đã thấy
và đã nghe ngài giảng,
Cả nhân và Phi-nhân,
Tất cả trở thành kẻ phục vụ của ngài
Và theo ngài đến Tịnh Địa!

Họ hát như vậy, nói lên những ước muốn chân thành và bày tỏ sự ngưỡng mộ của họ.

Milarepa nghĩ, "Những Đa-ki-ni thế gian này rất kiêu mạn và không thể sửa đổi được. Họ vẫn còn phải khắc phục và giữ giới luật." Vì vậy ông nói, "Các cô gái xinh đẹp, thật là tuyệt diệu khi các cô có lòng tin và sự kính trọng như thế đối với ta, và đã bày tỏ lòng chân thành, ước mơ thuần khiết của các cô vì tương lai. Ta đã chỉ cho các cô Con Đường hướng về Phật quả, và ban cho các cô Giới Luật của Bồ-tát. Bây giờ ta sẽ cho các

cô những Lời Dạy và Giới Luật của Kim Cang Thừa, có nhiều phương tiện thiện xảo; là Con Đường đưa đến Phật quả dễ nhất, nhanh nhất, đa năng nhất. Bây giờ các cô nên chuẩn bị cúng dường, và cũng nạp cho ta tinh hoa của sự sống các cô."

Các Đa-ki-ni run lên với niềm vui lớn. Họ lập tức xếp đặt các vật cúng dường ở một phạm vi rộng lớn, quì lạy trước Jetsun, và nhiễu hành quanh ông nhiều vòng; cuối cùng họ dâng ông cuộc đời của họ. Rồi họ ngồi quanh ông như trước. Vì thế Milarepa ban cho họ lễ Khai Thị gọi là "Chứng Minh Tuệ Giác của Drolma," và lễ Khai Thị của Nữ Thần Kurukulla, cùng với lời dạy về Tụng [những lời của] Tự Tánh. Ông khuyên họ giữ giới luật nghiêm túc, và chỉ dạy họ quán tưởng Đạo Sư của họ ngồi trên đỉnh đầu họ trong tất cả thời gian. Ông dạy họ dù họ có gặp bất cứ khủng hoảng nào, tốt hay xấu, họ chỉ nên tìm sự hướng dẫn và trợ giúp nơi Tam Bảo. Không bao giờ đặt niềm tim của họ vào các thần tà giáo. Rồi Jetsun nói, "Các cô nên biết rằng thế giới bên ngoài, trong yếu tánh, đồng nhất với Cung điện ở Bên Kia Đo Lường của chư Phật; tất cả chúng sinh, trong yếu tánh, đồng nhất với chư Phật Hộ Trì [Yidam]. Gặp bất cứ ai, các cô cũng nên kính trọng và yêu thương. Không một giây phút nào các cô nên có một ý nghĩ độc ác và thù nghịch với ai, các cô cũng không nên chửi rủa hay làm ai đau đớn bằng bất cứ cách nào. Trong bất cứ hoàn cảnh nào và bất cứ lúc nào, các cô cũng không nên quên Niềm Tự Hào Ngã Phật." (17)

Lúc ấy năm nữ thần nói với Milarepa, "Ôi Jetsun, lời dạy của Mật Điển quả thực nhanh nhất, dễ nhất, và phong phú nhất trong tất cả mọi lời dạy. Chúng con rất biết ơn ngài đã ban những lời dạy ấy cho chúng con cùng các giới luật. Chúng con những chúng sinh bất tịnh đã bị sự suy nghĩ do tập khí đã cắm rễ sâu từ thời vô thủy luân hồi lèo lái. Chúng con những nữ nhân, nhất là, sinh ra trong hạ đẳng và trí thông minh thấp kém. Mặc dù chúng con không thể thực sự hiểu được những gì ngài đã truyền dạy, chúng con sẽ cố gắng hết sức để học và tu tập những điều đó. Mặc dù chúng con không thể nhận thức được rằng tất cả chúng sinh đều là Phật, chúng con sẽ không làm hại họ bằng bất cứ cách nào. Chúng con sẽ trợ giúp và phục vụ

những người theo Pháp, và sẽ cố gắng tối đa đặc biệt bảo vệ và giúp đỡ những người theo Dòng Truyền của ngài. Chúng con sẽ cung cấp cho họ tất cả những gì họ cần trong sùng mộ của họ và trợ giúp họ để họ có được những điều kiện thích hợp mà họ yêu cầu. Chúng con sẽ phục vụ họ như những người giúp việc của họ.” Thệ nguyện như vậy rồi, họ cúi đầu bái tạ Milarepa và nhiễu hành quanh ông nhiều lần. Rồi tất cả bọn họ biến mất vào bầu trời.

Đây là câu chuyện đại Hành giả Yoga bất khả diễn đạt Milarepa, Kim Cương Cười, đã gặp năm Đa-ki-ni thế gian, gồm cả người lãnh đạo của họ, Nữ Nhân Trường Thọ Cát Tường, như thế nào. Trong câu chuyện này cũng tìm thấy bài hát trả lời sự truy cầu của các Đa-ki-ni về nguyên tắc phát Tâm Bồ-đề. Sự kiện này đã được ghi lại bởi Repa Shiwa Aui tài năng, đức hạnh trên đỉnh Núi Cát Tường Tutin, bên trái chợ Dinna Drin. Để ghi lại câu chuyện này, Shiwa Aui đã cẩn thận và nhiều lần tham khảo, và thảo luận trực tiếp với Nữ Nhân Trường Thọ Cát Tường. Sau đó, Repa Shiwa Aui đã tự mình đến gặp Jetsun ba lần, Jetsun cũng chấp thuận và cho thêm một số tin tức cần thiết. Ở chỗ yên tĩnh, thích thú, và ban cho thành tựu đó, Rừng Công Đức của Ahom Chun, Shiwa Aui và Ngan Tson Dunba Bodhiradza, quan tâm đến sự lợi ích những người định mệnh trong tương lai, đã thành tín chép lại những lời của Jetsun mà không thêm hay bớt nguyên văn lời kể và các sự kiện. Lời văn tu từ và sắp xếp khéo léo [đáng được gọi là] Xâu Chuỗi Những Lời Sáng Chói Và Như Cam Lồ.

Chú Thích Chuyện 29

(1) “Cực Lạc Đi Lên”: Theo Yoga Cực Lạc -Tánh Không, một cực lạc lớn sẽ phát sinh nếu hành giả yoga có thể đưa lực sống của mình từ phần thấp hơn

của Kênh Giữa lên đến một vị trí cao hơn. Tột đỉnh của cực lạc này đạt được khi lực sống lên đến Xa Luân [Cakra] ở đỉnh đầu.

(2) Người ta nói rằng khi một hành giả yoga Mật Giáo đạt đến một giai đoạn Giác Ngộ rất cao, y nên tu tập Điên hay Hạnh Điên bằng cách hành xử như một người điên, để giải thoát mình hoàn toàn khỏi những ý nghĩ và thói quen theo ước lệ và như thế là đạt đến Giác Ngộ tối hậu và viên mãn.

(3) Nghĩa đen: "Tam-muội Tận Dụng Các Đại" (T.T.: Zad.Pa. hByun. Bahi. Tin.Ne.hDsin.): Làm chủ hoàn toàn thuật Thiền Định [Dhyana], người ta nói rằng hành giả yoga có khả năng làm các phép thần thông bằng cách vận dụng Khí [Prāṇa] theo nhiều cách khác nhau trong sự phối hợp thân tâm. Như vậy, y có thể che dấu hay biến hiện năng lực của mỗi Đại (nguyên tố) để biểu diễn hay vì mục đích đặc biệt.

(4) Ba men: bò hoang của Tây Tạng: Một số người nói rằng đây là một tên khác của bò yak Tây Tạng.

(5) T.T.: Bar.dHa.Na.: Đây dường như là một tên địa lý khác cho Tây Tạng.

(6) Từ Tây Tạng: "sPang.Phyag.", nghĩa đen, "kính lễ bằng mắt." Dịch giả cho rằng từ này chỉ một điệu bộ (mudra) nào đó của mắt được thực hiện với mục đích để tỏ sự kính ngưỡng. Cách hành lễ này có thể vẫn còn được dùng ở Ấn Độ, nhưng đã không còn nữa ở Tây Tạng.

(7) Yed Pa (T.T.: bShad.Pa.): Milarepa được Đạo Sư của ngài, Marpa, ban cho tên Yed Pa (Kim Cương Cười), khi ông được nhận lễ Khai Thị đầu tiên.

(8) Đa-ki-ni thế gian (T.T.: hJin.rTen.mKha.hGro.Ma.): Khandroma, hay Đa-ki-ni, những kẻ du hành trên bầu trời, thì không có gì thánh thiện hơn hay cao siêu đối với chúng sinh bình thường. Theo Tín ngưỡng truyền thống Tây Tạng, có hai loại Đa-ki-ni: một là hạng thánh thiện hay siêu việt, và hạng kia là thế gian. Tara, Dorje Paumo, v.v…, thuộc hạng trước, vì họ là những vị Phật giác ngộ viên mãn hóa thân trong hình tướng nữ nhân. Các Đa-ki-ni thế gian, chẳng hạn như Tserinma, vẫn còn bị những ham muốn và vô minh của luân hồi ràng buộc dù cho họ có các năng lực thần thông.

(9) Nghĩa đen: "…ở đầu trên của ba Kênh [Nādīs] của ta.

(10) Hồi trước: Xem Chuyện 28.

(11) Những thành tựu thế gian hay thế tục: những biểu diễn thần thông và các năng lực thần thông vẫn còn có bản chất sinh tử luân hồi..

(12) Bồ-đề Phiền-não (T.T.: HDod.Bahi.Byan.Chub.): Đây là một ngữ cú rất hiếm, ít khi thấy trong các Kinh Điển Phật Giáo thông thường. Nó có nghĩa đen là "Bồ-đề của Phiền não." Mặc dù theo nguyên tắc Mật Giáo, có thể được phép nói rằng đam mê và ham muốn (Kleśas) của con người, *trong yếu tánh*, thì đồng nhất với công đức và Trí Tuệ của Phật, nhưng nói rằng hai cái ấy tuyệt đối đồng nhất với nhau trong mọi khía cạnh là không đúng. Phiền-não-Bồ-đề, hay Bồ-đề của Phiền-não, hay Bồ-đề của các Nhiễm, do đó, nên được xử lý như một từ ngữ ngoại lệ phản ảnh một ý niệm đặc biệt nào đó của Mật Giáo bên ngoài khuôn khổ thông thường của Phật Giáo chính thống.

(13) Câu này như nó xuất hiện trong bản văn Tây Tạng là: "bGegs. Pas.Sans.rGyas. Nid.Kyan.Med." Dịch giả tin rằng "bGegs. Pas.," có nghĩa là "bởi vì các chướng ngại," là in sai, nếu không thì rất khó giải thích, và khó thích nghi trong văn mạch này.

(14) T.T.: Ro.gCid., nghĩa đen là "một vị." Dịch thoáng hơn là "nhất thể," hay "tính đại đồng nhất." "Ro.gCid." là một thuật ngữ được dùng rất rộng rãi trong văn học Mật Giáo, chỉ bản tánh tất-cả-đồng-nhất hay không-phân-biệt của chúng sinh.

(15) Hai Đế: Thứ nhất là Tục đế (T.T.: Kun.rDsob.bDen.Pa.), thứ hai là Chân đế (T.T.: Don.Dam.bDen.Pa.). Đế thứ nhất có thể dịch là "Chân lý có điều kiện, tùy thuộc, hay quyền biến," và Đế thứ nhì, "Chân Lý tuyệt đối hay tối hậu".

(16) Tịnh Địa Hoan Hỉ (T.T.: mNon.dGha.): cõi Phật Bất Động [Mijurpa] (T.T.: Mi.hGyur.Pa.; Phạn: Akṣobhyā): Một trong năm vị Thiền Phật, ngự ở phương Đông.

(17) Niềm Tự Hào Ngã Phật (T.T.: lHahi.Na.rGyal.): Trong tất cả mọi sinh hoạt hàng ngày của mình, một hành giả yoga Mật Giáo nên luôn luôn nhớ đến "cảm giác" Đồng Nhất Phật Hộ Trì mà y đã đạt được trong khi tu tập Yoga Phát Sinh. Yoga Đồng Nhất với Phật Hộ Trì được thiết lập để chuyển hóa tất cả những kinh nghiệm thực nghiệm thế gian vào một phẩm trật cao hơn có thể miêu tả như là tương ứng với phẩm trật của Phật Tánh toàn hảo. Như thế, trong tu tập Yoga này, hành giả yoga được dạy suy nghĩ và quán tưởng thân của y trở thành thân Phật, lời y là lời giảng của Phật, và ý nghĩ của y là Trí phổ hiện của Phật. Sự luyện tập thiền định "Đồng Nhất với Phật" cũng được gọi là "Phát khởi niềm Tự Hào Ngã-Phật."

30. NHỮNG CHỈ DẠY VỀ CẢNH GIỚI TRUNG GIAN

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Thần của chư thần,
Chủ nhân của các Đa-ki-ni,
Marpa đại Dịch giả –
Được các Đạo Sư của Truyền Thừa gia trì.

Viên ngọc tỏa ra những làn sóng ân huệ
Từ chiếc vương miện ngài luôn đội –
Được gia trì là ngài, đại Repa Mila.

Được giải thoát và thành thục là ngài
Người đã hoàn thành sùng mộ.
Với ngài, Kim Cương Cười, Repa Jetsun tài năng,
Con chí tâm kính lễ!

Để giúp kẻ vô minh
Bây giờ tôi kể chuyện này
Về lời đáp của Mila cho các tiên,
Trong ấy ban cho cốt lõi của những lời chỉ dạy
Hướng dẫn qua Cảnh Giới Trung Gian hiểm nghèo.

Khi Marpa Đại Dịch giả làm lễ Khai Thị cho Milarepa, Phật Saṃvara và các vị thần khác của Man-đa-la, cùng với ba mươi hai thần Hộ Pháp và Đa-ki-ni, và mười sáu Thiên Nữ Cúng Dường, tất cả đều hiện thân trên bầu trời. Milarepa thấy rõ cảnh ấy trong chốc lát. Lúc ấy ngài được Đạo Sư của ngài và các Đa-ki-ni ban cho tên "Kim Cương Cười."

Được đức Marpa thúc giục, Milarepa dâng hiến đời ngài cho thiền định. Bởi vì cực kỳ khổ hạnh, ngài đã đạt được những Thành Tựu và Công Đức Mật Giáo qua sự [làm chủ] các nhân duyên [bên trong và bên ngoài]. Qua nhục thân, ngài đã đạt Thân Như Cầu Vồng của Tâm (1) và vì thế đã trở thành đại Jetsun – ngài đạt được sự Giác Ngộ Tối Hậu của Đại Thủ Ấn.

Milarepa bấy giờ đang ở [trong một thung lũng xanh tươi] phía đông thị trấn kỳ lạ Dinma Drin, giáp giới với vùng phía tây Mon thuộc vùng hạ lưu Khum Bu. Bên dưới những đám mây đen, bên trên cổng vào lối đi của hành tinh La-hầu [Rahu] hắc ám và bên trái của một ngọn núi tuyết luôn luôn có mây phủ, nằm nơi cánh đồng cỏ chăn nuôi này, Thung Lũng Thuốc, nơi vươn lên những cánh đồng cỏ xanh như ngọc bích, những hoa lài, và nhiều loại dược thảo khác nhau. Chảy êm ả qua đó là hai dòng sông – Sữa Cát Tường và Cam Lồ Thần Lực. [Nơi ẩn tu của Milarepa] là một địa điểm yên tĩnh và năng lực gia trì có tên "Dinh Am Đức Hạnh của Chu Bar." Lúc ấy ngài hoàn toàn thấm nhập trong Cảnh Giới Phổ Biến của Yếu Tánh Tuyệt Đối – cảnh giới xa lìa tất cả những trò chơi chữ, cảnh giới sáng ngời của bất sinh bất diệt.

Ấy là mùa thu của năm Con Ngựa Gỗ, trong khi Chòm Sao thứ 24 đang suy yếu, mà cư dân của Dinma Drin bị nhiễm bệnh đậu mùa trắng và đen, mửa ra máu, chóng mặt, sốt, và nhiều chứng bệnh dịch trầm trọng và lây lan khác. (2) Nhiều gia súc và người chết.

Vào cuối chiều ngày thứ mười một, tháng thứ hai của mùa thu đó, khi mặt trời đang xuống trông giống như một quả cầu lửa, một cô gái trẻ [mà Milarepa nhận ra là một Đa-ki-ni] đến gặp ngài. Đẹp, quyến rũ, sáng ngời, cô ta mặc áo dài lụa trắng may kiểu sang trọng, mép viền ren tựa ngọc, đeo tấm tạp dề bằng lụa tuyệt hảo với những búp tua tuyệt đẹp. Cô ta cúi đầu lễ bái dưới chân Milarepa, đi nhiễu quanh ngài bảy lần, và lạy chín lạy nữa. Rồi cô ta nói, "Ôi, Jetsun, dân của chúng tôi bị bịnh nhiều lắm. Xin từ bi cùng đi với tôi đến phía bên kia núi tuyết [để cứu giúp chúng tôi]." Milarepa đáp, "Tốt hơn là ngày mai chúng ta hãy đi. Cô có thể ở lại đây đêm nay." Cô gái nói, "Nếu

chúng ta đi bằng Con Đường Ánh Sáng Nhiệm Mầu qua Manta Tsari [?] thì sẽ không có gì khó khăn. Ôi, xin ngài vui lòng, vui lòng đến cho! Ngài phải đến hôm nay!" "Ông già này trước giờ chưa bao giờ thấy một con đường nào như thế," Milarepa nói, "mà [bây giờ] ta cũng không thấy nó ở đâu. Nhưng vì cô yêu cầu khẩn thiết, ta sẽ đi với cô. Tốt hơn là nếu cô đi trước và chỉ đường cho ta." Lúc ấy cô gái đưa ra một tấm mền bằng len, nâng nó lên trời, nói với Jetsun, "Chúng ta hãy cưỡi lên tấm mền này – nó sẽ đưa chung ta đến đó tức khắc." Ngay khi Milarepa vừa đứng lên trên tấm mền, nó liền nổi lên trên không trung, và nhanh như ánh chớp, họ đã đến địa điểm ở phía bên kia Nữ Hoàng Núi Tuyết Thanh Cao.

Ở trên triền núi bên trái là một cái lều bằng lụa trắng với tấm phủ bằng vàng. Những sợi dây và những cái móc cẩn đá quí phẩm chất tuyệt hảo. Nằm trong lều là một cô gái đẹp khác, trùm trong nhiều tấm chăn, với một tua kết dài, hầu như chạm đất, trong mái tóc của cô ta. Hai mắt cô ta đỏ như lửa [dường như cô ta bị sốt]. Khi Jetsun bước vào, cô gái cố gắng ngẩng đầu lên một chút, kêu lên, "Tôi bệnh lắm, xin giúp tôi!" Milarepa hỏi, "Do đâu cô bị bệnh này? Cô bị bệnh đã bao lâu rồi? Cô có những triệu chứng gì?" Cô gái trả lời, "Mùa hè vừa rồi, một vài người chăn cừu đến và đốt một đám lửa lớn gần đây. Tôi bị kẹt trong khói của ngọn lửa, khiến tôi bị bệnh ngay lúc ấy. Từ mùa thu vừa qua, tôi không cảm thấy được khỏe chút nào, và hôm nay tôi bị bệnh rất tệ. (3) Vì thế, tôi đã cho đi mời ngài. Hơi nước từ miệng chúng tôi đã làm cho nhiều người trong khu vực này nhiễm nhiều bệnh. Milarepa nghĩ, "Đó là lý do tại sao rất nhiều người ở đây mắc phải bệnh dịch này. Ta không thể bằng lòng chữa trị cho cô ta ngay; trước hết ta phải khuyên cô ta đã." Rồi ông nói, "Cô gái xinh, trước đây không lâu cô đã đến với ta và đã lập lời Nguyện của Bồ-tát, và cũng đã thọ nhận giáo lý Phật Hộ Trì. Ta đã giảng cho cô dài dòng về đức hạnh và Nghiệp, nhưng thay vì theo những chỉ dạy của ta, cô lại vi phạm tất cả những điều ấy. Cô chưa bao giờ quan tâm chút nào đến những bổn phận đạo đức và giới luật của cô! Cô đã không thể chịu đựng ngay cả một chút khó chịu do những

người chăn cừu gây ra, và để trả thù cô đã tung ra loại bệnh dịch ác hại nhất giữa những người vô tội, khiến họ chịu nhiều đau khổ và bất hạnh. Vì cô đã vi phạm các giới luật, cô rất đáng chịu sự trừng phạt như thế. Nhìn thấy những gì cô đã làm, ta không thể tin cô được nữa. Nếu cô lập tức chữa lành cho tất cả những người trong khu vực này, rồi ta sẽ xem ta có thể giúp cô hay không. Nếu cô không hứa sẽ làm như vậy, ta sẽ rời nơi đây tức khắc. Vì cô, nữ ma, đã phá lời thề và vi phạm giới luật, cô chắc chắn sẽ bị kết tội!"

Nghe những lời cảnh cáo này, Đa-ki-ni rất sợ hãi và lập tức nắm lấy bàn chân của Milarepa và nói, "Chúng tôi là những kẻ mù quáng và xấu xa. Vì vô minh, chúng tôi đã gieo rắc bệnh trong vùng này. Nhưng xin chớ nói với chúng tôi những lời như thế! Như thường lệ, nếu các Thần và quỉ thanh tịnh từ những hàng cao hơn không làm khổ *chúng tôi*, chúng tôi sẽ không tấn công họ trước. Nhất là, quan tâm đến sự khuyên bảo [trước kia] của ngài, tôi không làm hại bất cứ người nào hay sai bảo kẻ khác làm hại họ. Vào tháng cuối cùng của mùa hè này, dòng sông ở đây trào tràn, và tất cả những chỗ hẹp sâu đều bị ngập lụt. [Lợi dụng tình trạng này], một vài người trong đám tùy tùng, những kẻ kết giao, và thân quyến của chúng tôi, cùng với những tôi tớ ăn thịt và uống máu của chúng tôi, đã đi làm khổ dân chúng. Tôi sẽ chận đứng tất cả những bệnh truyền nhiễm ngay khi tôi được khá hơn. Vì thế, xin làm ơn chăm sóc tôi và thương hại tôi." Cô ta đã nhiệt tình khẩn nguyện Jetsun như thế. Lúc ấy Milarepa làm Nghi Thức Thanh Tẩy Một Trăm Chữ (4) và nguyện với các Đạo Sư và Tam Bảo nhiều lần cho cô ta. Ông cũng làm tăng tuổi thọ của cô ta bằng cách cử hành nghi thức Mẹ Vòng Hoa Chiến Thắng. (5) Sáng hôm sau cô ta đã có thể đứng lên khỏi giường và đảnh lễ với ông.

Trong bảy ngày kế tiếp, Jetsun tiếp tục gia trì cho cô ta bằng năng lực của Tỉnh Giác Quang Minh, và rồi cô gái được chữa khỏi bệnh hoàn toàn. Cô ta trở nên khỏe mạnh hơn trước. Sau đó Milarepa nói với cô ta, "Cô gái xinh, vì cô đã hoàn toàn bình phục, bây giờ là lúc để cô vào làng giúp người. Hãy nói cho tôi

biết cô thích họ dâng tặng cô thứ gì? Nên thực hành nghi thức gì để chữa lành những người bệnh?" Cô ta đáp, "Theo nguyên tắc tương quan của Luật Nhân Quả, khi chúng tôi lành bệnh thì những người ấy cũng sẽ lành bệnh. Lời thề thông thường của tất cả những Đa-ki-ni thế gian (6) là nếu có ai trong chúng tôi không mạnh khỏe hay không an lạc, tất cả chúng tôi đều phật ý và các Thần và quỉ ủng hộ chúng tôi, ném thế giới vào hỗn loạn. Do đó, nếu ai muốn lấy lại sức khỏe nhanh chóng, y phải tụng Thần chú tinh yếu của Phật Tsudor nhiều lần, đọc các Kinh Đại Thừa thậm thâm, làm lễ Thanh Tẩy bằng Nước Bình, vẽ một vòng tròn quanh làng và nhốt những người ấy vào trong đó, cúng dường những phẩm vật có màu trắng và đỏ và những Dormas (7) thật lớn, trang trí các bàn thờ, hiến công đức cho tất cả, rồi lập ước nguyện của mình. Ai làm tất cả những điều ấy sẽ sớm khỏi bệnh."

Rồi Milarepa đi đến Drin và nói với dân làng, "Tôi đã được một giấc mộng chỉ dẫn rằng chứng bệnh dịch mà bây giờ đang chế ngự vùng này là do các nữ thần địa phương đã nổi giận với các người mà gây nên bởi vì các người đã làm mích lòng họ và gây thương tổn cho họ do những đám lửa mà các người đã đốt. Để trả thù, họ đã gieo rắc chứng bệnh này. Bây giờ các người nên làm những nghi lễ thích hợp và nhiều hiến vật khác nhau."

Vì thế, tất cả dân làng đều khẩn nguyện với chư Đạo Sư, chư Phật, và các vị thần Hộ Pháp, cúng dường họ nhiều hiến vật và những Dormas lớn, và hiến tất cả công đức này cho Thần và quỉ. Qua năng lực không sai lầm của những lời nguyện và sự gia trì này, bệnh dịch hoàn toàn biến mất trong một thời gian ngắn.

Vào ngày 29 tháng đó, năm Nữ Nhân Trường Thọ Cát Tường, cùng với nhiều người theo họ và các thần địa phương đến viếng Jetsun. Họ mang theo thức ăn ngon và rượu hảo hạng đựng trong những chén ngọc lớn dùng để uống rượu và cúng dường Milarepa. Sau khi đảnh lễ và đi nhiễu quanh ông nhiều

lần, họ đứng thành hàng và nói, "Ấy là ngài, Jetsun, đã cứu mạng sống và chữa lành bệnh của chúng tôi. Ngài có ơn huệ lớn nhất đối với chúng tôi." Vì thế, với giọng ngọt ngào, họ hát:

Ai có thể nói trước được mưa rơi
Là do biết cách quan sát bầu trời.
Khi thấy mây đen tụ hội,
Và con rồng nổ sấm,
Kẻ biết Long vương sẽ sớm cho mưa
Để nuôi dưỡng tất cả chúng sinh.
Khi mưa phùn chầm chậm,
Chứng tỏ rằng độ ẩm và hơi nóng
Đang cân bằng trên trái đất.
Khi sấm động điếc tai,
Chứng tỏ mâu thuẫn va chạm
Giữa nóng và lạnh.

Dưới những đám mây bay
Là ngọn núi tuyết vĩ đại đứng với ba đỉnh –
Đỉnh chính giữa cao nhất.
Một vòng hoa thủy tinh
Là vật trang sức trên đầu của núi;
Ánh sao sáng, dịu và lấp lánh,
Vây quanh núi trong đêm tĩnh lặng;
Hào quang của mặt trời và mặt trăng chiếu trên núi tuyết.
Đẹp và rực rỡ núi được mặc thời trang.
Lâu đài quí phái của chúng tôi đứng đó!

Bên triền trái của núi tuyết
Là những đồng cỏ kỳ diệu của Thung Lũng Thuốc.
Một cây lọng cầu vồng luôn treo trên đó,
Phản chiếu những tia sáng rạng ngời.
Đáng yêu là những dược thảo mọc trong thung lũng,
Là chỗ các thần địa phương vui chơi và nhảy múa,
Là vùng đất của hoa màu và trái cây –
Một khu vườn đầy những hoa đẹp đáng yêu.

Lều của ngài đứng cạnh bờ sông,
Một chỗ đầy năng lực gia trì,
Nơi ở của đại Hành giả Yoga Mila.
Nhờ công đức của các đời trước
Ngài thọ nhận một thân người quí,
Do lười biếng không ngăn ngại
Ngài thiền định không lệch hướng.
Như vậy, ngài đã giác ngộ bản tánh của Tâm, cái Bất Sinh,
Và làm chủ những ấn huyền diệu.
Không chướng ngại và phân tán nào làm ngài sợ hãi.
Bất động như núi,
Ngài là hành giả yoga kiên định.
Làm chủ Khí đến độ hoàn toàn,
Ngài không cần y phục,
Phô bày thân thể tự do.
Nhờ ân huệ và sùng mộ của ngài
Nhiều chúng sinh đã được cứu độ.
Vào thời kỳ ô nhiễm và phiền não
Ngài đã đến xứ mặt đỏ [Tây Tạng]!
Ngài là vinh quang của thế gian,
Chỗ trú và niềm kiêu hãnh của chúng tôi!

[Người lãnh đạo của bốn Đa-ki-ni tiếp tục hát]:

Vào ngày mười một tháng này
Tôi đã bị khói và lửa đả thương và làm nhơ nhớp.
Đau đớn nhiều khiến thân tôi suy sụp –
Sự dày vò không chịu nổi xé [thân] tôi.
Vì thế tôi trở nên giận dữ và độc ác.
Rồi tôi cầu xin ngài giúp, và ngài đã ân huệ
Gia trì cho tôi,
Làm Lễ Thanh Tẩy.
Ngài cũng khiến cho tôi giác ngộ
Về Tự Tánh của Tâm ở bên kia sinh tử.
Bỗng nhiên tôi chứng ngộ Chân Lý.
Giống như mây biến mất giữa bầu trời

Tất cả đau đớn của tôi hết sạch,
Tâm tôi trở nên tươi mới và cảnh giác,
Thân tôi nhẹ như lông cừu,
Rất dễ chịu và khỏe.
Những cơn sốt ra đi, sức khỏe trở về,
Và hơi thở thất bại lấy lại sức mạnh.
Như thế, cái chết hiểm nghèo đã được vượt qua!

Thất bại hoàn thành sứ mệnh
Các Diêm Sứ xấu hổ trở về.
Tôi nợ lớn ơn ngài, ôi đại Hành giả Yoga!
Dù tôi sinh ra trong hạ đẳng và vô minh của tôi lớn,
Bi tâm tôi nhỏ và tâm tôi thấp kém,
Làm sao tôi quên được người đã cứu sống tôi?
Cho đến khi nó chấm dứt,
Tôi sẽ không bao giờ quên ơn này!

Để tỏ lòng biết ơn sâu xa nhất
Bây giờ tôi dâng lên ngài những huyền lực của tôi.
Với lòng trung thành khẳng định
Tôi sẽ vâng theo lời dạy của ngài.
Từ bây giờ cho đến khi tôi thành Phật hoàn hảo
Tôi sẽ phối hợp với ngài;
Bằng năng lực của ước nguyện chân thành này
Mong tôi không bao giờ rời ngài dù chỉ một giây.
Như cái bóng, cầu cho tôi theo dấu chân ngài.
Giống như năm đệ tử đầu tiên của Phật Cồ-đàm,
Mong chúng tôi có thể là những đệ tử đầu tiên
trong Tịnh Địa của ngài,
Khi ngài thành Phật viên mãn.
Mong chúng tôi có thể là những người đầu tiên
uống cam lồ của ngài
Và trở thành những đứa con của Pháp.
Mong chúng tôi có thể gom mây Bốn Hạnh (8)
Mưa xuống nước cõi trời
Để nuôi dưỡng những chúng sinh vô minh!

Như thế, khi lập ước nguyện thuần khiết của họ, Nữ Nhân Trường Thọ Xinh Đẹp đã dẫn đầu bốn chị em Đa-ki-ni hát bài hát này. Jetsun nghĩ, "Bây giờ những nữ thần hay thù oán này bày tỏ lòng biết ơn đối với ta vì ta đã chữa lành bệnh cho họ. Nếu ta cho họ những lời chỉ dạy chuẩn bị của các Yoga Phát Sinh và Hoàn Thiện, họ có thể tu tập được." Rồi ông nói, "Các Nữ Nhân Xinh Đẹp, với lòng thành thực lớn các cô bây giờ đã tỏ cho ta thấy lòng biết ơn sâu xa vì được phục hồi sức khỏe. Lời nói và thái độ của các cô dường như đã đáp ứng được những yêu cầu của lời dạy Mật Giáo. Ta có ý định cho các cô lời Chỉ Dạy, qua đó các cô có thể tự giải thoát mình mãi mãi khỏi những đau khổ trên đường Sinh Tử hiểm nghèo. Nhưng các cô có thể tu tập chăng?" Rồi Milarepa hát bài, "Niềm Vui Phát Sinh":

Dưới cây lọng ánh sáng mặt trời ở phương Đông
Ngất ngưởng đỉnh Núi Menlha thuận lợi; (9)
Giống như đầu của một con ó thủy tinh
Nó phản chiếu những tia sáng sáng vàng lấp lánh.
Mây trôi nổi giống như mái nhà,
Và cầu vồng chiếu sáng vòng cung bên trên nó.
Trên hông núi
Những tảng đá giống như ngọc làm thắt đai
trong lớp mù dày.
Đây chẳng phải là đại tuyết sơn, Nữ Hoàng
Thanh Cao, sao?
Ở trên đó chẳng có năm nữ nhân kỳ diệu sao?
Với giọng quyến rũ
Một người vừa hát như thiên thần
Cô ta không phải là Nữ Nhân Trường Thọ,
Sáng chói nhất và quyến rũ nhất ấy sao?

Lần này cô thực sự đã sợ hãi,
Vì cô đã mất đi niềm kiêu hãnh!
Thân cô đã bị đau đớn thống khổ dày vò.
Và tâm cô đầy phiền muộn!

Hơi thở cô đã yếu ớt như làn hơi mù mỏng,
Và sinh mạng cô đã gần chấm dứt.
Tất cả đây là vì những hành vi tội lỗi của cô
trong quá khứ –
Sự trả báo chua cay của Nghiệp chín muồi.
Nếu cô không dừng những hành vi tội lỗi này,
Cô có thể bất ngờ rơi vào đại Địa Ngục.
Đó còn đáng sợ hơn bất cứ bệnh nào!

Cô không chết ấy là may mắn,
Đáng ca ngợi thay là hạt giống niềm tin của cô đã mọc.
Với tâm đại bi ta đã gia trì cho cô.
Nhờ đại lực của Mật Điển
Ta đã cứu cô thoát khỏi bàn tay thần Chết.

Tất cả tuyệt vọng và bất hạnh
Đã trở thành tốt và lợi ích.
Trong hân hoan cô đã cảm ơn ta với lòng biết ơn sâu xa,
Điều ấy thiếu nơi nhiều kẻ khác.
Với giọng quyến rũ
Cô đã hát ngọt ngào với ý nghĩa tốt.
Nghe như thế ta cảm thấy mừng và vui lắm.

Nếu cô muốn theo lời chỉ dạy của ta
Thì xin hãy lắng nghe và nhớ kỹ:
Đầy đau đớn là con đường Sinh Tử,
Rất hiểm nghèo và khó vượt qua
Là Bốn Dòng Sông. (10)
Ảm đạm là "khu rừng" Tám Gắng Sức,
Khó trốn thoát là những nguy hiểm của ba
Cảnh Giới Trung Gian.
Sống dưới đe dọa không ngừng
Của Bốn Quỉ (11) là bức xúc.
Nhưng ở đây là con đường không sợ hãi –
Một lối thoát cho tất cả khốn cùng,
Dẫn đến Đất Cực Lạc Vĩnh Viễn.

Ta có thể không là bậc cao cả
Nhưng Dòng Truyền của ta là tối thượng.
Từ Dorje-Chang vĩ đại, Phật thứ Sáu, (12)
Đến thầy ta, Dịch giả Marpa,
Tất cả Đạo Sư của Truyền Thừa là những Hóa Thân.
Chưa từng có một kẻ tầm thường làm suy đồi Dòng Đạo.
Vậy thì hãy ấp ủ và quí trọng tất cả những lời ta dạy!

Chuyện của Medripa và Naropa được biết đến rất nhiều;
Cô cũng phải nghe tên của họ từ trước,
Vì danh tiếng của họ được biết khắp Ấn Độ.
Được hai bậc thành tựu này gia trì
Là Sư Phụ của ta, Marpa.
Giống cái bóng của thân,
Ta đã ở với người sáu năm tám tháng.
Do trung thành vâng theo mệnh lệnh của Ông,
Tim ta đã được đầy niềm vui và nguyện vọng.

Mật Điển Hevajra thâm sâu, Dem-Chog ân huệ,
Mật Điển tinh yếu của Mahāmāya,
Mật Điển cao cả của Sungdue,
Mật Điển ẩn tàng của Den Yi,
Và Hóa Thân của chiếc Đầu Lâu –
Tất cả những Mật Điển trọng yếu này
Và những lời bình của chúng, sâu như biển cả,
Đều được ban xuống cho ta,
Tặng phẩm những viên ngọc quí.

Những Chỉ Dạy Thiết Yếu, tinh yếu nhất,
Phải được dạy đúng lúc, mặt đối mặt.
Để làm chủ được chúng, cũng cần phải tu tập;
Giống như một người mới tập sự đối với một
bậc sư thợ vàng,
Người ta phải học nghệ thuật nấu chảy và pha chế
Vàng, và cách đốt lửa.
Những lời dạy thiết yếu của Mật Điển

Cũng được dạy bằng truyền miệng.
Có các Đa-ki-ni chứng kiến, ta đã được ban cho
Những Chỉ Dạy Thiết Yếu của Dòng Truyền.
Với Sư Phụ của ta, ta mãi mãi biết ơn!
Để trả ơn Ông, ta tu tập thiền định.
Bằng làm việc khó nhọc và đều đặn
Ta đã làm chủ được Năm Khí;
Với niềm tin, ta có thể thực hiện Hạnh Bình Đẳng. (13)
Ta không còn sợ đau đớn của bệnh tật,
Ôi đệ tử, con gái của ta,
Nếu con cũng muốn đạt được niềm vui như thế
Hãy theo lời ta và vết chân ta.
Bây giờ hãy bước vào đường Đạo,
Và con sẽ sớm được an lạc!

Thân người được sinh ra với bệnh,
Và cố gắng giải thoát tâm mình khỏi buồn phiền
Thường dẫn đến bức xúc hơn.
Do Nghiệp lực và các thức
Tất cả những nhầm lẫn tự tạo sinh ra.
Chúng chỉ là mộng qua đi trong chớp nhoáng;
Ngay cả Địa Ngục với tất cả những tra tấn suốt vô số kiếp,
Cũng không hiện hữu.
Từ những ý nghĩ xấu và do thói quen [bên trong]
Phát sinh những đau đớn bên ngoài.
Đây là Chân Lý Tối Hậu
Phật Cồ-đàm đã giảng cho Dorje Ninpo.
Toàn Vũ trụ chỉ là "tưởng tượng,"
Toàn bộ chỉ là một màn diễn hình bóng
Của tâm mình.
Nếu ai không biết chân lý này
Y có thể sở hữu thế giới của Phạm Thiên
Nhưng không bao giờ có được chân an lạc.

Bốn Thiền-na (14) trải qua những kiếp dài
Trên con đường hạ giới;

Không bao giờ có thể đem ai đến Phật Tánh Toàn Tri.
Chỉ qua tu dưỡng Tâm Bồ-đề
Và quán Không
Là có thể diệt được Nghiệp, phiền não, chướng ngại,
và niệm tưởng do tập khí.

Ôi các nữ nhân xinh đẹp có phú bẩm tốt,
Chúng ta gặp nhau hôm nay ở đây là số mệnh.
Hãy mang áo giáp tinh tấn
Và thề bỏ đi sự phân tán!
Ước nguyện tốt của các con sẽ được hoàn thành.

Rồi Milarepa nói với các Đa-ki-ni, "Xin hãy suy nghĩ về bài hát này và ý nghĩa của nó, và tu tập Pháp ngay tức thời. Các con có thể nghĩ rằng Bốn Thân của Phật là cái gì đó ở bên kia chính mình, một đối tượng hay mục tiêu bên ngoài phải cố gắng đạt đến. Nhưng sự thực, không có Phật nào ở bên ngoài tâm mình để tìm. Ánh Sáng Chết [hay Ánh Sáng chiếu vào lúc chết] là Pháp Thân (Dharmakāya); [hiện thân thanh tịnh của] Thân Trung Ấm là Báo Thân (Sambhogakāya); những cái sinh khác nhau một người nhận lấy là Hóa Thân (Nirmānakāya); và nhất thể bất khả phân của Ba Thân (Trikāya) thì gọi là Thân Tự Tánh. (15) Các thân ấy luôn luôn ở với chúng ta trong tất cả thời gian, song chúng ta không biết. Để khai mở các thân ấy, người ta phải nương tựa vào những Chỉ Dạy Thiết Yếu sâu xa từ một Đạo Sư đã thành tựu của một Dòng Truyền không gián đoạn."

Lúc ấy Nữ Nhân Trường Thọ Xinh Đẹp nói, "Khi Đạo Sư Liên Hoa Sanh (Padma Sambhava) của chúng con, đầu tiên từ Ấn Độ đến Tây Tạng, tất cả chúng con đến làm khổ Ngài, nhưng chúng con bị Ngài chế phục bằng thần lực và các ấn hùng mạnh của Ngài. Rồi chúng con vâng theo lệnh Ngài và cúng dường sự sống và phục vụ của chúng con. Chúng con cũng nguyện xin Ngài những giáo lý thiết yếu của Mật Điển. Từ Ngài chúng con nhận được những chỉ dạy về chân lý của Nghiệp và các Pháp và các Kinh khác.

Tại Nghĩa Trang U Tối Ồn Ào (16) ở Ấn Độ, chúng con thọ nhận những lễ Khai Thị và các Giáo lý Kim Cang Thừa từ Đạo Sư Shojigocha, (17) và Hắc Diễn Giả [Hắc Linh?]. (18) Vì thế, có lẽ chúng con có thể tự xem mình có đủ tư cách thọ nhận những lời chỉ dạy Mật Giáo. Lần này chúng con đã đau khổ nhiều vì bị bệnh. Bài học đầy đau đớn này rất thực và rất hãi hùng đến độ chúng con tin một lần vĩnh viễn rằng chúng con sẽ không bao giờ có thể chịu đựng được sự hành hạ của Địa ngục một phút giây nào. Sự cảnh cáo trong bài hát của thầy cũng gây ấn tượng sâu xa nơi chúng con. Vì thế, xin bảo vệ cho chúng con khỏi những sợ hãi này, rửa sạch tất cả các tội lỗi của chúng con, và chỉ cho chúng con đường đến Phật Tánh." Vì thế, họ hát:

Bềnh bồng trên bầu trời sáng,
Mây vàng do huyền diệu tạo ra
Để trang điểm vương miện của Rồng.
Dưới họ, các Á-thần, Phi-nhân,
Và các Nữ ma ăn hương
Nhảy múa, hát ca vui vẻ, thưởng thức
Những khoái lạc cảm quan với tiếng cười nhiều.

Nằm bên dưới những đám mây bay đó,
Là thung lũng Dinma may mắn.
Vùng trên của nó là các rặng núi tuyết vây quanh,
Phần dưới có nhiều khe và suối.
Ở giữa thung lũng này
Là một đồng cỏ sum sê
Là nơi các Thần vui chơi.
Thung Lũng Thuốc sáng ngời này
Là kho tàng của Rồng,
Đầy trái cây và mật ong.
Đây là nơi những sinh vật bốn chân cường thịnh –
Đất của những đồng cỏ chăn nuôi, yên tĩnh và thích thú.

Gần bờ sông là một túp lều

Nơi ở của một hành giả yoga kỳ lạ.
Chỉ nghe tên ngài thôi,
Hay thấy thân sáng ngời của ngài,
Thì chướng ngại và tội lỗi được tẩy sạch.
Ngài thi triển tất cả thần thông và ấn quyết.
Đã giác ngộ Tâm Toàn Tri,
Với sự làm chủ Pháp Tánh,
Ngài giảng Tánh Không với giọng từ bi.
Với ngài tất cả Thần và ma
Nên khẩn nguyện và kính lễ.
Nên đặt niềm tin và nương tựa nơi ngài.
Ngài là con của Phật,
Ban cho chúng con tất cả ước mong.

Bị vô minh thâm căn lèo lái,
Chúng con những Đa-ki-ni huyền thuật thế gian
Lang thang trong Sinh Tử từ thời vô thủy.
Trước, chúng con phải thọ sinh trần thế –
Chúng con không có sự lựa chọn nào khác.
Rồi chúng con tin mình có thể sống lâu,
Nhưng bỗng nhiên nghe thần Chết gọi
Và tay chúng con bị buộc lại –
Không thể chạy trốn.
Đầu choáng váng và ý nghĩ đen tối.

Không tự do với chết, chúng con tàn tạ,
Cùng với sắc đẹp và vẻ rạng rỡ của mình.

Khi các cơ quan sống ngừng hoạt động
Thì vở tuồng Trung Gian gớm ghiếc phải bắt đầu.
Dọc theo con đường Trung Gian đáng sợ
Những kẻ lang thang, rối loạn và cô đơn,
Bị những quỉ hung tàn rượt đuổi.
Rồi họ bị xé ra
Bởi lo âu và sợ hãi;
Họ bị lèo lái

Bởi những hành vi tội lỗi và ý nghĩ do thói quen.
Rồi, bất kể ước mơ nào họ có
Họ bị tái sinh xứ lạ, phương xa.

Trong đại dương luân hồi cuồn cuộn, chúng con lập lại
Vòng sinh, già, bệnh, chết;
Nhưng không ai cứu chúng con thoát khỏi đuối chìm.
Hôm nay ngài cho chúng con chiếc bè Tâm Bồ-đề
Trên đó chúng con sẽ thoát được đất phù thủy tham dục,
Và lẩn tránh con quỉ cõi thâm sâu đáng sợ.
Cưỡi ngọn gió ý nghĩ sai lầm
Chúng con sẽ đến một cách an toàn
Nơi Đất An Lạc.
Từ tuyệt vọng và chán ngán
Chúng con sẽ sống lại;
Với hy vọng và sự dẫn dắt,
Những ước mong của chúng con sẽ được hoàn thành.

Trong khu rừng Sinh Tử âm u, đầy sợ hãi
Những dã thú ma quái, những phiền não của chúng con, dạo bước.
Thấy chúng, trong kinh hoàng chúng con run rẩy.
Trong khu rừng u tối và đầy gai nhọn này
Chúng con đã lạc mất lối đi;
Xin chỉ đường cho chúng con
Và đưa chúng con đi an toàn.
Như trăng thu sáng
Chiếu lên đại địa,
Xin giác ngộ sự vô minh của chúng con
Và ban cho chúng con lời chỉ dạy.
Trên con đường Trung Gian đáng sợ,
Hiểm nghèo và không thể chạy trốn,
Hãy chỉ giùm những cạm bẫy hiểm nguy.

Chúng con đã bị lũ Quỉ bắt làm nô lệ,
Và bị những hành vi của mình xiềng xích trong ngục tối;

Chúng con không thể chạy trốn
Khỏi sự nhốt tù đáng sợ này.
Nhưng hôm nay chúng con gặp được ngài,
Đạo Sư Cứu Độ không ai dám dị nghị.
Với sự hướng đạo và bảo hộ của ngài
Chắc chắn chúng con sẽ qua được con đường.

Xin chỉ cho chúng con đường đến Pháp Thân
Qua nhận biết Ánh Sáng Lúc Chết. (19)
Xin chỉ cho chúng con đường đến Báo Thân
Qua nhận biết các hình tướng ma quái của
Cảnh Giới Trung Gian.
Xin chỉ cho chúng con đường đến Hóa Thân,
Như thế để chúng con đầu thai theo ý muốn!

Ở bên kia cõi đáng sợ của Ba Cảnh Giới Trung Gian (20)
Là Tịnh Địa Không Thoái Chuyển. (21)
Chúng con đã nghe nói đến nhiều
Nhưng chưa bao giờ đến đó.
Ôi Đạo Sư lân mẫn, đấng cứu độ từ bi,
Xin dẫn chúng con đến đó bây giờ!
Xin đáp ứng tiếng kêu cứu
Từ những kẻ trong tuyệt vọng, ưu phiền.
Xin bây giờ hãy hiển lộ
Bốn Thân của Phật!

Rồi họ cúng dường Jetsun một Man-đa-la tấm gương bạc trang điểm bằng hoa sen vàng và những loại ngọc khác nhau. Jetsun nói, "Vì các con khẩn thiết nguyện cầu, bây giờ ta sẽ gia trì cho các con theo truyền thống Dòng Truyền của ta. Xin hãy chuẩn bị một lễ tiệc thánh cho cơ hội ấy."

Chiều hôm đó năm Đa-ki-ni cúng dường Jetsun một Man-đa-la đầy với sáu chục loại thức ăn khác nhau. Ông ban năng lực gia trì và khai thị cho họ vào phẩm hàm của Mẹ Bất Sinh (22) của Dòng Truyền Rỉ Tai, và rồi hát một bài trong đó ông ban cho họ lời chỉ dạy để hợp nhất Cảnh Giới Trung Gian hiểm

nghèo với Ba Thân, bằng phương tiện tự đưa mình [vĩnh viễn khỏi luân hồi] đến Tịnh Địa Đại An Lạc:

Trên đất Ấn,
Ở trung tâm trái đất,
Có một đại tự viện, gọi là Bidrama (23).
Trong đó có một học viện
Từ đó phát sinh dòng suối của tất cả học thức.
Ở đó một giáo sư của Trường phía Nam
Là Học giả vĩ đại [Paṇḍita] vô song, sư tử giữa loài người,
Nhà vô địch hùng mạnh
Đã đánh bại bọn người tà giáo.
Không phải là đại Naropa,
Chủ nhân của bốn Mật Điển,
Chủ nhân của sự Thành Tựu cả thế gian và tối hậu, sao?

Đứa con giỏi nhất của Học giả vĩ đại này
Là Sư phụ của ta, Dịch giả Marpa,
Một người với ý chí kiên cường,
Một người có đại danh, vang như sấm.

Ông ấy nói, "Vào thời kỳ ô nhiễm,
Khi Phật Giáo suy đồi,
Đời người ngắn ngủi và công đức nghèo nàn.
Xấu xa và chướng ngại, trong vạn hình tướng,
Sẽ phủ bóng lên tất cả thế gian;
Nhàn nhã và sống lâu sẽ trở nên rất hiếm;
Tri thức sẽ [phát triển] đến độ
Quá kỳ lạ không thể hiểu được;
Bằng chứng và kết luận sẽ khó đạt được.
Hiểu được chân lý của Mật Điển sẽ là khó nhất.
Vì thế, con ơi, đừng cố gắng vì việc gì khác,
Mà chỉ khổ công tu tập thôi!

Tuân theo mệnh lệnh này,
Ta thề từ bỏ biếng nhác, mà thiền định

Với kiên trì trong chỗ ẩn tu.
Như thế ta đã đạt được một vài Kinh Nghiệm.

Các cô gái xinh đẹp định mệnh, bây giờ
hãy chú ý lắng nghe!
Dọc theo Con Đường Ba Hiện Hữu (24)
Không có sự chấm dứt lang thang trong Sinh Tử!
Thì hãy biết rằng Sáu Pháp về Cảnh Giới Trung Gian
Là gốc rễ của tất cả.
[Những ngụ ngôn sau đây
Sẽ giải thích giáo lý về Cảnh Giới Trung Gian.]

Ba [thương nhân] hành trình, trên một chuyến đi dài,
Khi ở chỗ hiểm nghèo đã gửi đi cầu cứu.

Khi thấy những người hướng đạo trở về với
những người chào đón bản xứ
Họ quá vui mừng,
Không có người dẫn đạo tin cậy, họ sẽ bị
Lạc đường và rơi vào tay kẻ thù.

Nếu các thương nhân đi nước ngoài không có
ba người dẫn đạo tốt này (25)
Thì lo sợ và nghi ngờ đầy tim họ;
Bởi tiên đoán và tiết lộ sai
Thì Ba Quỉ đưa họ
Đến chỗ mai phục của bọn cướp.

Như vậy những kẻ lang thang trong Cảnh Giới
Trung Gian tái sinh [Sidpa] u tối
Sẽ đóng băng và cháy bốn mươi chín ngày,
Bị Nghiệp lực lèo lái
Đến ngục Sinh Tử trở lại.
Nếu các người thoát được ngục này
Nên quán Nhất Thể
Của Cảnh Giới Trung Gian luân hồi và niết bàn,

Và thiền định về Căn Nguyên,
Chân Lý Tuyệt Đối, Đại Thủ Ấn.

Cảnh Giới Trung Gian của Sinh và Tử
Là căn cứ tốt để luyện tập tâm chiếu sáng.
Trên đó nên tu tập các Yoga Phát Sinh và Hoàn Thiện.

Tự Tánh của Cảnh Giới Trung Gian Đường Đạo
Là Tự Tánh của Trí Bẩm Sinh.
Phép tu tập của Dòng Truyền Rỉ Tai sẽ khai mở nó.

Cảnh Giới Trung Gian của Mộng và Ngủ là tốt nhất
Để chuyển suy nghĩ do thói quen thành Trí Tuệ;
Bên trong đó nên tu tập các Yoga
Về Ánh Sáng và về Thân Huyễn.
Vào lúc chấm dứt Cảnh Giới Trung Gian Tái Sinh
Ba Thân Phật sẽ xuất hiện.
Đây là thời gian để vào Ba Tịnh Địa. (26)

Nếu trong Cảnh Giới Trung Gian không nhận ra Ba Thân
Và thời gian trôi qua cho đến khi đến Cảnh Giới
Trung Gian Đầu thai (27),
Do niềm tin và sự thanh tịnh
Y vẫn có thể được sinh nơi đất may mắn,
Thân y được phú cho nhàn hạ.
Vì Nghiệp Luật không bao giờ thất bại, mang cho y
những gì xứng đáng,
Do tỉnh thức từ Nghiệp quá khứ
Và hoàn thiện thiền định,
Y sẽ sớm đạt được Giải Thoát!

Với các con, năm cô gái diệu kỳ
Đã hỏi với thành thật và niềm tin
Được ban cho giáo lý Trung Gian quan trọng này.
Dù cho Jetsun Marpa đích thân đến đây,
Cũng không thể cho các con sự chỉ dạy nào sâu xa hơn nữa!

Lúc ấy năm Đa-ki-ni quì lạy trước Jetsun và đi nhiễu quanh ông bảy lần. Họ cúng dường một Man-đa-la làm bằng các thứ đá quí; ca ngợi thân, khẩu, ý, và công đức của ông; và cuối cùng làm cho ông phẩm vật cúng dường Tánh Không Cực Lạc Tối Thượng của Trí Bốn Cực Lạc sinh ra qua sự ngây ngất xuất thần của giao hợp. Rồi họ nói, "Những lời chỉ dạy của ngài về Cảnh Giới Trung Gian rõ ràng và dễ hiểu. Bây giờ xin cho chúng con cốt tủy của giáo lý này khiến nó dễ hơn cho chúng con tu tập," và họ hát:

Chúng con kính lễ ngài, Đạo Sư ân huệ,
Chỗ qui y của tất chúng sinh.
Với giáo lý của Dòng Truyền Rỉ Tai
Ngài đã chuyển hóa những đau đớn của chúng con
thành vui vẻ,
Như sắt được [nhà ảo thuật] biến thành vàng.
Xin Phật Thánh Thiện nhất,
Luôn luôn thương xót và che chở chúng con.

Bên trên đóa sen không tì vết
Không bị đất Sinh Tử làm hoen ố,
Chiếc ngai của ngài, ôi Đạo Sư Jetsun,
Chơn Không tịch chiếu!
Một vạn Đa-ki-ni vân tập quanh ngài;
Mặt trời và mặt trăng chiếu xuống trên ngài,
Sáng tỏ sự vắng bặt của tâm tư chao đảo!

Vì bộ mặt đẹp và thân rạng rỡ của ngài
Chúng con cảm thấy không nhàm chán,
Và muốn nhìn một lần nữa.
Những đường nét đẹp và thật cân đối,
Ngài giống như con của các Bậc Chiến Thắng.
Nhìn thấy ngài, người ta cảm thấy vui và an lạc.
Với giọng của Dri Za (28) chúng con hát
Một bài ca ngợi ngài.

Giọng của ngài giống sư tử rống,
vĩ đại và hào hùng,
Giống như Pháp, trong mà rỗng lặng.
Giọng của ngài làm kinh hãi bọn tà ma và bất tín
Và hoàn thành những ước muốn của những kẻ tài năng.
Danh của ngài sẽ lan rộng Mười Phương.

Như kim cương, tâm ngài không thể vỡ;
Như hư không, nó ôm trùm tất cả.
Từ bầu trời Vô Niệm
Ánh sáng Tâm Bồ-đề của ngài chiếu sáng
Giải thoát đệ tử khỏi bóng tối.

Thân, khẩu, và ý của ngài giống như của Phật –
Tất cả mọi Thành Tựu đều phát sinh từ đó.
Nếu một người nghĩ về ngài, Ngọc Như Ý,
Tất cả những ước mong của y đều được hoàn thành.
Nếu có người thờ phụng ngài với nhiệt tâm,
Như vòng hoa ân huệ trang nghiêm
Trên đầu y, tất cả những hy vọng của y sẽ được hoàn thành.
Nếu có người toàn tâm khẩn nguyện với ngài suốt ngày đêm
Như một vị vua hùng mạnh, ngài sẽ ban cho
Tất cả những gì y đòi hỏi.
Với ngài, Jetsun quí báu,
Chúng con kính lễ và dâng lời ca tụng.

Từ những đám mây bi tâm của ngài
Mưa năng lực gia trì cam lồ rơi xuống;
Khi người đệ tử định mệnh uống vào
Y sẽ chinh phục được mọi ham muốn của y
Trong đời này, và hạt giống
Giác ngộ sẽ nảy mầm bên trong y.
Đạt đến Địa thứ Mười Ba, (29)
Y sẽ trở thành đại Dorje-Chang.

Với giáo lý, Trí Tuệ, và biểu hiện của ngài

Mong cho tất cả chúng sinh thịnh vượng và an lạc!
Mong cho hoa toàn hảo nở trong niềm vui!
Mong sao chúng con phục vụ ngài như
những người cận vệ trên Đường Đạo,
Cho đến khi chúng con đạt Giác Ngộ Tối Hậu.
Mong sao chúng con đạt được Tam-muội cuối cùng
Qua sự vui mừng bình thường của thế gian.
Bằng Trí Bốn Cực Lạc
Mong sao chúng con yên định được
Tam-muội cực lạc-chân không.

Như những nữ nhân thông minh, chúng con tin chắc
Chân Lý của Trung Đạo.
Với niềm vui chúng con sẽ vâng theo mệnh lệnh của ngài,
Xin cho chúng con được phép phục vụ ngài.

Ở cuối bài hát này, chúng con xin hỏi
Ngài vì lời dạy ngắn gọn về Cảnh Giới Trung Gian.
Xin ban cho chúng con lời chỉ dạy để nhận ra
Bốn Thân của Phật
Vào lúc chết đến gọi chúng con.

Được nuôi dưỡng và chăm sóc bởi ân huệ của ngài,
Mong sao chúng con đạt được công đức như ngài.
Trong chính đời này
Mong sao tất cả chúng con đạt thành Giác Ngộ viên mãn.

Jetsun tiếp tục: "Các cô gái xinh đẹp! Bị ba ham muốn và những ý nghĩ bập bềnh đưa đẩy, chúng sinh đang lang thang xuống con đường vô tận trong Ba Cõi, mãi mãi phải chịu Tám Sự Tước Đoạt. Cuộc hành trình này lâu dài và nguy hiểm đến nỗi người ta cảm thấy rất mệt mỏi và kiệt lực. Có ba loại lữ hành trên con đường này. Loại thứ nhất đã thọ nhận, theo, và tu tập những lời Chỉ Dạy; loại thứ hai cũng thọ nhận nhưng không tu tập những Chỉ Dạy ấy; trong khi loại thứ ba ngay cả lời Chỉ Dạy cũng không có. Loại thứ nhất không sợ hay lo âu về những

nguy hiểm của con đường hay những cạm bẫy của quỉ, vì do tu tập Pháp họ có thể thắng được tất cả những sợ hãi này. Loại thứ ba là những người thường tự động đi vào con đường hiểm nghèo, và tự động bị quỉ Nghiệp nắm lấy. Họ sẽ trải qua tất cả những đau đớn của sinh và tử, và lang thang mãi mãi trong Ba Cõi luân hồi. Loại thứ nhì có cùng những sợ hãi và nguy hiểm như loại thứ ba. Nhưng họ đã thọ nhận những Chỉ Dạy và biết nhận ra và chiến đấu chống lại những ảnh hưởng xấu xa; và như thế, nếu họ có niềm tin không lay chuyển hướng về [Phật], sự hiểu biết và nguyện vọng vì Pháp cùng với chiếc áo giáp kiên trì không nhượng bộ, họ có thể chầm chậm và dần dần nhận ra Ba Thân của Phật bằng cách quan sát cẩn thận các thức và các đại [nguyên tố] lắng xuống như thế nào [vào lúc chết]. Các con hỏi ta về giáo lý nhận biết Ba Thân. Các con nên biết rằng vào lúc chết, các đại bên ngoài và bên trong tuần tự lắng xuống, [thức] của người hấp hối sẽ [tạm thời] được để tự do với sợi dây các Nhiễm [Kleśas]. Thực Tại Tuyệt Đối, Tự Tánh Không của Pháp giới ở bên kia tất cả mọi ý nghĩ, sẽ tự khai mở, chiếu sáng như mặt trời và mặt trăng trên bầu trời. Đây là Ánh Sáng Lúc Chết, hay là chính Pháp Thân. Nên nhận biết nó là như vậy. Nhưng để nhận biết như vậy vào lúc chết, một người trước tiên phải hiểu bản tánh của Tâm theo cách Đạo Sư của y đã chỉ ra trong lúc y còn sống, và cũng tu tập Ánh Sáng Quang Minh của Con Đường. (30) Trên con đường hiểm nghèo của Trung Gian Tái Sinh (Sidpa Bardo), kẻ lang thang sẽ bị 'những đao phủ thủ' theo đuổi và tấn công mà thật ra là do các Nghiệp trước và ý nghĩ của y tạo ra. Những 'thân tướng do tâm tạo' này thì sáng ngời, đầy đủ các giác quan, và họ sở hữu những năng lực huyền diệu của một bản tính có nghiệp thế tục, gồm cả khả năng đi qua những vật thể vật chất, [thần giao cách cảm], và vân vân. Thực ra, Thân Trung Ấm (Bardo) của giai đoạn này thì đồng nhất với Báo Thân. Vào lúc này nên kêu gọi Thân Phật như huyễn hai-trong-một [để thay thế và thanh tẩy] Thân Trung Ấm của nghiệp do những niệm tưởng do tập khí tạo thành, và như thế nhận biết Báo Thân là như vậy. Để nhận biết Báo Thân này trong giai đoạn Trung gian, người ta nên tu tập Yoga Phát Sinh và quán

tưởng rõ ràng Thân Phật Hộ Trì trong đời mình, và cũng nên tu tập Yoga Mộng, để làm chủ [sự hiện thân] của Thân Huyễn. Vào giai đoạn cuối cùng của Thân Trung Ấm, bị gió Nghiệp và sự mù quáng đưa đẩy và không có sự lựa chọn nào cả, y tìm một chỗ nào đó để đầu thai. Khi y nhìn thấy sự giao hợp tình dục giữa người cha và người mẹ [tương lai], thì trong y sinh ra ghét người này và ham muốn người kia. Nhưng nếu lúc ấy y có thể nhớ lại được những Chỉ Dạy Thiết Yếu, và nhập vào kinh nghiệm [Tam-muội] cực lạc-tánh không và ở lại đó, thì những ý nghĩ về nghiệp và thế gian sẽ không dấy lên nữa. Khi y có ý định đầu thai, y nên suy nghĩ và quan sát tất cả những gì y thấy đều là những hiện thân của Phật Hóa Thân, và hãy nhận biết Hóa Thân là như vậy.

"Để có thể nhận biết Hóa Thân, trong đời hiện tại của mình, người ta nên nhiệt tâm khơi dậy Trí Tuệ [siêu việt] qua tu tập Yoga Nhiệt của Con Đường Giải Thoát và Ấn Karma [Ấn Hành động] của Con Đường Hành Động. Chỉ khi ấy y mới có thể nhận ra ý nghĩa đầy đủ của lễ Khai Thị thứ ba (31) và như thế y chiến thắng [bản năng] ganh tị. Vắn tắt, người ta phải biết rõ các giai đoạn và thời gian khác nhau [trong Cảnh Giới Trung Gian] để nhận ra quả của Ba thân. Ngay cả lời Chỉ Dạy Chỉ Ra tối hậu của Dòng Truyền Rỉ Tai – cốt tủy của Con Đường Thiện Xảo, phần thưởng yêu mến nhất trong lòng Marpa – cũng không thể ban cho các con lời chỉ dạy nào thâm sâu hơn lời này. Ta không có lời dạy nào hay hơn và đáng tin hơn lời dạy này để nương theo và phó thác. Vậy, các nữ nhân xinh đẹp, hãy hiểu rõ những gì ta nói, theo đó tu tập."

Nữ Nhân Trường Thọ xinh đẹp, người dẫn đầu của [bốn] Đa-ki-ni, rất phấn khởi vì những lời Chỉ Dạy sâu xa này của Con Đường Thiện Xảo, và niềm tin của cô ta được củng cố. Cô ta cúi đầu dưới chân Milarepa và nói, "Ôi Jetsun! Từ nay về sau con sẽ theo ngài và tu tập Ấn Karma [Karma Mudrā] với ngài cho đến khi con thành tựu được Kinh Nghiệm và Chứng Ngộ của con về lời chỉ dạy tinh yếu về Cảnh Giới Trung Gian này. Xin ngài luôn luôn nhớ và canh chừng con." Khẩn nguyện với sự chân thành và nhiệt tâm to lớn, Đa-ki-ni lại một lần nữa kính

lễ và đi nhiễu quanh ông nhiều lần. Rồi cô ta trở về chỗ ở riêng của mình.

Đây là câu chuyện Đại Repa Mila, Kim Cương Cười, và sự gặp gỡ của ông với năm Đa-ki-ni huyền thuật thế gian, gồm những bài hát truy cầu và ứng đáp có tên là "Xâu Chuỗi Vàng," trong đó người ta cũng tìm thấy những lời chỉ dạy để giải thoát khỏi Cảnh Giới Trung Gian [Bardo] hiểm nghèo.

... ...

Đây là câu chuyện về bậc Đạo Sư ân huệ,
Repa thành tựu, Như Ngọc,
Cuộc gặp gỡ của ngài với năm Đa-ki-ni thế gian
sinh nơi hạ đẳng,
Và các bài hát truy cầu của họ và lời đáp của ngài,
Được viết với những lời trang nghiêm
Như một ca khúc có chứa
Giáo lý Toagal (32) thâm sâu tàng ẩn.

Tôi không thêm gì vào câu chuyện này.
Vì sợ mất và quên;
Nhưng vì lợi ích của các đệ tử vị lai
Và khởi lên niềm vui của họ,
Tôi đã viết câu chuyện này
Theo lời của Đạo Sư tôi.

Ba lần tôi tìm Đạo Sư của tôi để xin phép
Viết sách này.
Ông mỉm cười với tôi, [nhưng] đã không cho phép
Cho đến lần thứ ba.
Tôi không dám vi phạm điều lệ
Bởi vì các Đa-ki-ni rất nghiêm khắc.

Đạo Sư của tôi nói chỉ nên kể lại chuyện này
Cho những đại hành giả yoga vị lai
Để họ tham khảo cho sự sùng mộ của họ;

Nhưng phải giữ bí mật đối với những người khác.

E rằng tôi đã vi phạm điều lệ và ước nguyện
của các Đa-ki-ni
Bây giờ tôi thành thật khẩn nguyện với họ
Để che dấu chuyện này đối với những ai
[Không thể được lợi ích với nó],
Và không bao giờ để nó lan truyền rộng rãi.

Khi Phật Thích Ca Mâu Ni đạt Giác Ngộ,
Vào phần sau của [tháng]
Mà ngài làm phép thần thông,
Tôi, Auijee Thajan, và Đạo Sư Bodhi Radsa,
Trong rừng tân-hà-liễu nơi dã thú dạo chơi,
Đã hỏi Sư Huynh của chúng tôi, hoàn thiện trong
giới luật Mật Giáo,
Chi tiết của chuyện này,
Và viết xuống thành lời.
Nó là "Ca Khúc Xâu Chuỗi Vàng"
Về cách tự giải thoát khỏi Cảnh Giới Trung Gian
hiểm nghèo.
Bây giờ tôi hiến công đức viết chuyện này
Cho sự giải thoát của tất cả chúng sinh
Khỏi sợ hãi và nguy hiểm trong Cảnh Giới Trung Gian.

Vì sự yêu cầu của năm Shajhama, (33) Nữ Nhân Trường Thọ Xinh Đẹp và các em gái của bà, Hành giả Yoga vô song, đại Milarepa đã ban cho lời chỉ dạy để giải thoát người ta khỏi con đường Trung Gian (Bardo) hiểm nghèo. Sau khi thảo luận kỹ càng, hai Repa viết xuống thành lời là để phụng sự và cúng dường Pháp.

Chú Thích Chuyện 30

(1) Thân Như Cầu Vồng của Tâm (T.T.: hJah.Tshon.lTa. Buhi.Yi.Kyi.sKu.): Từ ngữ này không phải là một thành ngữ thường dùng trong Mật Giáo Tây Tạng. Có lẽ do người kể lại câu chuyện này sáng tạo ra để chỉ "thân tinh thần" được chiếu sáng của một hành giả yoga thành tựu, thường được biết như là hJah.Lus.—Thân Cầu Vồng.

(2) Đây là phóng dịch tên của các thứ bệnh. Bởi vì nghĩa của chúng không rõ ràng, rất khó nhận diện các danh từ y học tương đương.

(3) Người Tây Tạng tin rằng khói do cháy rừng hay núi thường gây thương tổn hay đau khổ cho các thần địa phương. Như vậy, để trả thù, các thần này sẽ gieo rắc mầm bệnh trong vùng.

(4) Nghi thức Thanh Tẩy Một Trăm Chữ (T.T.: Yi.Ge.brGya. Pahi. Khrus. Chog.): Đây là nghi thức thanh tẩy của Vajrasattva [Kim Cang Tát-đỏa] mà Chân Ngôn [Mantra] chính gồm một trăm chữ.

(5) Mẹ Vòng Hoa Chiến Thắng (T.T.: gTsug.Tor.Nam.Par. rGyal. Ma.): một nữ thần Mật Giáo có thể ban cho những năng lực hấp dẫn to lớn.

(6) Các Đa-ki-ni Thế Gian (T.T.: hJig.rTen.mKhah.hGro.mMa.): Các Đa-ki-ni [Nữ thần đi trên không, không hành nữ] không nhất thiết là những người giác ngộ và từ thiện. Các Đa-ki-ni thế gian là những Nữ Thần địa phương, hay các tiên nữ, vẫn còn bị dục vọng và phiền não ràng buộc. Không có nghĩa họ là thánh thiện hay thần linh. Xem Chuyện 29, Chú thích 8.

(7) Dormas (T.T.: gTor.Ma.): Khi làm những lễ vật khác nhau cho các nghi thức Mật Giáo, các lạt-ma Tây Tạng đã phát triển một nghệ thuật quỉ biện cao độ biến những cục bột mì nướng thành những lễ vật này. Dùng chất liệu này như là thành phần chính, cùng với những phẩm vật và những pho tượng nhỏ phụ thêm, các lạt-ma Tây Tạng có thể tạo nên một số lớn những lễ vật khác nhau gọi là Dormas.

(8) Bốn Hạnh (T.T.: bsDus.Wa.rNam.bShi.: Dịch theo nghĩa đen: "Bốn Hành Động Hợp Tác"): Đây là bốn hạnh Bồ-tát (Phạn: Catuh-saṁgraha-vastu). Đó là (1) cho những vật mà người khác thích nhận; (2) nói những lời thích thú mà người khác thích nghe; (3) làm những việc lợi ích chúng sinh; và (4) tự thích nghi với tất cả mọi hoàn cảnh vì lợi ích chúng sinh.

(9) Menlha (T.T.: sMan.lHa.): một thánh địa ở Tây Tạng.

(10) Bốn Dòng Sông: một thuật ngữ tượng trưng chỉ những sự đau đớn của sinh, già, bệnh, và chết, giống như những dòng sông nguy hiểm, khó qua.

(11) Bốn Quỉ: là các quỉ Bệnh Tật, Trở Ngại, Chết, và Ham Muốn.

(12) Phật Thứ Sáu: Đếm theo chiều kim đồng hồ, bốn vị Phật đầu tiên trong một Man-đa-la, bắt đầu từ phương Đông là (1) Phật Đại Nhật [Vairochana], Đông; (2) Phật Bảo Sanh [Ratnasambhava], Nam; (3) Phật A-di-đà [Amitābha], Tây; và (4) Phật Bất Không Thành Tựu [Amoghasiddhi], Bắc. Phật thứ năm Kim Cang Tát-đỏa [Vajrasattva], chiếm vị trí trung ương; và thứ sáu, Vajradhara [Kim Cang Trì] (T.T.: Dorje-Chang) là suối nguồn và trung tâm của tất cả năm vị kia. Về niên đại, Ngài là vị Phật Thứ Nhất. Do đó, gọi là Phật Thứ Sáu là một từ rất dễ gây hiểu lầm bởi vì do thói quen của người Đông phương khi đếm phương hướng, họ bắt đầu từ phương Đông.

(13) Hạnh Bình Đẳng (T.T.: Ro.sNoms.Kyi.sPyod.Pa.): Khi một hành giả yoga đạt đến cảnh giới cao, y có thể "bình đẳng hóa" sợ hãi và hy vọng, niềm vui và đau đớn, xấu xa và đức hạnh, v.v.. Rồi y không còn bị tính phân cực chi phối, và bắt đầu bình đẳng hóa và hợp nhất các đối lực như đã hiện thân theo nhị nguyên.

(14) Bốn Thiền-na [Dhyānas]: Đây chỉ Bốn Thiền-na Vô Tướng, tức là, Hư không Vô biên, Thức Vô biên, Vô sở hữu, và Phi hữu thức Phi vô thức.

(15) Thân Tự Tánh (T.T.: No.Wo.Nid.Kyi.sKu.): Tên đầy đủ của từ này là "Thân Tự Tánh Vũ Trụ" (T.T.: Chos.dWyin.No.Wo.Nid. Kyi.sKu.), là nhất thể, hay dạng thái không thể phân chia của Ba Thân. Từ này dường như chỉ thấy trong văn học Mật Giáo, và nó bị một vài học giả Phật học phê bình là vô nghĩa và dư thừa, vì các đặc tính của nó đã được các giáo lý về Pháp Thân bao hàm đầy đủ.

(16) Nghĩa Trang U Tối Ồn Ào (T.T.: Mun.Pa.sGra.sGros.).

(17) Đạo Sư Shojigocha (T.T.: sLob.dPon.Phyogs.Kyi.GọCha.).

(18) Hắc Diễn Giả hay Hắc Linh (T.T.: sPyod.Pa.Nag.Po.).

(19) Ánh Sáng Lúc Chết (T.T.: hChi.Bahi.Hod.Zer.): ánh sáng của Pháp thân chiếu lên vào lúc chết.

(20) Ba Cảnh Giới Trung Gian (Bardo): (1) Cảnh Giới Trung Gian Lúc Chết (Chikhai Bardo); (2) Cảnh Giới Trung Gian Thực Tại (Chönyid Bardo); và (3) Cảnh Giới Trung Gian Tái Sinh (Sidpa Bardo). Xem "The Tibetan Book of the Dead," 3rd ed., edited by W. Ỵ Evans-Wentz, Oxford University Press, 1957.

(21) Tịnh Địa Không Thoái Chuyển: Người ta nói rằng Tịnh Địa của Phật thì miễn nhiễm tất cả những điều kiện trái ngược có thể lôi người ta trở lại ra khỏi sự tiến bộ của y trên Con Đường tâm linh, do đó, nó cũng được gọi là Tịnh Địa Không Thoái Chuyển.

(22) Mẹ Bất Sinh (T.T.: lHan.Cig.sKyes.Ma.): một tên khác của Dorje Pagmo, tượng trưng cho Trí Bất Sinh của Phật.

(23) Bidrama (T.T.: Bi.Kra.Ma.): Đây có thể là hình thức suy đồi của chữ Vikramasila (Tự viện) .

(24) Ba Hiện Hữu: Đây là những Hiện hữu của Sinh, Tử, và Cảnh Giới Trung Gian [Bardo].

(25) Tên của ba người gọi là dẫn đạo này bản văn không nói đến, và dịch giả không chắc là những người nào.

(26) Ba Tịnh Địa: Xét theo văn mạch, Ba Tịnh Địa nghi vấn này dường như là những Tịnh Địa của Pháp Thân, Báo Thân, và Hóa Thân. Nhưng ngữ cú này khá bất thường, và thiếu lý do. Trong Phật Giáo Đại Thừa, có thể chấp nhận khi nói rằng có một Tịnh Địa của Báo Thân hay của Hóa Thân, nhưng khó chấp nhận ý kiến về một Tịnh địa của Pháp Thân, vô tướng và trống không. Dịch giả cho rằng ngữ cú này chỉ là một sự hy sinh bút pháp gây bối rối, gây ra do phương thức cưỡng từ đoạt lý [Procrustean approach] của hình thức bộ ba cân xứng được áp dụng trong ca khúc này.

(27) Cảnh Giới Trung Gian Đầu thai (T.T.: sKye.gNas.brGyud.Pahi. Bar.Do.): thường được biết như là Srid.Pa.Bar.Do.

(28) Dri.Za.: Kẻ Ăn Mùi. Người ta nói rằng đa số các hồn ma, hay loài hóa sinh, đều là những kẻ sống bằng mùi. Điều này đúng với Thiên, A-tu-la, và ma đói.

(29) Địa thứ Mười Ba: Thông thường các nhà Đại Thừa chỉ chấp nhận mười giai đoạn giác ngộ tiến bộ của một Bồ-tát, được biết như là Mười Địa [Bhumi]; qua được địa thứ mười là thành Phật. Do đó, Phật được xem là địa thứ mười một. Nhưng theo các nhà Mật Giáo, *Phật Vajra* Tối thượng vẫn

còn hai bước nữa ở bên kia địa thứ mười một. Như thế, Địa của Dorje-Chang được xem như là Địa thứ Mười Ba – một đề mục gây tranh cãi nhiều nhất trong Phật Giáo Mật tông.

(30) Ánh Sáng Quang Minh của Đạo (T.T.: Lam.Gyi.Hod.Zer.): Đây là Ánh Sáng của Trí Tuệ mà một hành giả yoga thấy trên đường Đạo (hay trong lúc tu tập thiền định). Tất cả có ba loại "Ánh Sáng": (1) Ánh Sáng Căn Bản hay Ánh Sáng Mẹ (T.T.: Mahi. Hod.Zer.); (2) Ánh Sáng Đạo hay Ánh Sáng Con (Lam.Gyi.Hod.Zer.); và (3) Ánh Sáng Quả hay Ánh Sáng Hợp Nhất (T.T.: hBras.Buhi.Hod.Zer.).

(31) Lễ Khai Thị thứ ba, cũng gọi là lễ Khai Thị Trí Tuệ (T.T.: Ye.Ces.Kyi. dWan.). Trong lễ Khai Thị này người đệ tử được chỉ cho chân lý của sự hợp nhất của cực lạc và Tánh Không bằng biểu tượng giao hợp tình dục.

(32) Toagal (T.T.: Thod.rGal.): Đây là giáo lý thượng thừa Đại Hoàn Thiện của Phái Ningmaba [Cổ Mật, Mũ đỏ], khác hẳn và độc đáo khi so sánh với các giáo lý của các Phái mới của Mật Giáo Tây Tạng. Đây là một loại "Yoga Ánh Sáng," nhấn mạnh hình thái chức năng hay hiện thân của "Ánh Sáng Bẩm Sinh." Văn học về loại Yoga này cho đến nay [1962] vẫn chưa được dịch sang bất cứ một ngôn ngữ phương Tây nào.

(33) Shajhama (T.T.: Phyag.rGyag.Ma.): nữ hành giả yoga giúp người trong sự tu tập Yoga của lễ Khai Thị thứ ba.

31. TSERINMA VÀ SỰ TU TẬP THỦ ẤN

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Khuya mồng tám tháng Con Gà Lửa, một vầng sáng lớn chiếu trên cái am yên tĩnh của Milarepa ở Chu Bar. (1) Lúc ấy Milarepa cảm thấy một mùi thơm mà trước đây ông chưa từng ngửi thấy bao giờ và nghe có tiếng động đang tiến gần. Trong khi ông còn đang lấy làm lạ về những điều đó, thì Nữ Thần Trường Thọ Cát Tường [Tserinma], y phục đẹp đẽ và đeo những món trang sức đẹp, xuất hiện cùng với các chị em của cô ta – một cô mang nhiều loại nhang khác nhau, một cô mang nhiều đồ ăn thức uống, một cô mang những dụng cụ âm nhạc, một cô nữa mang những y phục tốt và đẹp, và một cô khác mang những hoa đẹp. Tất cả cúi đầu làm lễ trước Jetsun, đi nhiễu quanh ông nhiều lần, và dâng lên ông những hiến vật đáng ao ước do huyền lực của họ tạo ra. Rồi họ cùng nhau hát:

Ôi Đạo Sư hoàn hảo, quí báu, định mệnh và thiên phú,
Có phải "Kim Cương Cười" là tên mà chư Phật và
Đạo Sư gọi ngài?
Không phải cha mẹ đã gọi ngài là "Toubagha," (2)
Trong khi người ta gọi ngài là "Repa Đại Thành Tựu"?
Ngài không phải là một người với ba tên kỳ lạ sao?

Phía bên trái của núi, Lhaman Jalmo,
Là cái am của ngài đứng trên bờ sông Lodahan.
Vua của loài Rồng thổi
Chiếc kèn vỏ sò âm vang huyền diệu,
Và cái am này biến thành Cung Như Ý.

Trên bờ sông này trong Thung Lũng Thuốc,
Ngài, hành giả yoga kỳ diệu,
Tinh tấn tu tập những Giáo Lý Tột Cùng.
Từ bỏ Tám Ham Muốn Thế Gian,
Ngài được giải thoát khỏi những đền chùa Sinh Tử.
Bằng diệu lực,
Chúng con, năm cô gái đến
Để ca ngợi và hát cho ngài
Với những lời ngọt ngào và giọng ca đầy âm điệu.
Chúng con tiêu biểu bốn loại đàn bà nổi tiếng
Gọi là Hoa Sen, Vỏ Sò, Dấu Hiệu, và Voi. (3)
Xin hãy thực hành Ấn Karma với chúng con.
Ngài có ban cho lời cầu của chúng con không?
Ngài có biết rõ
Bốn thuật của Ấn Karma
Gọi là rơi, giữ, quay lại, và tỏa ra? –
Nếu biết, xin ngài hãy áp dụng bây giờ,
Vì bốn người hầu hạ của ngài đã chuẩn bị.

Trong Mật Điển Vô Thượng nói,
[Hành giả yoga đủ phẩm chất] sẽ hấp dẫn
trinh nữ của Trời,
Của Rồng, của A-tu-la, và của loài người.
Mật Điển ấy cũng nói rằng trong tất cả những lễ chế,
Tuyệt hảo là Ấn Karma.
Vậy nên chúng con đến đây chiều nay.
Xin hãy chứng giám điều này, ôi đại Hành giả Yoga,
Thân trần truồng đầy hào quang rực rỡ.

Jetsun đáp:

Vào giờ khuya khoắt này
Ta nghe các cô cất giọng đầy âm điệu,
Và những ý nghĩ diễn đạt trong bài ca.
[Các kiều nữ, các cô từ đâu đến?]
Không phải chỗ ở của các cô

Là trên đỉnh sáng ngời,
Đỉnh thủy tinh của Tuyết Sơn sao?
Không phải một cung điện ngất ngưởng
Dưới cây lọng mây trời
Giữa ngân hà hoa tinh tú sao?
Đời của các cô dài và huyền lực của các cô vĩ đại –
Đây là tặng phẩm của lòng từ [bi]các cô.
Sự giàu sang các cô địch với của Thần Tài –
Đây là tặng phẩm của lòng độ lượng các cô.
Những người hầu hạ của các cô trung thành và tuân lệnh –
Đây là tặng phẩm của lòng kiên nhẫn các cô.

Trong thực hành những hành vi công đức
Các cô đầy nguyện vọng –
Đây là dấu hiệu của tinh tấn.
Sự kiện các cô gặp ta trong đời này
Chứng minh những ước nguyện của các cô
trong những đời trước.
Ta hát khúc ca này cho các cô
Để tiết lộ mối quan hệ sâu xa ấy.

Ta là người theo Dòng Truyền Naropa
Người đã làm chủ Khí (Prāṇa) và Giọt Tinh Chất (Bindu)...
Đúng là trong tất cả các vật cúng dường
Một ấn [Mudrā] đủ phẩm chất là tốt nhất.
Kỳ diệu nhất quả thực là bốn Ấn hoàn thiện.

Mặt sáng ngời và Hoa Sen tăng thêm cực lạc
Kênh (Nāḍī) có dáng vỏ sò tăng tốc độ ngây ngất xuất thần;
Lúc ngưng thâm sâu, Dấu Hiệu ngăn ngừa
tất cả mọi lãng phí
Trong khi Thực Tại được nhận thức qua "Voi".

Cô là Nữ Nhân Trường Thọ cát tường, quí phái,
và không có lỗi.
Trong đóa Sen Trí Tuệ bí mật của cô

Là chủng tử, (4) "Bham" có dáng như dấu hiệu "è";
Viên ngọc dương giống như chủng tự màu xanh "Hum";
Và, khi kết hợp với "Pad," nó giữ Tig Le (Tinh Chất) tốt.
Khi Trí Tuệ và Thiện Xảo kết hợp với nhau
Cống hiến Cực Lạc của Hai-trong-Một tốt nhất.

Bốn Cực Lạc và Bốn Phút Giây
Là yếu tánh Bốn Thân của Phật.
Giống như con rùa bò
[Tig Le chầm chậm] nhỏ xuống.
Rồi giữ nó trong Kênh Giữa,
Và giống như một con dã thú chạy
Hãy đảo ngược nó [lên đầu].
Sau đó khi cô tỏa nó ra,
Hãy dùng Ấn Giải Thoát.
"Tig" là Đường Niết Bàn!
"Le" Cực Lạc Bình Đẳng;
"Las" (5) có nghĩa là những hành động và
trò chơi khác nhau,
"Kyi" sự giao hợp giữa Cực Lạc và Tánh Không;
"Phyad" là đây và đó nắm giữ;
Và "rGya," ôm Niết Bàn và Sinh Tử.

"Las" là tiếp xúc đây và hành động với kia,
"Kyi" làm cái này và cái kia hợp tác;
"Phyag" là sự Giao Phối của Cực Lạc và Tánh Không;
Trong khi "rGya" là không đi qua bên kia.
Đây là con đường Giao Phối tốc độ,
Con đường đầy cực lạc lưu tồn,
Con đường hoàn thành thành tựu
Của Tánh Không-Quang Minh,
Đưa đến Pháp Thân không phân biệt,
Đưa người thẳng đến Báo Thân hoàn thiện,
Và dẫn đến Hóa Hiện-Tánh Không của Hóa Thân.
Đây là con đường của cực lạc – của Tánh Không,
của vô niệm, và của hai-trong-một,

Con đường trợ giúp nhanh chóng của một nữ thần.
Theo con đường hứng khởi này
Các cô, những nàng tiên đẹp, sẽ đạt đến Giải Thoát,
Và sẽ ở lại trong Cõi Bất Sinh
Ôi các tiên nữ tài năng, các cô quả thật có phẩm chất tốt!

Rồi Ấn Karma được thực hiện, trong đó năm nữ thần đã dâng hiến Milarepa thân, khẩu, và ý của họ – cũng như nhiều đồ ăn thức uống để làm hài lòng ông.

Trong năm Đa-ki-ni – Nữ Nhân Trường Thọ Cát Tường, Nữ Nhân Drogmanzulema của Núi Tuyết Lashi, Nữ Nhân Manmo của Lingpa Draug, Nữ Nhân Tsoman-ma của Nepal, và Nữ Nhân Yidamo của Núi Tuyết Yolmo (6) – Nữ Nhân Trường Thọ Cát Tường là người đạt được nhiều hứng khởi nhất của Ấn Karma từ Jetsun.

Đây là câu chuyện về Repa, "Kim Cương Cười," Đại Hành giả Yoga, đã có thể hấp dẫn và sử dụng các nữ thần trong thực hành Thủ Ấn, gặp Nữ Nhân Trường Thọ như thế nào, và trong đó cũng chứa những bài hát vấn đáp, có nhan đề "Xâu Chuỗi Cực Lạc - Trí Không."

Sau những lời nguyện và cúng dường chân thành cho các Nữ Thần, hai hành giả yoga huynh đệ – những người biên tập câu chuyện này – đã nhận được mật khải hoan hỉ cho phép viết lại câu chuyện.

Samaya Ja Ja Ja! [Cảnh cáo: Bí mật! Bí mật! Bí mật!]

Câu chuyện về Nữ Nhân Trường Thọ và Milarepa, gồm nhiều lời giảng dạy của Mila và những yêu cầu của năm nữ thần Đa-ki-ni, đã được Bodhi Radsa và Repa Shiwa Aui biên tập và giữ gìn.

Đây là kết thúc chương mục kỳ diệu, gồm ba câu chuyện kế tiếp nhau.

Chú Thích Chuyện 31

(1) Nghĩa đen: "…trong chỗ trú yên tĩnh, Cung điện Hóa Thân ở Chu Bar."

(2) Toubagha (T.T.: Thos.Pa.dGah.) Tục danh của Milarepa, do cha mẹ đặt cho. [Xem: "Milarepa, Con Người Siêu Việt" ND].

(3) Bốn loại Shajhama, hay đàn bà, khác nhau có đủ phẩm chất để phục vụ các "Ấn." "Vỏ Sò," "Dấu Hiệu," "Hoa Sen," và "Voi," tất cả đều là những thuật ngữ tượng trưng chỉ những mẫu hình cấu tạo thể xác của các Shajhama.

(4) Bīja: hạt giống (chủng tử), nòng cốt, hay Tinh Yếu của Chân Ngôn (Mantra].

(5) Karma Mudra được dịch sang tiếng Tây Tạng là "Las.Kyi. Phyag.rGya." "Las" là từ tương đương với từ "Karma" trong tiếng Phạn có nghĩa là Hành Động; "Kyi" là một giới từ có nghĩa là "của," và "Phyag.rGya." là từ tương đương với "Mudra" trong tiếng Phạn, có nghĩa là "ấn" của hai bàn tay hay "dáng điệu" của thân. Như vậy, "Las.Kyi.Phyag.rGya" có thể dịch theo nghĩa đen là "Hành Động của những Lời dạy Thủ Ấn được thực hành qua Hành Động Cụ thể." Trong thi ca Tây Tạng có cách chia chẻ ngữ cú và dùng mỗi chữ làm chữ đầu một dòng, như thế khiến cho bài thơ có tính cách minh họa nhiều hơn.

(6) So với Chuyện 29, các tên không tương ứng. Tuy nhiên, dịch giả cho rằng đây là những tên khác của cùng những nữ thần Đa-ki-ni đó – một loạt là những tên chính thức của họ và những tên kia là các địa danh chỉ nơi họ từ đó đến.

32. LỜI KHUYÊN NHỦ REPA DORJE WONSHU

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Một lần, khi Jetsun Milarepa đang sống trong Động Regba Dhujen ở Dinma Drin, ông ban cho các đệ tử và những người bảo trợ những lời chỉ dạy và xếp đặt cho họ thiền định; kết quả tất cả bọn họ đều đạt được những Kinh Nghiệm tốt.

Trong các đệ tử có một thanh niên rất cần mẫn, một người xuất thân từ bộ tộc Hổ (1). Niềm tin sâu xa của anh ta nơi Jetsun được xác định khi sự Chứng Ngộ ló sáng lên anh ta. Trong hội chúng, anh ta nói, "Thưa Jetsun, khi con nghĩ đến những khốn khổ của luân hồi và sự an lạc của Giải Thoát, con không thể ngồi mà không làm gì dù trong phút chốc. Xin vui lòng chấp nhận con làm người hầu hạ thầy và con sẽ thiền định cả ngày lẫn đêm với thầy. Cũng như khi con nghĩ đến công đức của thầy và những hành vi thánh thiện của các Đạo Sư trong Truyền Thừa của chúng ta, tất cả những công đức và đức hạnh thế gian trở nên nhỏ bé và không xứng đáng. Vì vậy, xin thầy ban cho con những Chỉ Dạy Thiết Yếu của Pháp."

Milarepa hát trả lời:

Dòng Truyền của ta là Dòng Truyền của Dorje-Chang,
Ông tổ của ta là Tilopa Thánh Thiện
Ông cố của ta là Đại học giả (Paṇḍita) Naropa,
Cha của ta là Dịch giả Marpa,
Ta là Hành giả Yoga Milarepa.
Những cái này, với đầu nguồn của những Lời Dạy sâu xa,
Tạo thành sáu trụ cột lai lịch của ta.

Bây giờ ta sẽ nói cho con nghe về "Sáu Lừa Dối":
Chùa chiền thì như những trạm thu nhặt
Những thanh gỗ bồng bềnh trống rỗng –
Mặc dù họ tuyên bố
Rằng cuộc đời tu sĩ là thánh thiện và trong sạch,
Với ta nó là lừa dối và hư huyễn;
Ta không cần những bạn đồng hành như thế!

Ta là một người ấp ủ sự an tâm
Và không thích tất cả những chuyện gẫu và tố cáo!

Khi lửa Tam-muội (Dumo) được nhóm lên bên trong,
Tất cả những áo len đều trở thành vô dụng;
Ta không cần những y áo nặng nề,
Ta không ham việc nhà nhàm chán.

Khi nhờm tởm dấy lên bên trong,
Tất cả sự vật và sở hữu đều mất đi giá trị;
Ta không thích thú việc kinh doanh;
Ta không thèm tích lũy của cải.

Khi bền bỉ và cần cù phát triển bên trong,
Con và đệ tử không còn quan trọng;
Ta không cần hội họp và khách thăm
Vì họ chỉ làm gián đoạn sự sùng mộ.

Khi tu tập những Chỉ Dạy Thiết Yếu,
Rao giảng Pháp mất đi ý nghĩa;
Vì chúng chỉ khêu gợi lòng kiêu hãnh,
Ta không cần sách và học thức!

Đây là bài hát về Sáu Lừa Dối
Có thể tìm thấy Chỉ Dạy Thiết Yếu trong đó.
Hãy suy nghĩ, và nhớ kỹ trong tâm.

"Đây quả thật là điều kỳ diệu," người đệ tử trẻ nói. "Bây giờ vì những chúng sinh vô minh như chúng con, con xin thầy hát một bài về Sáu Công Đức và những điều Vĩ Đại của thầy." Lúc ấy Milarepa hát:

Trong đời ta hiếm khi ta khoa trương về "vĩ đại,"
Nhưng để ca ngợi sự vĩ đại của Dòng Truyền
Bây giờ ta hát Khúc ca về "Sáu Vĩ Đại": (2)

Vĩ đại là lòng từ thiện của các Đạo Sư và chư Phật!
Vĩ đại là ân điển của các Phật Hộ Trì và chư Thiên!
Vĩ đại là thần lực và sự hùng tráng của các bậc Bảo Hộ!
Vĩ đại là những lời chỉ dạy khẩu truyền của
Dòng Truyền Rỉ Tai
Vĩ đại là sự bền chí của Mila,
Và vĩ đại là niềm tin của các đệ tử của ông ta!

Bây giờ ta sẽ hát Khúc ca "Sáu Niềm Vui":
Vui là ở trong vùng đất không người;
Vui là nghĩ về những lời chỉ dạy của Đạo Sư;
Vui là ngồi trên bồ đoàn cứng bên dưới;
Vui là ở lại trong hang cô tịch;
Vui là giáp mặt đói và lạnh với dửng dưng;
Vui là tập thể dục Krunkol (3)

Bây giờ ta sẽ hát về "Sáu Tụ Hội":
Ban ngày người tụ hội nơi đây
Ban đêm các Đa-ki-ni đến.
Sáng và chiều mang đến thức ăn và quần áo.
Bánh xe Bồ-đề tụ hội trong hồn sống của ta,
Thế giới bên ngoài và tâm ta tụ hội thành một.

Bây giờ ta sẽ hát về "Sáu Cái Tháp" của ta:
Ở Ragma ta có một cái tháp gọi là "Phép Tu Bồ-đề,"
Ở Thung Lũng Ngọc Đá Đỏ ta có "Tháp Chim Ưng,"
Trên đỉnh Đá Đỏ là "Tháp Bầu Trời,"

Ở vùng Mon có "Tháp Sư Tử và Hang Con Cọp."
Ta cũng có "Tháp Ba Tiêu" ở Động Thủy Tinh Kadaya,
Ở Tảng Đá Răng Ngựa Trắng ta có "Tháp Trung Ương."

Bây giờ ta sẽ hát khúc ca "Sáu Cái Tốt của Mila":
Tốt là cái thấy Đại Thủ Ấn;
Tốt là pháp tu Sáu Yoga của Naropa,
Tốt là pháp tu sâu xa của Con Đường Thiện Xảo,
Tốt là quả bất sinh của Ba Thân,
Tốt là ân huệ của các Hiền Nhân phái Khẩu Truyền,
Tốt là những Chỉ Dạy Thiết Yếu của Milarepa.

Ôi những người bảo trợ và đệ tử thành tín,
Kẻ làm điều ác thì nhiều, mà kẻ làm điều thiện thì ít.
Tất cả những đau khổ của tội lỗi là quả báo,
Tất cả những niềm vui của đạo đức là tặng phẩm,
Song cả hai do một làm nên.

Bây giờ chúng ta hãy cùng nhau lập nguyện
Gặp nhau và lại gặp nhau trong những thời vị lai.

Nghe khúc ca này, tất cả những đệ tử và những người bảo trợ đều có rất nhiều ấn tượng và hài lòng. Rồi họ từ giã và trở về nhà. Tuy nhiên, người thanh niên đã được Jetsun nhận làm đệ tử hầu cận. Về sau anh ta trở thành một trong những người con gần gũi của Milarepa, và có danh là Daugom Repa Dorje Wonshu.

Đây là câu chuyện về Repa Dorje Wonshu.

Chú Thích Chuyện 32

(1) Bộ tộc Hổ (T.T.: Rus.sTag).

(2) Bản văn Tây Tạng, ở tờ số 172, kể có năm Điều Vĩ đại. Đây có thể là lỗi do "sao chép." Ở đây dịch theo bản văn đã được hiệu đính với điều Vĩ đại thứ năm.

(3) Thể dục Krunkol (T.T.: hKhrul.hKhol.): Những bài tập thể dục khác nhau được thiết kế đặc biệt để làm cho sự thiền định của hành giả yoga tiến bộ thêm, và để khắc phục những chướng ngại mà y có thể gặp phải trong tu tập thiền định.

33. CUỘC GẶP GỠ CỦA MILAREPA VỚI ĐẠT-MA BỒ-ĐỀ

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Vào lúc Milarepa đang chuyển Bánh Xe Pháp ở Hang Cái Bụng ở Nya Non với Rechungpa và những đệ tử khác của ông, có năm hành giả yoga đương thời, đại thành tựu. Họ là các Đạo Sư Tsem Chin ở La Dud, Dhampa Sangje ở Dinrin,(1) Shilabharo ở Nepal, Dharma Bodhi [Đạt-ma Bồ-đề] ở Ấn Độ, và Milarepa ở Nya Non.

Có lần Đạt-ma Bồ-đề được Shilabharo mời đến Bhalbo Dson giảng Pháp. Nhiều người Tây Tạng cũng như Nepal đến kính lễ ông ta. Một số đệ tử của Milarepa cũng muốn đến đó. Rechungpa đưa ra nhiều lý do với Milarepa, thúc giục ông đến viếng Đạt-ma Bồ-đề. Để trả lời yêu cầu này, Milarepa hát:

Nhờ ân huệ của chư Đạo Sư
Nhiều Hiền giả thành tựu đến.
Diệu Pháp như thế được truyền xa,
Và tất cả chúng sinh được gia trì với hoan hỉ.
Nhiều người lễ bái tỏ lòng tôn kính các Hiền nhân
Chứng tỏ một ít những người định mệnh sẽ xuất hiện.

Dhampa Sangje của Dinri,
Đạo Sư Tsem Chin của La Dud,
Shilabharo của Nepal,
Đạt-ma Bồ-đề của Ấn Độ,
Và Milarepa của Gung Tang –
Tất cả đã đạt Trí Tuệ.
Mỗi người đã thành công trong thiền định,
Mỗi người đều biết Tự Tánh của Tâm Chiếu Sáng.

Tất cả họ đều có thể làm phép thần thông,
Tất cả họ đều sở hữu Bi-Không tràn trề,
Tất cả họ đều làm những điều kỳ diệu và tạo ra
những chuyện kỳ lạ tức cười.
Về ứng khẩu hát lên những bài hát,
Ta là người giỏi nhất trong năm người.
Sự kiên trì và khổ hạnh của ta cũng vĩ đại hơn;
Họ không có gì kỳ đặc và tuyệt vời.
Ta thấy không cần đi;
Nhưng các người, các con và đệ tử của ta,
Nên đi bằng mọi cách!
Ấy chẳng phải vì ta nghĩ xấu về họ
[Mà ta ở lại phía sau]
Nhưng chỉ vì ta quá già không thể đi [đến đó].
Bây giờ ta ước nguyện rằng ta có thể gặp
Họ ở Tịnh Địa Oujen.
Ôi, con ơi, đừng bối rối.
Nhưng hãy tin [nơi ta].

Rechungpa nói, "Nếu thầy không đi, người ta sẽ nghĩ rằng thầy kiêu ngạo và ganh tị, và họ sẽ cáo buộc thầy với nhiều sỉ vả. Bằng bất cứ giá nào, xin thầy hãy đi cho!" Đáp lại, Milarepa hát:

Cầu cho các ngài, những Bậc Thành Tựu
Tẩy sạch tất cả tội lỗi và việc làm ác.

Ai quan tâm những gì người ta nói
Sẽ làm chình mình bối rối mà thôi.
Hành trình đến nhiều nơi
Chỉ làm trở ngại sự sùng mộ.
Can dự vào quá nhiều việc
Khi viếng một Đạo Sư Thánh Thiện
Sẽ làm bối rối và bực tức các Thần phối ngẫu.
Dẫm chân trên Con Đường Mật Điển sâu xa,
Nếu tâm bị phân chia,

Sẽ không bao giờ đạt được thành tựu.
Vĩ đại là sự gia trì của những Bậc Thành Tựu,
Nhưng quá nhiều khách viếng sinh ra ý xấu.
Tuy vậy, Rechungpa, hãy đi gặp
Ông ấy, với các huynh đệ của con [nếu con muốn].

Rechungpa đáp, "Việc thầy không muốn đi sẽ trực tiếp khiến cho người ta phạm những hành vi tội lỗi. Vì vậy, xin thầy hãy đi! Chúng con cũng sẽ được lợi ích lớn nếu thầy ban cho theo sự yêu cầu của chúng con." Sau những khẩn cầu khăng khăng như thế, cuối cùng Milarepa đành chịu thua, nói, "Được rồi. Trong trường hợp đó, chúng ta hãy đi chào mừng Đạt-ma Bồ-đề." Được Milarepa bằng lòng, Rechungpa và những đệ tử khác kêu lên vì vui. Họ nói, "Người Ấn Độ tất cả đều thích vàng; vậy chúng ta nên có một ít cho ông ấy để tỏ dấu hiệu chào mừng của chúng ta." Phê bình đề nghị ấy, Milarepa hát:

Nguyện các ngài, những Bậc Thành Tựu
Tiêu trừ những ham muốn của người khất sĩ này;
Cầu mong tất cả những hành vi của con hợp với Pháp!
Tại sao tu tập Tâm Bồ-đề
Nếu những hành động của mình mâu thuẫn với Pháp?
Ai đạt được Chánh Định
Không bao giờ cần bạn đồng hành
Ai đã kinh nghiệm tự giải thoát
Không bao giờ cần người phối ngẫu!
Hoặc ích dụng gì và có ý nghĩa gì
Công phu lâu dài của y trong thiền định?
Nếu ta, Milarepa, theo đuổi vàng,
Sự khước từ của ta sẽ thành vô mục đích.
Đạt-ma Bồ-đề không muốn vàng,
Hoặc sự thành tựu của ông ta sẽ thành vô giá trị.
Dordrag Rechungpa không muốn lợi ích,
Hoặc sự tu tập của y sẽ thành vô nghĩa.

Jetsun tiếp tục, "Các con đi trước – ta sẽ theo sau." Như vậy, ông đã bảo họ đi. Trên đường đi, vì nghi ngờ, tất cả bọn họ đều nghĩ, "Jetsun thực sự có đi không?" Với nghi ngờ như vậy, họ tiến gần đến Bhalbo Dson. Ô kìa! Milarepa, đã biến hình thành một bảo tháp (stupa), [đột nhiên] hạ xuống giữa bọn họ giống như một vì sao xẹt rơi xuống từ trời cao. Nhìn thấy phép thần thông này, Đạt-ma Bồ-đề cảm thấy rất kích động, và tất cả những đệ tử của Milarepa rất kinh ngạc và vui sướng. Rồi cả nhóm tiến gần đến Đạt-ma Bồ-đề đang có những đám đông vây quanh. Thấy Milarepa và các đệ tử đến, Đạt-ma Bồ-đề của Ấn Độ liền từ trên chỗ ngồi bước xuống và tự quì lạy trước Milarepa của Tây Tạng. Do đó, tất cả mọi người đều nghĩ rằng Milarepa còn vĩ đại hơn cả Đạt-ma Bồ-đề; nhưng họ cũng xác nhận niềm tin của họ nơi cả hai người là không khác với đức Phật toàn hảo. Rồi hai bậc thành tựu cùng ngồi với nhau trên cùng một tòa và nói chuyện vui vẻ với nhau. Đạt-ma Bồ-đề nói với Milarepa, "Tôi rất hài lòng biết rằng ngài luôn luôn ở lại nơi cô tịch. Đây quả thật là điều phi thường." Đáp lại lời ca ngợi này, Milarepa hát:

Nguyện các ngài, những Đạo Sư Hóa Thân,
Vì sự gia trì từ các Bậc Thành Tựu của Dòng Truyền Rỉ Tai!

Với Đạt-ma Bồ-đề của Ấn Độ, và những người tài năng của
Tây Tạng và Nepal tụ hội nơi đây,
Tôi, Milarepa, Hành giả Yoga Tây Tạng
Hát một bài về những Kinh Nghiệm Trí Tuệ,
Kẻo người ta không nhận ra là người thành tựu.

Năm Kênh (Nādīs) xoắn lại được Phép tu luyện
Khí (Prāṇa] làm thẳng ra,
Năm Khí xoay tròn được Phép Tu Tập Thuần Hóa
làm thẳng ra,
Năm Đại [Nguyên Tố] ô nhiễm bị đốt sạch,
Và tất cả Năm chiếc rương Tâm Phiền não
độc hại bị lật nhào.

Trong Kênh Giữa gió Nghiệp tàn bạo
Của những ý nghĩ bối rối được bình an.
Bây giờ với tôi chẳng cần
Tự vướng mình với những đồng hành ác.

Lúc ấy Đạt-ma Bồ-đề nói, "Cách ngài chinh phục 'địch thủ' quả thật kỳ diệu. Bây giờ xin hãy nói tôi nghe một vài phương pháp tốt vì cứu cánh này." Đáp lại, Milarepa hát:

Con nguyện với tất cả các Bậc Thành Tựu,
Con nguyện rằng, qua sự gia trì của các ngài,
Có thể tìm được trong con một bạn đồng hành.

Khi Mẹ của Năm Kênh Thanh Tịnh
Gặp Cha của Năm Khí Thanh tịnh,
Năm người Con Trai Năm Đại Thanh Tịnh được sinh ra,
Thì thấy được Bộ Mặt của Tự Tâm, Năm Thanh Tịnh.
Trong Cung Điện Ở Bên Kia Đo Lường, Kênh Giữa,
Người tuyên bố thành Phật
Hét với Bốn Xa Luân [Cakra] Cầu Vồng. (2)
Với những đoàn quân Mạng Lưới Vạn Hình Tướng (3)
Vì giới luật [tôi] ra lệnh không chấp trước.
Do nhận ra rằng tất cả hình tướng đều là tự tỉnh giác,
Tôi đã thấy bộ mặt người phối ngẫu của tôi –
chân Tâm ở Bên Trong.
Nên không một chúng sinh nào trong Ba Đại Thế Giới
Tránh được cái ôm của Chân Như vĩ đại.
Đây là người bạn đồng hành của tôi
An lạc là luôn luôn phối ngẫu với nàng,
Vì không bao giờ nàng rời bỏ tôi!

Khi nghe bài hát này Đạt-ma Bồ-đề rất hài lòng. Ông ta nói, "Đúng là các kinh nghiệm bên trong của một hành giả yoga ở bên kia mô tả. Tuy nhiên, xin ngài vui lòng nói cho chúng tôi nghe một cách vắn tắt về Thấy, Tu, và Hành." Milarepa hát trả lời:

Ai có thể nhìn tâm mình không phân tán
Không cần nói chuyện hay bép xép;
Ai có thể tự thấm nhập trong tự tỉnh giác;
Không cần ngồi cứng đơ như một tử thi;
Nếu biết được bản tánh của tất cả hình tướng,
Thì Tám Dục Vọng Thế Gian tự biến mất.
Nếu trong tâm không tham hay sân,
Thì không cần giả vờ hay bày tỏ.
Đại Trí và Ba Thân
Siêu việt cả Sinh Tử lẫn Niết Bàn,
Không thể đạt bằng tìm kiếm hay ước nguyện;
Không bao giờ có thể đạt được
Mà không nhận trước sự gia trì từ Dòng Truyền.

Lúc ấy Đạt-ma Bồ-đề nói, "Thấy, Tu, và Hành của ngài thực tuyệt diệu." Milarepa đáp, "Bây giờ xin ngài vui lòng nói cho chúng tôi biết tri giải của ngài về những Chỉ Dạy Thiết Yếu đã đạt được qua tu tập của ngài. Lúc ấy Đạt-ma Bô-đề hát:

Vì những bậc tài năng trong hội này
Con nguyện với dòng Kế Thừa Tu Tập kỳ diệu –
Nhờ Nghiệp thuận lợi này
Tất cả chúng con sớm có thể thấy [thánh diện
của các ngài].

Nếu không thể lắng xuống được những tạp niệm
và suy tư theo thói quen;
Thì quán tâm có ích dụng gì?
Nếu không thể thắng phục được ngã chấp và
ham muốn khoái lạc,
Thì thiền định một đời nào có ích chi?
Kẻ nào không gắng sức cho những hành vi vì người khác,
Sẽ bị lòng kiêu hãnh của mình chế ngự
Và sẽ không tiến bộ.
Nếu một người không theo sự hướng dẫn của Đạo Sư,
Y có thể được ích lợi gì

Bằng cách sống với những bạn bè ưa thích?

Giả vờ và tự phụ trực tiếp gây nên ô nhục,
Cãi vã và bất đồng đem đến không may.
Nếu một người luôn luôn nói thật,
Thường làm đau lòng người khác.
Nếu một người tu tập không có lòng vị tha
Làm sao y có thể thành Phật được?
Những lời chỉ dạy một người học được
sẽ trở nên sâu hơn
Nếu y yên tâm ở lại một mình.
Ôi ngài, đại Hành giả Yoga Tây Tạng,
Ngài thực tài năng về thơ và ca hát –
Tôi không giỏi ngâm thơ hay ca hát,
Nhưng giờ đây, vui thích, kích động, và hứng khởi
Tôi có thể hát khúc hát này vì ngài.
Cầu mong chúng ta sớm ở trong Tịnh Địa Đại An Lạc
Tất cả [cùng nhau] hát những tán ca.

Đạt-ma Bồ-đề và Milarepa tiếp tục cuộc nói chuyện thích thú của họ một hồi, rồi cả hai từ giã.

Khi Milarepa và các đệ tử trở về Nya Non, dân làng đã đem rượu nho đến để chào mừng họ, và hỏi về cuộc gặp mặt với Đạt-ma Bồ-đề. Milarepa hát trả lời:

Khi mặt trời hay mặt trăng lên,
Tất cả Bốn Châu đều sáng;
Khi độ ẩm và hơi ấm nhiều,
Trái sẽ chín trên cây;
Khi mẹ và con cùng nhau gặp mặt,
Đau khổ mong nhau sẽ dừng;
Khi một người thành tựu xuất hiện
Thế gian vui và thịnh vượng!

Khi Đạt-ma Bồ-đề đến rừng Bhalbo Dson,
Tôi, Milarepa của Tây Tạng, đã đến đó gặp ông ấy.

Ông ta từ chỗ ngồi đứng lên
Và kính lễ tôi.
Vì thế người ta ngạc nhiên và nghi ngờ.
Chắp hai tay và quì hai gối
Ông ta đã cúi đầu lễ bái trước tôi.
Đây là biểu tượng Chân Lý của Hai-trong-Một.
Ông ta hỏi tôi về sức khỏe và phúc lợi –
Đây là biểu tượng Toàn thể ôm trùm tất cả.
Để trả lời sự truy cầu tử tế của ông ta
Tôi đã cho ông ấy thấy Đại Thủ Ấn [vô tướng].
Trong Ngôi Chùa Thanh Tịnh Bất Nhị
Chúng tôi đã nói chuyện vô ngôn chiếu diệu, với niềm vui.
Một ước nguyện thanh tịnh trong những đời
quá khứ của chúng tôi
Đã mang lại cuộc gặp mặt này.
Tôi phải có Nghiệp duyên với ông ấy trước kia,
Khi Phật giáng xuống thế gian này.

Cuộc gặp mặt này với người bằng hữu huynh đệ
Kỳ thú và cát tường.
Ở những miền đất xa xôi
Người ta sẽ nghe nói và sẽ hỏi về nó.

Nghe bài hát này, những người bảo trợ của Nya Non tất cả đều rất hài lòng và kích động. Người ta nói rằng bởi vì sự đảnh lễ của Đạt-ma Bồ-đề, danh tiếng và vận may của Milarepa trở nên vĩ đại hơn trước.

Đây là câu chuyện về Milarepa gặp gỡ Đạt-ma Bồ-đề.

Chú Thích Chuyện 33

(1) Dinrin: Tên này cũng xuất hiện như là Dinri.

(2) Bốn Xa Luân (Cakras) Cầu vồng: Đoạn này dịch theo nghĩa đen là "Chỗ hay Cảnh giới của Bốn Xa Luân." Thực tế nó chỉ cảnh giới của sự giải thoát toàn triệt và Giác Ngộ tối hậu. Tâm của một người đã đạt đến cảnh giới này trở thành Trí Biết Tất cả, và thân của người ấy, sáng ngời và huyền diệu như Thân Cầu vồng (T.T.: hJah.Lus.). Thành ngữ Mật Giáo "đạt thành Thân Cầu Vồng," hay "Cảnh giới Cầu Vồng," như thế, có nghĩa là đạt thành Phật quả.

(3) Mạng Lưới Vạn Hình Tướng (T.T.: sGyu.hPhrul.Dra.Wa.): Ngữ cú này cũng có thể dịch là "Mạng Lưới Huyễn Hóa." Đây là một thuật ngữ quan trọng, phản ánh cái nhìn căn bản của Mật Giáo về Pháp giới, tương tự một cách đáng kinh ngạc với triết lý Hoa Nghiêm. Giải thích một cách rất vắn tắt, tất cả hiện tướng là không bản thể, mê hoặc, như mộng, như ảo thuật, không có tự-tánh. Bởi vì chính sự không có bản tánh và không có bản thể này, tất cả hiện thân có thể phát khởi đồng thời ở cùng một chỗ mà không ngăn ngại nhau – sự thực mỗi và mọi hiện thân có thể phát khởi một cách đồng thời ở một chỗ khác một cách tương nhập. Như vậy, trong Kinh Điển Phật Giáo đã dùng thành ngữ hình ảnh "Mạng Lưới Hóa Hiện" hay "Mạng Lưới Vạn Hình Tướng" để mô ta trạng thái tương nhập, trang nghiêm này. Xem "The Essential Buddhism," by D. T. Suzuki, The Buddhist Society, London. Cũng xem sách sắp ra của dịch giả, "The Philosophy of Hwa Yen Buddhism." [Triết Lý Phật Giáo Hoa Nghiêm Tông].

34. SỰ THÁCH THỨC CỦA CÁC NHÀ LUẬN LÝ HỌC

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Khi làm chủ trọn vẹn các Tâm cảnh của chính mình và người khác, Jetsun Milarepa đã có thể khiến cho Đạt-ma Bồ-đề của Ấn Độ đảnh lễ với ông. Như thế danh tiếng của ông đã lan xa. Người dân của Nya Non, vào lúc đó, tất cả đã cúng dường ông vì lợi ích của cả người sống lẫn người chết. Với may mắn luôn luôn gia tăng, ông an lạc ở lại trong Hang Cái Bụng ở Nya Non để cứu giúp chúng sinh.

Bấy giờ có một số tu-sĩ-học-giả [những nhà luận lý học và thần học] ở Tu viện Nya Non rất ganh tị với Milarepa. Họ gièm pha ông bằng cách gọi ông là kẻ tà đạo, dồn nhiều phỉ báng lên ông.

Có lần, một nạn đói nhẹ xảy ra ở Nya Non, nhiều dân làng đã đến các tu-sĩ-học-giả để vay tiền [mua hạt giống để] gieo trồng. Những tăng nhân ấy nói với họ, "Vì chúng tôi không tu tập hay biết gì về các giáo lý tà đạo, chúng tôi đã không bao giờ nhận được sự cúng dường nào từ phía những người các ông để thực hiện nghi lễ cho người chết. Của làm phước của chúng tôi chỉ dùng cho mục đích duy nhất là cung cấp lương thực cho sự tu học Pháp không tì vết, dĩ nhiên nó không giúp gì cho các ông. Bây giờ nếu các ông muốn vay mượn, thì nên đến ông thầy tà đạo của các ông mà các ông đã hiến dâng tất cả những gì các ông đã có." Yêu cầu của những người đó đã bị khước từ như thế. Một người trong đám người vay mượn bình luận, "À, ở một mức độ nào đó, những gì các ông tăng ấy nói là đúng. Chúng ta có thể xem Jetsun như là nơi nương tựa của chúng ta trong đời này và những đời sau. Nhưng chúng ta cũng có những nhu cầu

trong đời này. Vì thế, chúng ta nên cúng dường các tăng nhân học giả đây." Rồi dân làng làm một hợp đồng và thỏa thuận với tu viện.

Không lâu sau sự cố này, các tu-sĩ-học-giả tổ chức một hội nghị dưới sự lãnh đạo của Lodun Gedunbum và Radun Dharma Lhodre. Một thành viên của hội nghị nói, "Phải đuổi Milarepa ra khỏi chỗ này, nếu không chúng ta không bao giờ có thể lôi cuốn được nhiều người hơn hay truyền bá giáo lý của chúng ta. Vả lại, giáo lý của Milarepa là tà giáo và xấu xa, chắc chắn phải trục xuất ông ta." Nhưng các trưởng lão đáp, "Nếu chúng ta đẩy ông ta đi thì khó coi lắm, dân chúng sẽ phê bình chúng ta. Cách tốt nhất là phái ba người trong những học giả giỏi nhất của chúng ta, giỏi Phạn ngữ, luận lý học, triết học, và các Kinh Điển, thách ông ta tranh luận về Phật Giáo. Vì ông ta rất dốt, chỉ có miệng lưỡi thôi, ông ta sẽ không thể trả lời những thách thức và tranh luận của chúng ta. Trong một trăm câu hỏi, giỏi nhất ông ta chỉ trả lời một hay hai câu là cùng; lúc ấy chúng ta có thể khinh bỉ và mắng chửi ông ta. Vì bị sỉ nhục như thế, ông ta sẽ tự ý bỏ chạy." Rồi ba học giả có kiến thức nhiều nhất được phái đến gặp Milarepa. Khi thấy họ đến Rechungpa không vui. Ông ta đi vào trong và hỏi Milarepa, "Có ba tu sĩ học giả đến muốn gặp thầy – Con có nên cho họ vào không?" Jetsun đáp, "Đạo Sư của thầy là Marpa nói, 'Con nên hiến trọn thân, khẩu, ý mình làm lợi ích chúng sinh bằng bất cứ cách nào có thể, ngay cả trong cuộc nói chuyện hàng ngày con cũng nên cố gắng phục vụ họ.' Bất kể là gì, cứ cho họ vào. Thầy sẽ gặp họ." Rồi họ được dẫn vào và mời nước để làm họ tươi tỉnh lại. Milarepa nói, "Sức mạnh của niềm tin có thể chẻ đá, nứt đất, rẽ nước. Bây giờ, xin hãy giảng cho tôi lời dạy của các Kinh Điển." Lúc ấy học giả lãnh đạo từ chỗ ngồi đứng lên, khảy móng tay, và nói một cách kiêu hãnh, "Vâng, chúng tôi là những bậc thầy đã nắm vững Tam Học (1) và các qui luật, và sở hữu ba Pháp y – biểu tượng và nguồn gốc của tất cả công đức. Tôi có thể giảng hay không giảng cho ông lời dạy của các Kinh, nhưng bây giờ hãy để tôi hỏi ông trước: Ông có những công đức gì mà ông – một cư sĩ, thọ nhận và hưởng thụ cúng dường và quà tặng của người ta

không chút kiêng dè mà còn rất tin tưởng?" Để trả lời câu hỏi của ông ta, Jetsun hát "Những Chứng Ngộ của tôi từ Thiền Định":

Hiện thân trong lời chỉ dạy như cam lồ của Đạo Sư tôi
Là Pháp tột cùng của Chân Lý Tối Hậu –
Tinh yếu của tất cả những lời dạy từ các Kinh và Luận,
Mà tất cả học giả và tu sĩ đều ngưỡng vọng.
Nguyện Người không rời bỏ tôi
Nhưng ngồi trên đầu tôi mãi mãi
Như trang nghiêm vinh quang của tôi.

[Với các ông những học giả học thức]
Bây giờ tôi kể những tu tập sùng mộ của tôi
Bằng cách chia chúng thành ba nhóm.
Nhóm thứ nhất tôi tu tập,
Là Yoga Phát Sinh về Phật Hộ Trì của tôi,
Thứ nhì là Kênh (Nādīs), Khí (Prāṇas), và
Giọt Tinh Chất (Bindus),
Thứ ba là Đại Thủ Ấn.

Trong bốn thời mỗi ngày
Tôi tu tập Yoga Tâm Bồ-đề.
Trong tích lũy Thức Ăn Niềm Tin
Tôi chiêm nghiệm Tánh Không;
Trong tích trữ Thức Ăn Niềm Tin nơi Nghiệp
Tôi cúng dường Dorma; (2)
Trong tích trữ Thức Ăn Tự Tin
Tôi tặng hiến vật cho chư thiên.
Với ma, tôi cho những vật thừa lại của Dorma.
Tôi là một hành giả yoga quay Bánh Xe Dưỡng Chất.
Đã chứng ngộ Tánh Không của tất cả sự vật
Tôi xứng đáng thọ nhận và vui hưởng của cúng dường.

Một trong các học giả nói, "Như một người bị chặt đứt hai tay không bao giờ có thể leo núi được, cũng vậy một người

không có kiến thức nghiên cứu Phật học không bao giờ có thể đạt được Giải Thoát. Như một người mù không thấy gì trong nhà nguyện, cũng vậy một người không có kinh nghiệm thiền định sẽ không bao giờ thấy Chân Như. Để tu tập Yoga Phát Sinh trước hết người ta phải biết *cách* tu tập nó. Bây giờ ông nói rằng ông đã tu tập nó, vậy hãy nói cho chúng tôi [ông tu tập] bằng cách nào?"

Lúc ấy Jetsun hát:

Khi tôi tu tập Yoga Phát Sinh về Phật Hộ Trì
Tôi thấy thân tôi, sống động như cầu vồng song trống rỗng,
Không thể tìm thấy bản thể nào trong đó.
Vậy tôi đã tự giải thoát khỏi tất cả dục vọng.

Tất cả thuyết thoại giống như tiếng vang trong
thung lũng hoang liêu.
Vì tôi không có mơ mộng hão huyền hay ưa thích.
Vậy tôi đã cạn hết những ưa thích hay không ưa thích.

Tâm Không-Quang Minh.
Thì giống như hào quang của mặt trời và mặt trăng,
Không có giới hạn hay thuộc tính.
Tan biến trong đó
Ngã chấp của tôi trở thành không.
Thân, khẩu, và ý của người thường
Chính là Thân, Khẩu, và Trí của Ngã Phật.
Không còn thô lậu
Tôi luôn luôn cảm thấy đại an lạc và hoan hỉ.

Tôi an lạc bởi vì hành vi của tôi hợp với Pháp,
Tôi hứng khởi bởi vì tôi theo
Con Đường Chánh Pháp.

"Những gì ông vừa nói có thể đúng," học giả bình luận. "Bây giờ hãy nói tôi nghe ông tu tập Kênh, Khí, và Giọt Tinh Chất như thế nào?" Để trả lời Milarepa hát:

Trong tu tập các Kênh, Khí, và Giọt Tinh Chất
Tôi thiền định về Ba Kênh và Bốn Trung Khu.
Khi hết vướng mắc với thân
Ngã tự tan biến thành không.
Những Chữ Cốt Yếu của [Năm] Đại (3) được thanh tịnh,
Chúng không biến mất, mà trở thành chiếu sáng.
Tôi nhìn thấy bộ mặt của Chân Như,
Nên chẳng có cơ hội để tôi lầm lỗi.
Các Khí tất cả đều tập trung trong Kênh Giữa,
Và như vậy chúng đánh trúng vào yếu điểm.
Các Lực Trắng và Đỏ hợp nhất trong tôi,
Những kinh nghiệm cực lạc, quang minh, và
vô niệm tức khắc phát sinh,
Và như thế các nút nghi hoặc và vô minh được mở.
Tôi tu tập Pháp bằng tim không phải bằng miệng,
Tôi kết hợp Ánh Sáng Mẹ và Con với nhau
Và diệt trừ dục vọng phức tạp.
Khi Sắc và Không hợp nhau thành một,
Tâm của tôi thoải mái và đầy vui.
Tôi rất an lạc
Vì tôi không bao giờ rơi vào cạm bẫy
Của duy niệm hóa về Không.
Khi tất cả những bối rối tan biến vào Pháp giới
Tôi chỉ cảm thấy vui vẻ và hân hoan!

Lúc ấy nhà học giả nói, "Loài chuột chũi sống dưới đất có thể ngủ [đông miên] trong bốn tháng trong khi một dòng Khí chạy không một chút lay động thân của chúng. Ở dưới nước bao lâu, loài cá vẫn sống. Chúng có thể sống như vậy chỉ vì những Khí lực [di truyền] của chúng, song người ta không thể nghĩ rằng những loài động vật này sở hữu công đức gì, vì tâm của chúng hoàn toàn mù! Ông nên biết rằng tất cả công đức gồm trong sự hiểu biết của người ta. Bây giờ hãy nói tôi nghe, ông tu tập cái ông gọi là Đại Thủ Ấn như thế nào?"

Jetsun hát:

Khi tôi tu tập Đại Thủ Ấn,
Tôi tự yên nghỉ trong trạng thái bản nhiên,
Buông xả mà không phân tán hay nỗ lực.
Trong cõi Tánh Không,
Tôi tự yên nghỉ với Quang Minh.
Trong cõi Cực Lạc,
Tôi tự yên nghỉ trong Tỉnh Giác.
Trong cõi Vô Niệm
Tôi tự yên nghỉ với tâm trần truồng.
Trong hiện thân và sinh hoạt,
Tôi tự yên nghỉ trong Định.
Thiền định về Tự Tánh của Tâm như thế
Nhiều tri giải và tin quyết phát sinh.
Do Tự Chiếu tất cả được thành tựu mà không gắng sức.
Không còn tìm Giác Ngộ nữa,
Tôi cực kỳ an lạc.
Không hy vọng và sợ hãi,
Tôi cảm thấy rất vui.
Ôi, khoái lạc là thưởng thức
Bối rối khi nó xuất hiện như là Trí Tuệ!

"Thực chỉ là miệng lưỡi, không [có ý nghĩa] gì," học giả nhận xét. "Những gì ông vừa nói dường như không quá tệ, nhưng nó giống như bắt chước nguyên bản. Bây giờ hãy nói cho chúng tôi ai là Đạo Sư của ông?" Jetsun đáp, "Tất cả tri thức tôi có được qua sự nghiên cứu bên trong tâm tôi, như vậy tất cả những ý nghĩ của tôi trở thành lời dạy của Pháp. Bao lâu tôi không tách rời tâm, tôi luôn luôn được kinh sách đi kèm. Tôi đã nhận ra rằng tất cả hiện thân là Tâm, và chính tâm là sự chiếu sáng. Những cái này là Đạo Sư của tôi." Vì vậy, ông hát:

Bây giờ tôi sẽ nói cho các ông ai là Đạo Sư của tôi.
Các Đạo Sư của tôi là những Jetsun (Tôn Giả),
Mà các Thân không tì vết hiện ra
như là Tịnh Địa của Phật.
Năm Khí Thanh Tịnh là những chiếc ngai của họ,

Năm Kênh Thanh Tịnh là những tòa sen của họ,
Năm Đại Thanh Tịnh là những bồ đoàn mặt Trời
và mặt Trăng của họ.
Tự Tánh của Tâm không tịch là thân của Đạo Sư tôi;
Đạo Sư của tôi là Dorje-Chang, với Thân Trí Tuệ;
Đạo Sư của tôi là Tilopa, với sáu Thần Thông;
Đạo Sư của tôi là Naropa, với Mạng Lưới Vạn
Thần Chú; (4)

Đạo Sư của tôi là Marpa, người mà tôi mang ơn lớn nhất.
Các Ngài ngồi mãi mãi trên đầu tôi, vinh quang cho tôi.
Nếu các ông có đôi mắt sáng và thành thật
Các ông sẽ thấy họ như là những Chân Phật.
Nếu các ông thành tín khẩn nguyện với họ,
Mưa ân huệ sẽ mãi mãi rơi xuống trên các ông.
Nếu các ông dâng hiến tu tập và sùng mộ,
Kho tàng Thành Tựu sẽ mở ra cho các ông.

Nghe bài ca này, niềm tin nơi Jetsun phát sinh trong ba học giả. Tất cả ba người đều cúi đầu lễ bái ông và nói, " 'Vô minh, mù quáng và nhầm lẫn – ba cái xấu xa này đã tạo nên tất cả bất hạnh trên thế gian!' Thật đúng làm sao! Với tâm mù quáng chúng tôi đã nghĩ rằng ngài là một người dốt nát đã nhận lấy sự cúng dường của dân chúng bằng cách [lừa gạt họ] bằng những Pháp điên rồ của ngài. Nhưng ngài đã trả lời những câu hỏi thách thức của chúng tôi một cách dễ dàng và không chút do dự. Bây giờ chúng tôi rất hối hận đã đem sự tranh cãi áp đặt lên ngài. Xin ngài tha thứ cho chúng tôi. Vì chúng tôi không có cơ duyên hay công đức gặp được các Đạo Sư của ngài, chúng tôi sẽ ngưỡng vọng ngài và nguyện xin ngài với lòng chân thành và kính ngưỡng, vì ngài còn vĩ đại hơn là 'Kho tàng của những Thành Tựu.' Bây giờ xin ngài ban cho chúng tôi lễ Khai Thị và những lời chỉ dạy." Vậy, họ đã cầu xin Milarepa một cách rất khiêm cung và kính trọng. Jetsun rất mực hài lòng. Rồi ông ban cho họ các lễ Khai Thị và những Chỉ Dạy Thiết Yếu, và xếp đặt cho họ thiền định. Về sau, tất cả ba người đều đạt được Kinh

Nghiệm và Chứng Ngộ, và họ trở thành ba học-giả-hành-giả yoga giác ngộ như sư tử tuyết.

Bấy giờ, vào lúc này dân chúng Nya Non tổ chức một tiệc lớn trong làng, họ mời Jetsun và tất cả những đệ tử, kể cả ba vị tu sĩ học giả này, đến dự. Một tòa ngự được chuẩn bị cho các giáo sĩ học giả Lodun (5) và Dhar Lho (6) – và một hàng chỗ ngồi cho các tăng nhân học giả khác. Một tòa ngự và nhiều chỗ ngồi nữa cũng được chuẩn bị cho Jetsun và các Repa đệ tử của ông.

Ba giáo sĩ học giả đã được phái đi tranh luận với Jetsun cũng đến. Mặc y phục giống như những hành giả yoga, họ xuất hiện như những Repa ngồi ở những chỗ ngồi thấp hơn, uống rượu đựng trong Kapāla [chén sọ người] từng ngụm một. Khi Lodun và Dhar Lho nhìn thấy như vậy, họ nổi cơn giận dữ và nói với ba người, "Chúng mày bọn côn đồ, chấy rận bẩn thỉu, đồ phản bội! Chừng nào chúng mày còn ở đây, giáo pháp của bọn tao sẽ bị giảm giá và khả ố! Chúng ta sẽ nói chuyện với những tên phản bội bẩn thỉu này và loại trừ chúng một cách thích đáng." Rồi Lodun từ chỗ ngồi đứng dậy nói với Milarepa, "Ông là một hành giả yoga phi thường, vậy ông phải có tri thức lành mạnh hợp lý. Mặt khác, nếu hành sự như thế này, ông sẽ làm giảm giá trị của Pháp, phá hỏng chính ông và những người khác, làm mất phẩm giá chính ông là một người tu tập Pháp. Do đó, xin hãy cho chúng tôi một đề nghị đơn giản hợp với những qui luật của luận lý học." Jetsun đáp, "Học giả thân mến, ông nên ráng tự yên nghỉ trong Pháp-Yếu bất sinh thay vì trong lời nói và diễn thuyết. Trong cuộc sống hàng ngày, ông nên luôn luôn cố lắng dịu những dục vọng của ông. Hiểu đúng và công đức chỉ có thể phát triển từ bên trong, trái lại ông sẽ bị ganh tị và Năm Ô Nhiễm (Kleśas) đẩy ông vào những Cõi Khốn Cùng. Vậy, xin đừng tự phá hoại mình! Tôi không hiểu luận lý học của Trường phái ông. 'Luận lý học' của tôi là luận lý học của các Đạo Sư, của những Chỉ Dạy Thiết Yếu, của tinh tấn và kiên trì, của ở lại trong cô tịch, của thiền định trong am vắng, của tạo ra Chứng Ngộ và chân nghĩa bên trong, của những người bảo trợ chân thành với niềm tin chân chánh, và làm một người thọ

nhận chân thực và xứng đáng của sự bảo trợ. Bị ràng buộc bởi ‘luận lý học’ của ganh tị và ham muốn xấu xa, người ta phải kinh nghiệm ‘luận lý học’ của Địa ngục và đau khổ vì ‘luận lý học’ của đau đớn. Tôi không biết một ‘luận lý học’ nào khác hơn luận lý học này. Để miêu tả ‘luận lý học’ của tôi đầy đủ hơn, tôi sẽ hát cho ông một khúc hát, vậy hãy lắng nghe”:

Con cúi đầu đảnh lễ các Đạo Sư không Ô Nhiễm của con.

Hỡi ôi, vào thời ô nhiễm này,
Ganh tị của người ta thật to lớn!
Xin hãy lắng nghe, hỡi Lodun và Dhar Lho.
Nếu tôi không đến từ thai cung của mẹ,
Làm sao tôi có thể uống được sữa của bà?
Nếu bà không nuôi tôi bằng sữa ngọt,
Làm sao tôi có thể ăn được ba loại hạt?
Nếu tôi không ăn những hạt ấy,
Làm sao tôi có thể trưởng thành?
Nếu tôi không trưởng thành,
Làm sao tôi có thể đi qua cửa?
Nếu tôi không đi qua cửa,
Làm sao tôi có thể đi dạo tất cả các xứ?
Nếu tôi không viếng tất cả các xứ,
Làm sao tôi có thể tìm được Đạo Sư ân huệ của tôi?
Nếu tôi không gặp được Đạo Sư của tôi,
Làm sao tôi nhận được những Chỉ Dạy Thiết Yếu?
Không có những chỉ dạy, làm sao tôi có thể
thiền định trong cô tịch?
Không thiền định trong cô tịch,
Làm sao Kinh Nghiệm và Chứng Ngộ bên trong phát sinh?
Không có Chứng Ngộ và nội nhiệt,
Làm sao tôi có thể giữ ấm được
Chỉ trong một tấm vải làm y?
Nếu tôi không thể sống trong một tấm y vải,
Làm sao những người bảo trợ có thể tin tôi?
Nếu những người bảo trợ không có niềm tin nơi tôi,

Làm sao ông, nhà sư học giả, ganh tị với tôi?
Nếu ganh tị và oán giận không bao giờ phát sinh trong ông,
Làm sao ông, nhà sư học giả, có thể đi đến Địa Ngục?

Trên cao nguyên bên kia
Dã thú chạy và chơi,
Khiến chó săn hăng hái và ganh tị;
Đây không phải chính là lý do
Để chó săn trở nên giận dữ hay sao?

Trong Hang Cái Bụng của Nya Non
Tôi, Milarepa đáng kính, ở.
Điều khiến ông, bậc thầy chữ nghĩa, ghét ganh đau đớn.
Đây không phải chính là lý do mà các ông
bị lãng quên hay sao?
Thấy của bố thí những người bảo trợ của tôi cúng dường,
Các ông, giáo sĩ học thức, trở nên ganh tị.
Đây không phải là lý do các ông tức giận
và nhầm lẫn hay sao?
Ôi các thầy và học giả vĩ đại,
Chớ bám vào lời vô nghĩa và thuyết thoại rỗng tuếch
Cho rằng đó là Chân Lý!
Ngay cả bọn tà giáo cũng có thể chơi những trò ấy.
Một người có thể lãng phí ba mươi hai kiếp
mà không được gì.
Nếu tâm y chỉ theo chữ.
Do vậy, tốt hơn nhiều là
Thắng phục con quỉ ngã mạn.
Tôi không có thì giờ cho chữ, chữ, và chữ nữa!
Tôi cũng không biết luận lý học hay
làm sao đưa ra một mệnh đề.
Vì vậy, ông là người thắng cuộc tranh luận hôm nay!

Lúc ấy Dhar Lho nói, "Tôi hỏi ông bằng ngôn ngữ của Pháp, nhưng ông đã không trả lời câu hỏi của tôi bằng từ ngữ Phật học. Thay vì, ông đã hát một bài hát lừa dối để lừa gạt

những kẻ khờ dại dễ tin. Có ai không thể hát cái thứ rác rến ấy? Bài hát của ông có thể lừa gạt những kẻ ngu, nhưng không bao giờ lừa gạt được tôi. Hôm nay ông không thể trả lời được câu hỏi của tôi bằng ngôn ngữ học giả theo từ ngữ Phật học của truyền thống hàn lâm, nhưng [một cách vô sỉ] vẫn có ý định nhận của bố thí từ những người nghe theo bài hát lừa gạt của ông, ông thật đáng bị đạp nhào xuống." Nói như vậy rồi, ông ta hốt đầy một nắm đất và ném vào mặt Jetsun. Jetsun phủi đất đi, mỉm cười với ông ta, và nói, "Làm sao ông, nhà học giả bám vào chữ và sách chỉ vì những khoái lạc của đời này, có thể hành động hợp với Pháp được? Bị tội và Nghiệp lực lèo lái, tất cả những học thức và giới luật tu sĩ của ông sẽ chỉ đem lại cho ông nhiều bất hạnh nữa. Như tôi hiểu, tất cả Pháp là những phương thuốc chữa trị cho những phiền não và dục vọng của con người; nhưng theo cách mà ông thực hành thì chúng chỉ *tăng thêm* phiền não và dục vọng của ông thôi. Do đó, Pháp của tôi và của ông hoàn toàn khác nhau và trái nghịch nhau. Vì chúng ta không nói cùng một ngôn ngữ cũng không tin cùng một đạo lý, làm sao chúng ta có thể tìm ra một căn bản chung để thảo luận Pháp?"

Bây giờ, nhìn thấy tất cả những điều xảy ra, Rechungpa tự nghĩ, "Mặc dù ta không xứng đáng bằng một sợi tóc trên đầu Đạo Sư của ta, nếu ta không đánh kẻ tội lỗi này bây giờ đang cố làm khổ Jetsun, thì ta sẽ vi phạm Giới Luật Samaya [Mật nguyện]; nhưng nếu ta trừng phạt ông ta, ta sẽ tạo những công đức lớn." Rồi Rechungpa nhặt một cây gậy và đi vội về phía giáo sĩ, sắp đánh ông ta. Lập tức Milarepa nắm lấy cánh tay Rechungpa, nói, "Rechungpa, con! Giàu sang không thể dùng khi người ta đang muốn, thân nhân không trợ giúp khi người đang cần, và Pháp không thể giúp khi người ta đang ở trong [nghịch] cảnh, sẽ làm cho người ta thêm khốn khổ. Con nên tự kềm chế mình và cố gắng suy nghĩ những Lời Khuyên Nhủ. Bây giờ ta sẽ hát một bài để thức tỉnh những ý nghĩ tốt và Tỉnh Giác của con."

Con cúi đầu đảnh lễ đức Marpa, Đạo Sư ân huệ

và vinh quang của con,
Jetsun vĩ đại, nơi nương náu của tất cả chúng sinh!
Cầu mong người cứu độ chúng con không làm
những hành vi ác!

Ôi Rechungpa, con ta,
Hãy bình tĩnh và lắng nghe ta!
Những Phật tử đạo đức giả đó "nói chuyện to lớn"
Tức khắc trở thành những kẻ phàm phu
Khi họ gặp phải nghịch cảnh.
Bởi vì chủ ý của họ ác
Họ sẽ mãi mãi đau khổ vì những việc làm sai.
Nếu con mãi đánh nhau với người,
Con vi phạm giới luật từ đầu đến cuối!
Hãy bình tĩnh con ơi
Và hãy lắng nghe Đạo Sư của con!

Trên bầu trời mênh mông của Pháp vô song,
Đứa con chim ưng Tỉnh Giác của ta học bay;
Nhưng nó không bao giờ nên tự kiêu
về năng lực bay của nó,
Kẻo nó rơi vào hố thẳm môn phái.

Rechungpa, hãy lắng nghe lời Đạo Sư con nói!
Trong đại dương Tu Tập Pháp
Đứa con cá Tỉnh Giác của ta học bơi;
Nhưng nó không bao giờ nên tự kiêu
về năng lực bơi của nó,
Kẻo nó rơi vào lưới sai lầm.

Rechungpa, hãy lắng nghe lời Đạo Sư con nói!
Trên Núi Tuyết Hành Động Pháp,
Đứa con sư tử Tỉnh Giác của ta học đánh nhau;
Nhưng nó không bao giờ nên tự kiêu
về năng lực đánh nhau của nó,
Kẻo nó lạc mất trong cơn bão tuyết dục vọng.

Rechungpa, hãy lắng nghe lời Đạo Sư con nói!
Trên Đất Quí Thành Tựu Pháp
Đứa con Tỉnh Giác của ta học trao đổi;
Nhưng không bao giờ nó nên trao đổi với sự tinh ranh,
Kẻo nó mất viên ngọc lớn Pháp Yếu.

Rechungpa, hãy lắng nghe lời Đạo Sư con nói!
Và hãy cố gắng giữ tánh tình của con,
Kẻo con bị giận dữ đốt cháy!
Rechungpa, hãy tự mình nhẫn nhục
Và dập tắt đi những phiền não của con!

Nghe bài hát của Jetsun, Rechungpa bình tĩnh lại. Những người bảo trợ trong hội tất cả đều trách các giáo-sĩ-học-giả. Rechungpa cũng bị phê bình nhẹ [vì sự bùng giận của ông ta]. Sau sự cố này, tất cả những người bảo trợ đều xác định sâu hơn bao giờ hết niềm tin của họ nơi Milarepa. Thế là những giáo-sĩ-học-giả đã chủ tâm lăng mạ Jetsun trước, nhưng làm như thế là họ tự sỉ nhục và làm mất lòng tin mà thôi.

Thất vọng và xấu hổ, Dhar Lho, Lodun, và một vài tăng nhân khác [vào ngày hôm sau] lại đến Jetsun tìm cách trả thù. Khi đến, họ xin phép được gặp Jetsun để xin lỗi vì cách hành xử của họ ngày hôm trước. Rechungpa nói, "Không cần xin lỗi gì cả, cũng không tranh luận, cũng không cần thiết cho các ông gặp Jetsun." Trong khi Rechungpa đang cố gắng chận họ lại, một vài đệ tử khác [lẻn vào] phòng của Jetsun và xin ông gặp các giáo sĩ. Milarepa nói một cách rất tử tế, "Điều tốt nhất là không làm sai bất cứ điều gì, nhưng nếu các con đã làm sai, và có thể sám hối với lòng chân thành từ đó về sau, như vậy cũng rất tốt. Bây giờ, hãy để cho các giáo-sĩ-học-giả vào nói chuyện với thầy." Như vậy ông đã chấp nhận tiếp kiến. Rồi các giáo sĩ tặng thịt và nói, "Hôm qua, ngài đã đúng. Chúng tôi hối hận những gì chúng tôi đã làm. Để xin lỗi, chúng tôi xin tặng ngài món thịt này. Dùng những quyển sách này làm khung tham khảo phán định, bây giờ chúng ta hãy thảo luận về các giáo lý

Phật Giáo một cách thân hữu.” Jetsun đáp, “ Các thầy thân mến, ngạn ngữ nói, ‘Nhìn mặt biết có ăn hay không.’ Trong cùng ánh sáng ấy, sự thật một người biết Pháp hay không, có thể khám phá dễ dàng qua y có thể thắng phục những dục vọng ngã chấp của y hay không. Một người có thể rất hùng biện khi nói về Pháp, và thắng tất cả các cuộc tranh luận, nhưng nếu y không thể khắc phục được ngay cả một phần nhỏ sự chấp ngã và các dục vọng của y, mà chỉ đắm mình trong lời nói và thuyết thoại, thì những chiến thắng của y trong tranh luận sẽ không bao giờ mang lại cho y bất cứ lợi ích nào mà chỉ tăng thêm lòng vị kỷ và sự kiêu hãnh của y. Đây là nguyên nhân gây nên sự lang thang trong luân hồi và rơi đến tận đáy Địa ngục. Vì thế, như tôi có thể thấy được, tất cả cuộc tranh luận này có hại và có tính chất phá hoại. Sự xin lỗi của các ông vì [sự hành xử sai lầm ngày hôm qua] quả thật rất tốt. Bây giờ chúng ta kết thúc cuộc thảo luận của chúng ta và các ông có thể về nhà.”

Lúc ấy Dhar Lho nói, “Chỉ Phật mới có thể thắng phục được ngã chấp và các dục vọng của mình. Một người không thể khắc phục được sự chấp ngã của y, nhưng đó không có nghĩa là tri thức về Phật Giáo và sự hùng biện của y trong tranh luận kết án y phải rơi vào Địa ngục và lang thang vĩnh viễn trong luân hồi; nói như thế là nói tri thức và học vấn là có tội. Một người có thể tuyên bố rằng sự nghiệp bác học của y là đại tội, nhưng điều này không xóa bỏ cho y [sự lừa dối] về sống đạo đức, cũng không bảo vệ y khỏi làm điều sai lầm ngay cả với ý định đúng. Đây có lẽ là điều làm cho y rơi thẳng vào đáy Địa Ngục. Do đó, điều có tầm quan trọng vĩ đại là học tốt và phân biệt cái gì đúng và cái gì sai. Vì những lý do này, chúng ta phải thảo luận về các giáo lý Phật Giáo. Vì quen thuộc với những luật lệ và cách thức đưa dẫn tranh luận, tôi đề nghị ông chọn một đề tài ông thông thạo, và đưa ra một mệnh đề trong ánh sáng ấy. Rồi chúng tôi sẽ đánh giá nó và cho ông quan niệm của chúng tôi. Mặt khác, nếu ông nghĩ rằng chúng tôi không phải là những học giả có học thức tốt, ông có thể hỏi chúng tôi bất cứ câu hỏi nào ông thích, và chúng tôi sẽ cố gắng trả lời ông.” Jetsun đáp, “Nếu các ông cứ khăng khăng như vậy, tôi hết đường lựa chọn. Ở đây mọi

người biết cả hai chúng ta, và họ biết rõ chúng ta. Họ đã nghe chúng ta, thấy chúng ta, và cũng biết chúng ta. Bây giờ tôi sẽ nêu lên một đề tài ở bên kia cả thông thái và dốt nát. Tôi sẽ hỏi các ông một vài câu hỏi; tôi cũng sẽ đưa ra mệnh đề của tôi [về giáo lý Phật Giáo]. Bây giờ, xin hãy trả lời tôi, "Hư không chướng ngại hay không chướng ngại?" Nhà học giả đáp, "Không ai từng hỏi thứ câu hỏi này. Nhưng vì vừa rồi tôi đã nói lời cam đoan với ông, tôi phải trả lời: Dĩ nhiên hư không không chướng ngại – nó còn có thể là gì khác?"

"Nhưng *tôi* nghĩ hư không chướng ngại," Jetsun nói.

"Lý do gì mà ông dám đưa ra một xác quyết tự phụ như thế?"

Vào lúc đó, Milarepa đã nhập "Định Biến Hư Không Trở Thành Kiên Cố" và đáp, "Chúng ta hãy xem hư không chướng ngại hay không chướng ngại! Bây giờ, ông có vui lòng đứng lên và di chuyển chung quanh, hay vươn tay chân ra không?"

Lúc ấy nhà học giả cố thử di chuyển nhưng ông ta thấy rằng mình không thể di chuyển được. Ông ta phải giữ nguyên trong tư thế ban đầu, ngay cả không thể mở miệng được, và ngồi cứng đơ ở đó [giống như một bức tượng chết]. Từ đó Jetsun [bay lên] và bước đi, đứng, nằm xuống, và ngồi trong tư thế hoa sen, ngay trong hư không. Rồi ông xuất Định và nói với nhà học giả, "Ông chủ trương rằng hư không không chướng ngại, tại sao ông không thể di chuyển được thân ông?"

"Đây là vì ông đã học bùa chú xấu xa và huyền thuật từ các Đạo Sư của ông. Những gì xảy ra cho tôi chỉ là vì các thần chú và thuật phù thủy ác hại của ông; đây là một sự kiện được biết rất rõ, được tất cả chúng sinh thừa nhận, hư không không chướng ngại."

Lúc ấy Milareap hỏi, "Có đúng rằng không có sự khái niệm hóa và hợp lý hóa, thì hư không được tất cả xem là không chướng ngại? Súc vật cũng xem hư không như vậy phải không? Ông và các vị thầy của ông, cũng cho là như thế, mà bây giờ bị kinh nghiệm của ông bác bỏ. Tất cả điều này có thể là do 'huyền thuật' của tôi, nhưng sự kiện bản chất chướng ngại của hư không đã được chứng minh cho ông là hoàn toàn đầy đủ.

Bây giờ, tôi sẽ cho ông mệnh đề của tôi: Tôi tuyên bố rằng tảng đá ở trước mặt chúng ta không chướng ngại. [Vậy] phản ứng của ông đối với lời khẳng định *này* như thế nào?"

Nhà học giả đáp, "Trừ phi ông [lại] dùng thần chú và thuật phù thủy ác ôn của ông, thì hòn đá không thể là gì khác hơn là chướng ngại."

Về điểm này, Jetsun nói, "Phù hợp với những gì ông đã đề nghị lúc bắt đầu [mỗi bên có thể trắc nghiệm bên kia bất cứ môn nào), bây giờ tôi muốn trắc nghiệm các huyền lực của ông], vì tôi không nghĩ rằng ông giỏi môn này. Bây giờ, xin hãy vui lòng thi triển pháp thuật của ông biến tảng đá trước mặt chúng ta thành không chướng ngại."

"Có khả năng làm ảo thuật và có ý muốn làm ảo thuật là hai cái hoàn toàn khác nhau," nhà học giả đáp. " 'Có khả năng làm' không có nghĩa được phép làm. Chỉ các ông những người làm ác là chơi những trò ảo thuật này để lừa kẻ khác."

"Vừa rồi ông đã cho tôi ấn tượng rằng ông dường như biết và có thể làm được mọi thứ," Jetsun nói. "Những gì ông gọi là 'ảo thuật bị cấm' thì bây giờ đang được vô số chư Phật thực hiện như mưa rơi khắp cả vũ trụ."

Lúc ấy Lodun nói, "Đúng hư không đã trở thành chướng ngại như vừa rồi, bây giờ xin vui lòng biểu diễn thần chú khiến cho hòn đá không chướng ngại."

Vì thế, Jetsun nhập Định Hư Không Cùng Tận, làm cho tảng đá có thể thấm qua, và rồi đi qua được từ đỉnh đến đáy của nó, và từ bên này qua bên kia, ông giữ một nửa thân ông trong tảng đá và nửa kia ở bên ngoài. Rồi ông ném tảng đá lên và để nó rơi xuống. Cuối cùng ông dùng tay nhấc tảng đá lên và kêu lớn với Rechungpa, "Hãy đem một cái trụ!" Rechungpa đem một hòn đá có hình cái trụ và đặt xuống. [Rồi Milarepa đặt tảng đá kếch sù lên trên] để lại dấu bàn tay của ông in lõm vào tảng đá. Những dấu vết này ngày nay vẫn còn có thể thấy được.

Lúc ấy học giả Lodun nói, "Hình như ông đã làm cho tảng đá không chướng ngại. Nếu đây không phải là ảo thuật mê hoặc, *chúng tôi cũng* có thể đi xuyên qua tảng đá được. Bây giờ hãy

nói cho chúng tôi biết, chúng tôi cũng có thể làm được như thế không?"

Jetsun đáp, "Dĩ nhiên! Nếu tảng đá *chướng ngại,* thì tôi không bị giết chết khi nó rơi sao?"

Lúc ấy Học giả Dhar Lho nói, "Tảng đá không bao giờ đụng đến *tôi*. Nếu ở chỗ ban đầu không có tảng đá, thì nói về tính không chướng ngại để làm gì?"

"Sự kiện đó [ông không cảm thấy tảng đá đi xuống và nghiền nát ông] chính là bằng chứng nó không chướng ngại," Jetsun đáp. "Rằng ông không cảm thấy một vật không ám chỉ sự không hiện hữu của vật ấy."

Bây giờ Dhar Lho càng trở nên giận dữ hơn trước, nhưng Lodun bắt đầu thấy không chắc, và bỏ cuộc. Ông ta nghĩ, "Tất cả điều này dường như là thật. Chúng ta những học giả hoài nghi và ngờ vực luôn luôn rất khó thuyết phục. Nếu những biểu diễn này không phải là do ảo thuật tạo nên mà là bằng chứng về sự thành tựu của ông ta trên đường Đạo, tôi sẽ lấy giáo lý Sáu Ba-la-mật từ ông ta." Rồi ông ta hỏi, "Ông có vui lòng nói cho chúng tôi tu tập Sáu Ba-la-mật như thế nào không?" Để trả lời, Milarepa hát:

Ôi Ba Nơi Nương Náu Quí, và Vĩ Đại,
Ngồi trên đầu con như niềm vui và vinh quang của con,
Con nguyện với lòng chân thành nhất
Các ngài không thể rời bỏ con.
Nguyện chứa con trong bi tâm của các ngài,
Nguyện các ngài chăm sóc con với những ý lành,
Nguyện các ngài ban cho tất cả chúng sinh
Chân Lý Tối Hậu.

Hành giả yoga Đại Thừa nghe Pháp không chỉ bằng lời;
Trong chân lý Tánh Không, [y biết] không có tu tập.
Như thế y từ bỏ cho chính y Mười Điều Ác.

Nếu một người không thể giải thoát mình khỏi biển lận,
Thì bàn về từ thiện để làm gì?

Nếu một người không từ bỏ đạo đức giả và giả vờ,
Thì giữ giới luật để làm gì?
Nếu một người không thể bỏ hẳn những mắng chửi ác ôn
Thì giả vờ "nhẫn nhục" để làm gì?
Nếu một người không từ bỏ sự lạnh lùng và vô cảm,
Thì thề sống đạo đức để làm gì?
Nếu một người không thắng phục những ý nghĩ
vớ vẩn bên trong,
Thì nhọc công thiền định để làm gì?
Nếu một người không thấy tất cả hình tướng là hữu ích,
Thì tu tập Trí Tuệ để làm gì?
Nếu một người không biết giáo lý thậm thâm
Về cho phép và không cho phép,
Thì học thức dùng để làm gì?
Nếu một người không biết nghệ thuật lấy và bỏ,
Thì nói về Nghiệp duyên để làm gì?
Nếu tâm một người không hợp với Pháp,
Thì gia nhập Giáo phẩm để làm gì?
Nếu rắn độc Ô nhiễm không giết,
Thì mong cầu Trí Tuệ chỉ đưa đến nguỵ biện.
Nếu không khắc phục được sự ganh tị có nọc độc,
Thì mong cầu Tâm Bồ-đề sẽ là ảo ảnh.
Nếu một người không kiêng làm tổn thương người khác,
Mà mong được kính trọng và tôn vinh
Thì chỉ là suy nghĩ mơ ước.
Nếu một người không thể khắc phục ngã chấp và thành kiến,
Mà ham muốn Pháp Bình Đẳng
Chỉ đem lại những tà kiến.
Nếu một người không thể khắc phục con quỉ, ngã chấp,
Những Ô nhiễm của y sẽ to lớn và Yoga của y sẽ thất bại.
Nếu những hành động của một người không hợp với Pháp,
Thì sự lắp bắp và lảm nhảm của y sẽ chỉ quấy rầy.
Thế nên, chớ lãng phí đời ông trong từ ngữ và bép xép
Mà hãy cố đạt sự bảo đảm không hối hận
Và lòng tin khi đối mặt với cái chết!

"À, tôi chấp nhận rằng ông đã nghe Sáu Ba-la-mật," Dhar Lho phê bình. "Bây giờ hãy nói cho tôi một người tu tập Mười Ba-la-mật cách nào?" Để trả lời thách thức của ông ta, Milarepa hát:

Ôi Jetsun ân huệ, Marpa Dịch giả!
Nguyện Người dập tắt "pháp ganh tị,"
Nguyện Người bảo vệ chúng con trong
những thời xấu ác này.

Bây giờ hãy lắng nghe hỡi Dhar Lho, ông học giả ác tâm!
Không nhớ hay nghĩ đến cái chết
Ông đắm mình trong từ ngữ và tranh luận.
Trong ba mươi hai năm qua
Ông đã không nhận ra sự kiện này.
Nhưng ông có thể đạt xa hơn
Nếu ông hiến mình cho tu tập thực sự.
Hỡi ôi, trong thời ô nhiễm này,
Đam mê và dục vọng của con người thực là to lớn,
Và miệng lưỡi của những người tội lỗi
trơn tru không chịu được.
Trên Bờ Bên Kia (7) Vô Ngã nơi tôi đã đến,
Không có Ba-la-mật Bố Thí phân biệt.
Trên Bờ Bên Kia Ngay Thật nơi tôi sống
Không có Ba-la-mật Trì Giới phân biệt.
Trên Bờ Bên Kia Không Phân ly với Sùng mộ,
Không có Ba-la-mật Tinh Tấn phân biệt.
Trên Bờ Bên Kia Lập Tức Hiện Tiền nơi tôi trú,
Không có Ba-la-mật Thiền Định phân biệt.
Trên Bờ Bên Kia Chứng Ngộ Chân Như
Không có Ba-la-mật Bát-nhã phân biệt.
Trên Bờ Bên Kia Tất cả Hoàn Thiện nơi tôi sống,
Không có Ba-la-mật Phương Tiện phân biệt.
Trên Bờ Bên Kia Chinh Phục Bốn Quỉ,
Không có tu tập phân biệt gọi là "Ba-la-mật Thần Thông."
Trên Bờ Bên Kia Hai Lợi ích (8) nơi tôi ở

Không có tu tập phân biệt gọi là "Ba-la-mật Thệ Nguyện."
Vì những Ô Nhiễm sai lầm tự chúng là Quang Minh,
Không có gì phi thường
Để biết như là "Trí Tuệ."
Đây là cách tu tập Pháp đúng; (9)
Lời nói trống rỗng thì vô dụng và chẳng giúp chi nhiều.

"Những pháp tu tập và sự hiểu biết của ông quả thực đúng!" Lodun tuyên bố. Mặt khác, Dhar Lho phê phán, "Lời của ông giống như những thứ bắt chước hạng ba; chúng không thể đứng gần được với khảo nghiệm. Về ảo thuật và phù thủy, ngay cả bọn bất tín cũng có thể biểu diễn chúng một cách hoàn hảo. Mười Ba-la-mật mà ông vừa mới nói chỉ là có danh mà không có thực, chúng không chút gì phù hợp với những sách này. Bây giờ chúng ta nên thảo luận những chủ đề đã chỉ trong *những sách này*." [Ông ta chỉ những quyển sách ở trước mặt ông ta, và tiếp tục]: "Tất cả kiến thức của con người nên được khảo sát và đánh giá qua luận lý học. (10) Luận lý học là khoa học quan trọng nhất của toàn bộ học thức. Nếu một người biết luận lý học, tất cả các ngành học còn lại sẽ trở thành thứ yếu. Vì thế, trước hết tôi sẽ thảo luận luận lý học với ông. Nếu ông có thể trả lời được những câu hỏi của tôi thì tôi sẽ thừa nhận ông. Nói chung, luận lý học là sự nghiên cứu về phán đoán và định nghĩa, trong đó những chủ đề quan trọng nhất là nghiên cứu về kinh nghiệm trực tiếp, về suy luận và diễn dịch, về 'lý luận cụ túc' và 'lý luận sai,' về 'những bằng chứng không quyết định,' và về các kiểu mẫu để kết cấu mệnh đề. Bây giờ, hãy nói cho tôi về tất cả những điều này!"

Jetsun đáp, "Thầy ơi, thân và tâm của thầy cả hai đều bị quỉ ám. Vì thầy không có niềm tin nơi chính thầy và Yi-đam, cũng không tôn kính chính đức Phật, làm sao tôi mong thầy đồng ý với tôi? Khi tôi uống món canh ưu ái của thầy, Pháp Không Từ Bi, lưỡi và vòm miệng của tôi đều bị bỏng. Khi tôi ăn thức ăn yêu mến của thầy, Pháp Không Từ Bỏ – nó có vị giống như [một đĩa] rau xanh nấu với bụi và tro nhưng không có muối hay gia vị – bao tử của tôi bị chứa đầy kiêu căng và ngã mạn! Rồi từ

phần thân trên của tôi ợ ra sự tự lừa gạt và mửa ra đồ phế thải ganh ghét; từ phần thân dưới của tôi phóng ra hơi gió phỉ báng và thải ra phân và nước tiểu hư tưởng. Rồi tôi bị nhiễm chứng bệnh chết người tổn thương khắp cả. Do đó, tôi không biết gì về những giáo lý của thầy, mà nếu dùng làm thuốc giải độc, sẽ chỉ làm cho cơn bệnh trở nên tệ hơn, và là một Pháp chỉ đưa người ta đến tội lỗi. Những gì tôi hiểu là tất cả đều hiện ra [trong] Tâm, và Tâm là Tánh Không Quang Minh không có bóng che hay trở ngại nào hết. Về chân lý này, tôi có sự hiểu biết quyết định; do đó, không một dấu vết nào của suy luận hay diễn dịch có thể tìm thấy trong tâm tôi. Nếu thầy muốn tôi cho thầy một vài thí dụ về 'lý luận sai,' tri thức của thầy là một thí dụ 'tốt', bởi vì nó ngược với Pháp; và vì 'lý luận sai' này chỉ làm tăng thêm những thèm khát của thầy và làm chúng thành 'cụ túc,' nó là một thí dụ tốt về 'lý luận cụ túc.' Tư cách giáo sĩ đạo đức giả và giả vờ của thầy chứa những yếu tố của cả lý luận 'sai' lẫn 'cụ túc,' đến lượt nó biểu thị như một thí dụ tốt về 'bằng chứng không quyết định.'"

Nghe những nhận xét của Jetsun, Lodun lấy khăn quàng cổ trùm đầu lại và cười; Dhar Lho lắc đầu, bật cười và kêu lên, "Cảm ơn ông đã sửa lỗi 'chính tả' của tôi! Ông là người khó có thể tưởng tượng sự khác nhau giữa đầu và đuôi của những cục phân của tôi, mà tự nhận như Phật Thánh Thiện. Thật tức cười! Thật buồn cười! Ông nói rằng cả thân và tâm tôi đều bị quỉ ám, nhưng ai là người chứng kiến điều này? Nếu đó là vì sự uyên bác và tri thức về luận lý học mà tôi ca tụng mình và bài bác những người khác, ông cũng chỉ giống như tôi: vì ông còn nói chuyện giống như mình chính là đức Phật, và còn lăng nhục tôi đến độ *này!* Vả lại, ông cũng có 'luận lý học' của riêng ông. Vắn tắt, ông không có công đức hay may mắn để [học giáo pháp chân chánh]. Hơn nữa, thay vì trả lời đúng câu hỏi của tôi, ông đã phun ra một lố những điều vô nghĩa và những từ ngữ to lớn – to lớn hơn dương vật của con lừa! Tôi nghĩ tốt hơn ông nên dấu nó đi, ngồi im lặng, và câm miệng lại."

Jetsun đáp, "Tôi muốn ngồi im lặng, nhưng ông sẽ không để tôi yên! Tự nhiên là ông không cần 'luận lý học,' của tôi, nhưng

'luận lý học' của tôi đã mang đến cho tôi an lạc và bình an. Vì thế, nó rất hữu ích và quan trọng. Vì tôi đã nói chuyện với ông theo quan điểm Chân Lý bẩm sinh mà nó trúng ông ngay tại chỗ, nó có vẻ như tôi đang ca tụng mình. Tâm của tất cả chúng sinh trống không và chiếu sáng. Nó không bị ảnh hưởng bởi những ô nhiễm của luân hồi hay những vinh quang của Niết Bàn. Chính cái tâm này là Phật Căn Nguyên Vũ Trụ, hay là Như Lai Tạng. (11) Chỉ vì chúng ta không tự hiểu rằng tâm của chúng ta bị mù quáng tạm thời che phủ; kết quả, chúng ta bắt đầu lang thang trong luân hồi và trở thành những chúng sinh của dục vọng khốn cùng. Người nào nhận ra tâm mình [trọn vẹn] thì gọi là Người Giác Ngộ, Bậc Thanh Tịnh, hay Phật, và người ấy đạt Niết Bàn. Đức Phật nói:

'Như Lai tạng nhuần thấm tất cả chúng sinh.
Tất cả chúng sinh, vì thế, đều là Phật nơi chính họ.'

"Ngài cũng nói:

'Chúng sinh là Phật nơi chính họ,
Song bị ô nhiễm tạm thời che mờ; (12)
Một khi ô nhiễm được tẩy sạch,
Thì họ là Phật.'

"[Phật cũng nói]: 'Ai nhận ra tâm mình biết rằng chính tâm là Trí Tuệ, và không còn tìm Phật ở nơi nào khác. Đây là lời dạy tối thượng mà người ta có thể tu tập.'

"[Như tôi hiểu] nó, bất cứ ai nhận ra Tâm Không Tịch Chiếu bẩm sinh thì trở thành Phật. Tôi cho rằng Chân Lý Tối Hậu thì không gì khác hơn là nhận ra tâm mình, nhưng các ông, những học giả không tin điều này. Vì thân và tâm của các ông đang ở trong bàn tay của quỉ, bằng chứng có thể cho thấy, và tất cả mọi người ở đây có thể chứng kiến. Tuy nhiên, điều này sẽ làm các ông đau đớn và tổn hại quá nhiều, do đó, tốt hơn là tôi không nói đến chuyện ấy."

Nhà học giả đáp, "Vậy thì hay lắm! Ông nói rằng tâm và thân tôi ở trong bàn tay của quỉ; vậy nếu ông có bằng chứng gì thuyết phục, sao ông không đem nó ra ngay bây giờ? Tôi nghĩ rằng tôi tốt hơn nhiều so với những kẻ giả mạo lừa gạt người ta bằng thuật phù thủy lừa dối và những bài hát tối tăm."

Jetsun mỉm cười với ông ta và nói, "À, nếu ông khăng khăng như vậy, tôi hết đường lựa chọn để thuyết phục ông. Bây giờ, hãy chú ý lắng nghe những gì tôi sắp nói! Một vật mà ông đã ấp ủ với sự trìu mến to lớn bây giờ nó đang ở trong tay một người khác. Hành động này [cho người khác một vật trìu mến của mình] không phải chính nó là một bằng chứng rằng thân và tâm của ông đều bị quỉ sở hữu sao?"

Nghe nói thế, Dhar Lho sửng sốt. Mặt ông ta trước biến thành xanh rồi đổi thành đen. Mặc dù Jetsun bây giờ cố gắng ngăn Rechungpa phanh phui [thêm nữa] những việc làm xấu xa của Dhar Lho, nhưng Rechungpa không nghe và đi đến một cô gái (trong đám khách dự), chỉ tin Jetsun chút ít nhưng tin Rechungpa rất nhiều, và lấy một cái vòng từ cổ tay cô ta ra. Dhar Lho rất xấu hổ đến nỗi trở thành hoàn toàn không nói được lời nào. Rồi, [khi hồi phục], ông ta quay về phía Jetsun và Rechungpa, tấn công lăng nhục họ bằng ngôn từ phỉ báng, và bước ra. Rechungpa thích chí đến nỗi giơ chiếc vòng cho mọi người xem. Sau đó, Rechungpa lại đến nhà của cô gái và lấy xâu chuỗi [mà nhà học giả đã tặng cô ta], mang về và giơ cho mọi người thấy. Vì vậy người ta tin việc làm xấu xa của Dhar Lho.

Trong khi học giả Lodun nghĩ, "Nếu không có ai báo cho Milarepa biết tin ấy, thì ông ta phải là [một người thành tựu] chân thực và vĩ đại. Ta phải nghĩ cách trắc nghiệm ông ta." Rồi nhà học giả nói, "Hôm nay chúng ta đã thảo luận và tranh luận đủ rồi," và ông ta đi về. Cũng vào chiều hôm ấy, ông ta đổ máu vào cái bát khất thực nhưng rót đầy sữa vào cái chén sọ người (13) của mình và đảo ngược bức tượng của Phật Cồ-đàm và những người hầu cận của Ngài. Nhà học giả tự nói với mình, "Nếu ông ta biết ta đã làm gì, thì ông ta thực sự là một người thành tựu và có những năng lực thần thông chân thực."

Ngày hôm sau Lodun lại đến Jetsun. Khi đến nơi, trước tiên ông ta gặp Rechungpa. Rechungpa nói với ông ta, "À, học giả thân mến, ông đến để làm nhục mình và Pháp nữa chăng? Lodun đáp, "Không. Lần này tôi đến là để tỏ lòng tôn kính Jetsun, vì bây giờ tôi đã có niềm tin lớn nơi ngài." Nói như vậy rồi ông ta chui vào phòng của Milarepa. Jetsun mỉm cười với ông ta và bình phẩm, "Thầy thân mến, thầy không cần phải thử nghiệm tôi như vậy làm gì. Tôi thấy tất cả những bí mật giấu kín trong tim của thầy một cách sống động [như chúng đang ở trong lòng bàn tay của tôi]. Thầy đã rót Tinh Chất của Năm Độc (14) vào vật dụng của tăng nhân [cái bát] và rót nước trái cây dự định là để làm đầy cái bát khất thực, vào cái chén sọ người. Thầy còn cố ý đảo ngược hình tượng của Phật và các Bồ-tát. Bây giờ xin thầy đừng làm những điều có tính cách phản ứng như vậy, những điều mà không một người theo Pháp nào mơ tưởng làm. Xin hãy rót đúng thức uống vào đúng bình, và đặt những hình tượng trở lại đúng tư thế của chúng." Khi Lodun nghe lời khiển trách này ông ta sửng sốt và sợ hãi đến chết nửa người. Lúc ấy niềm tin của ông ta nơi Jetsun lên cao. "Xin hãy dạy cho tôi Pháp mà chính ngài tu tập," ông ta cầu khẩn, "vì bây giờ tôi đã tin phục hoàn toàn!" Milarepa đáp, "Bây giờ thầy đã tự xem mình là bị thuyết phục, vậy là rất tốt. Nhưng giáo lý của tôi không thể cho nhầm người, một người không có khả năng thọ nhận chúng. Hãy lắng nghe những lý do của tôi:

Con cúi đầu đảnh lễ [đức] Marpa, Dịch giả;
Con xin Người khiến cho con, người khất thực,
Giữ được các Giới Luật Mật Giáo.

Thánh giáo của Mật Điển
Thì quí nhưng đáng sợ!
Nếu tôi cho nó cho thầy, học giả cuồng tín
Chẳng biết gì ngoài từ ngữ và tranh luận,
Thì hoàn toàn lãng phí!

Nếu một người thấm nhập trong thiền định nói

những lời vô nghĩa,
Thì thiền định của y sẽ bị hỏng và gián đoạn.
Những lời dạy của Mật Điển nên được tu tập bí mật;
Chúng sẽ bị mất nếu đem biểu diễn nơi phố chợ.
Thành Tựu đạt được do tu tập Tâm Bồ-đề;
Một hành giả yoga vĩ đại sẽ lạc đường
Nếu y theo những luật lệ của giáo sĩ.
Những Chỉ Dạy Thiết Yếu là để cho những Pháp Khí tốt;
Chúng sẽ chỉ là lãng phí
Nếu đem cho những kẻ không khả năng.
Nếu một người trước bám vào nơi ẩn tu
Nhưng về sau lại bỏ,
Tất cả những nỗ lực của y thành lãng phí.
Những khúc hát về kinh nghiệm yoga rất sâu xa,
Nhưng nếu hát chúng cho tất cả mọi người,
Thì chỉ đưa đến lãng phí và kiêu hãnh.
Có quá nhiều cách
Để đánh mất mình và lãng phí cuộc đời!
Để trả lời câu hỏi của thầy
Hôm nay tôi nói đã đủ.

Học giả lại nói, "Ngài có thể không thích nói cho tôi biết những Kinh Nghiệm bên trong của ngài, nhưng rõ ràng ngài dường như đã phát sinh Trí Tuệ qua thiền định. Bây giờ xin ngài vui lòng nói vắn tắt cho tôi biết ngài hiểu như thế nào về các lễ Khai Thị, Con Đường, các Giai Đoạn, Thấy, Tu, và Hành." Jetsun đáp, "Tôi không biết gì hết về giáo lý của thầy về những đề mục đó, nhưng của tôi là như vầy":

Con cúi đầu đảnh lễ dưới chân đức Marpa.

Tôi hát để trả lời câu hỏi của thầy.
Xin hãy lắng nghe và suy nghĩ kỹ,
Và hãy quên đi sự phê bình của thầy một lúc.

Cảnh tốt nhất là không-để-thấy –

Đó là Tự Tánh Quang Minh của Tâm.
Được tốt nhất là không-để-lấy –
Đó là kho tàng vô giá Tự Tánh của Tâm.
Thức ăn tốt nhất để no là không-để-ăn –
Đó là thức ăn Tam-muội ở bên kia hình tướng.
Thức uống tốt nhất là không-để-uống –
Đó là cam lồ Tâm Bồ-đề.
Trí Tuệ chỉ là Tự Tỉnh Giác,
Ở bên kia tất cả ngôn từ và thuyết thoại!
Đây không phải là thế giới của Tiểu Thừa.
Đây không phải là cảnh giới cho kẻ ngu.
Khai Thị cao nhất là Khai Thị "Đây."
Kẻ nào giác ngộ chân lý "không cao không thấp,"
Là đạt đến Giai Đoạn cao nhất.
Kẻ nào chứng ngộ chân lý không hành động [vô vi],
Là đang theo Con Đường Tối Thượng.
Kẻ nào chứng ngộ chân lý không sinh, không tử,
Y đạt được điều tốt nhất có thể mong.
Kẻ nào chứng ngộ chân lý không suy luận,
Y đã nắm vững luận lý học tốt nhất.
Kẻ nào chứng ngộ chân lý không lớn, không nhỏ,
Y hiểu được lời dạy Tối Thượng Thừa.
Kẻ nào chứng ngộ chân lý không thiện và không ác,
Y được Phương Tiện Tối Thượng.
Kẻ nào chứng ngộ chân lý không hai,
Y đạt được cái Thấy tối thượng.
Kẻ nào chứng ngộ chân lý không quán sát,
Y biết con đường tối thượng để thiền định.
Kẻ nào chứng ngộ chân lý không nhận và không bỏ,
Y biết con đường tối thượng để tu tập.
Kẻ nào chứng ngộ chân lý không dụng công,
Y tiến gần Thành Tựu cao nhất.

Những ông thầy kiêu căng và tự lừa gạt –
Những học giả đầy kiêu hãnh chỉ vì từ ngữ,
Và những "đại hành giả yoga" thành kiến,

Không thể hiểu được Chân Lý này
Vì họ là những người có nguyện vọng Giải Thoát
Nhưng họ chỉ tìm thấy nô lệ mà thôi.
Họ bị kẹt trong "hai chấp."
Họ muốn giải thoát, nhưng chỉ thấy ngục tù;
Họ muốn giải thoát, nhưng bị ràng buộc thay thế.
Họ chìm xuống, chìm xuống tận đáy luân hồi;
Họ lang thang, lang thang trong Ba Cõi U Sầu.

Sau bài hát này, sự kiêu hãnh và kiêu căng của học giả Lodun hoàn toàn bị phá vỡ. Ông ta tự quì lạy trước Jetsun và yêu cầu ông ban cho Pháp, nhưng lần này ông ta không thể đạt được những Chỉ Dạy từ Jetsun. Xác định niềm tin lớn, ông ta nói với Milarepa, "Những cuộc tranh luận chúng ta đã có quả thật là 'chân tranh luận,' tôi chấp nhận ngài đã thắng."

Rồi ông ta trở về nhà nói với Dhar Lho, "Tôi tin rằng những gì Milarepa đã nói là đúng, và chúng ta những nhà luận lý học chỉ có ít lòng chân thành, niềm tin, hay sùng mộ; chúng ta cũng không có những ý nghĩ thanh tịnh và tinh thần khước từ. Bây giờ tôi thực sự hoài nghi về sự hữu dụng của tri thức của chúng ta. Sự thực, tôi không biết tri thức này là hữu ích hay chướng ngại đối với chiều hướng Giải Thoát. Tôi cũng hối hận rất nhiều về chuyện tôi đã nghĩ những năng lực thần thông chân thật của ông ta là phù thủy bệnh hoạn." Dhar Lho đáp, "Sự thay đổi trong thái độ của ông chỉ cho thấy rằng ông không tin tưởng nơi Pháp; những gì ông nói giống như trẻ con bập bẹ. Tôi nghĩ rằng ông ta bị một con quỉ to lớn chiếm hữu, và những năng lực ảo thuật và tha tâm thông của ông ta chỉ là do quỉ khởi hứng. Ông ta không biết chút gì về giáo lý Phật Giáo. Tôi cũng không có quan hệ gì với người đàn bà đó; sự tố cáo có tính cách lăng nhục của ông ta tuyệt đối không đúng sự thật!" Nói xong điều này ông ta chết, đầy hận thù và những ý nghĩ ác. Bởi vì sự oán ghét và tham vọng của mình, ông ta đã trở thành một con quỉ đáng sợ sau khi chết. Sau đó, Jetsun bảo các đệ tử, "Bởi vì sự tấn công có điềm dữ của Dhar Lho đối với tôi, bây giờ ông ta đã

rơi đến rìa mép xa xôi của luân hồi!" Như vậy, những học giả đã lăng mạ Jetsun tất cả đều gánh chịu sự mất mát cho chính họ.

Sau đó học giả Lodun tự đặt mình dưới sự chăm sóc của Jetsun. Sau khi thiền định một thời gian, cuối cùng ông ta đã trở thành người đứng đầu trong năm học-giả-hành-giả yoga trong hàng những đệ tử thân cận của Milarepa. Câu chuyện về ông ta sẽ được kể lại trên những trang sau.

Đây là câu chuyện Milarepa vượt qua sự thách thức có ý xấu [của những học giả] bằng năng lực thần thông và những hành sự kỳ diệu.

Chú Thích Chuyện 34

(1) Tam Học (T.T.: Slob.gSum.): ba môn học về Giới Luật, về Thiền Định, và về Trí Tuệ.

(2) Dorma: xem Chuyện 30, Chú thích 7.

(3) Những Chữ Cốt Yếu của Năm Đại (Năm Nguyên Tố): Mỗi một trong Năm Đại tạo thành thân xác được tượng trưng bằng một chữ cốt yếu đặc biệt (bija: chủng tự), tức là, bija của Hỏa Đại là "Rum," bīja của Không Đại là "A", v.v…

(4) Xem Chuyện 33, Chú thích 3.

(5) Lodun: Tên đầy đủ của ông là Lodun Gedunbum (T.T.: Lo.sTon.dGe. hDun.).

(6) Dhar Lho: Tên đầy đủ của ông là Radun Dharma Lhodre (T.T.: Ra. sTon. Dar.Ma.bLo.Gros.).

(7) Bờ Bên kia: "Paramita" thuật ngữ tiếng Phạn này được các học giả Trung hoa và Tây Tạng dịch là "Đến Bờ Bên Kia, Đáo Bỉ Ngạn" có nghĩa là đạt Niết Bàn ở bên kia Sinh Tử. Một số học giả phương Tây dịch thuật ngữ này là "Sự Hoàn Thiện."

(8) Hai Lợi Ích: những hành vi dẫn tới lợi ích cho chính mình và lợi ích cho người khác.

(9) Thêm vào Sáu Ba-la-mật mà chư Bồ-tát tu tập, có bốn Ba-la-mật nữa cho các giai đoạn cao hơn. Đó là: Ba-la-mật Phương tiện, Ba-la-mật Thần lực, Ba-la-mật Thệ Nguyện, và Ba-la-mật Pháp Vân, được chỉ định cho những Bồ-tát Giác Ngộ thuộc các địa thứ 7, thứ 8, thứ 9, và thứ 10, tu tập theo trình tự.

(10) Luận lý học (T.T.: Tshad.Ma.): có nghĩa là đo lường, tiêu chuẩn, suy nghĩ đúng, và v. v… "Tshad.Ma." có gốc từ Phạn ngữ "Pramāna," có nghĩa là [cái có] trước ý kiến hay suy nghĩ; phương tiện để có tri thức đúng. [Hiện lượng - ND].

(11) Như Lai tạng (T.T.: bDe.gCeg.sNin.Po.; Phạn: Tathagata-garbha). Thuật ngữ này cũng được dịch là "hạt giống hay nhân của Phật," nếu không có nó thì không thể thành Phật được dù cho cố gắng tinh thần đến đâu.

(12) Ô nhiễm tạm thời: Tất cả "những ô nhiễm" (T.T.: Dri.Ma.), như phiền não, dục vọng, vô minh, v.v…, theo nghĩa sâu nhất đều là không có gốc rễ, mê hoặc, và tạm thời. Xem chúng như một cái gì cụ thể hay thường hằng là sai lầm.

(13) Chén Sọ Người hay Chén Đầu lâu hay Kapāla (T.T.: Thod.Pa.): cái xương sọ người được dùng làm một khí cụ chính yếu trong tu tập Mật Giáo. Nó được các hành giả yoga dùng như một cái chén đổ đầy rượu nho làm hiến vật dâng các thần. Trong những trường hợp hy hữu, trong những dịp thực hiện một số nghi thức nhất định của các Hung Thần (T.T.: Khro.Wo.), thì máu, tinh dịch, nước tiểu, phân, và nước dãi – những thứ gọi là "bất tịnh" và "những vật dơ bẩn," như người ta cho là như thế – được hiến dâng các thần. Mục đích chính của nghi thức gợi hiếu kỳ này là loại bỏ những ý nghĩ phân biệt và vượt lên trên cả các cảnh giới tịnh và bất tịnh. Điều này có tính cách Mật Giáo nghiêm túc. Không trường phái Tiểu Thừa hay Đại Thừa nào khác tu tập nó.

Ở đây học giả Lodun đảo ngược cách thức cúng lễ thông thường trong Tiểu Thừa, và trong Mật Điển để trắc nghiệm Milarepa.

(14) Tinh Chất của Năm Độc: Năm Cam lồ (T.T.: bDud.rTsi.lNa.) của Mật Giáo là năm bài tiết "dơ bẩn" chính, tức là, nước tiểu, phân, tinh dịch, máu, và nước dãi. Ở đây Milarepa ám chỉ máu như là Tinh Chất của Năm Độc. Xem Chú thích 13.

35. CUỘC HÀNH TRÌNH THỨ BA CỦA RECHUNGPA ĐẾN ẤN ĐỘ

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Bằng năng lực thần thông, Jetsun Milarepa đã chinh phục các giáo-sĩ-học-giả trong cuộc tranh luận có ác ý và đã thắng cuộc tranh luận. Tuy nhiên, đệ tử tâm phúc của ông, Rechung-pa, không thỏa mãn với chiến thắng ấy, vì ông ta nghĩ rằng Jetsun đã không trả lời câu hỏi của ông tăng theo cách thức học giả. "Cách duy nhất," Rechungpa tự nghĩ, "để chinh phục những học giả này, những người không thể thuyết phục được bằng những bằng chứng thần thông, là qua luận lý học và tranh luận, hay bằng huyền thuật và nguyền rủa. Ta có thể yêu cầu Jetsun dạy ta huyền thuật, nhưng điều này không hẳn ông ấy chịu làm. Ôi, cái đồ dịch vật! Những ông học giả chết tiệt này xem thường các phép thần thông và thuật phù thủy! Bọn họ chắc chắn đáng bị xử lý! Nhưng Jetsun sẽ không bao giờ làm thế. À, sự thực là Đạo Sư của ta rất thiện nghệ trong các Chỉ Dạy Thiết Yếu để thành Phật trong một đời, nhưng để đánh bại những học giả này, ta sẽ đi Ấn Độ để học luận lý học và khoa học." Rồi ông ta đến nói ý định của mình với Milarepa. Jetsun nói, "Rechungpa, nếu chúng ta đã bị đánh bại trong tranh luận, làm sao các học giả có thể tin tưởng chúng ta với những [ý nghĩ] thanh tịnh? Nếu con đi Ấn Độ chỉ để học nghệ thuật tranh luận, thì con đang làm một việc sai lầm và không đáng. [Đấy cũng có nghĩa là con sẽ] bỏ tu tập thiền định. Khi học 'tu từ học,' con có thể có được một kiến thức nào đó về từ ngữ, nhưng con vẫn không thể thắng được tất cả mọi cuộc tranh luận, con cũng không làm chủ được toàn bộ cái học văn học. Chỉ Phật mới có thể trả lời tất cả mọi câu hỏi và thách thức, nhưng để

thành Phật, ta phải tu tập. Do đó, cách tốt nhất là từ bỏ thế gian, khước từ tất cả mọi ý nghĩ và ước muốn của đời này, và hiến mình cho thiền định. Một người có thể giết hại người ta bằng huyền thuật, nhưng nếu y không thể giải thoát cho nạn nhân [khỏi Sinh Tử], cả y lẫn nạn nhân đều bị kết án. Ngày trước ta dùng huyền thuật rủa sả lên kẻ thù của ta, nhưng vì hành vi tội lỗi này ta đã trải qua nhiều thử thách đầy đau đớn dưới [sư ông] Marpa. Đời rất vô thường, không ai có thể nói được khi nào cái chết đến với mình. Vì thế, hãy quên đi mọi thứ khác, và tập trung vào sự thiền định của con."

[Bất chấp lời khuyên của Đạo Sư], Rechungpa cố ép Jetsun cho phép ông ta đi Ấn Độ. Lúc ấy Milarepa nói, "Nếu con khăng khăng làm ngơ lời khuyên của ta, con có thể đi Ấn Độ; nhưng ta không bảo con đến đó để học luận lý học và khoa học. Khi ta ở với [sư ông] Marpa, ta chỉ thọ nhận từ ông ấy bốn trong chín giáo lý đầy đủ của Bộ Pháp Đa-ki-ni Vô Tướng. Sư ông nói rằng năm [giáo lý] kia vẫn còn ở Ấn Độ, và cũng tiên tri rằng sau này một đệ tử trong Dòng Truyền của chúng ta sẽ tìm lấy năm [giáo lý] ấy từ [một bậc thầy của] Truyền Thừa Naropa truyền lại. Nhờ đó nhiều chúng sinh sẽ được lợi ích. Vì ta đã hiến mình cho thiền định, ta không chú ý đến vấn đề này. Do đó, vẫn còn phải có những giáo lý đó. Giờ đây ta đã già và bệnh, ta cũng đã nhận ra đầy đủ tâm ta – nên ta chẳng cần đi. Ta nghĩ rằng con thích hợp để đi Ấn Độ tìm lấy các giáo lý ấy. Tuy nhiên, con sẽ cần một ít vàng cho cuộc hành trình của con."

Từ đó, Jetsun và Rechungpa quyên góp tất cả vàng mà người ta cúng dường họ, tất cả là một tổng số lớn. Lúc ấy Shindormo và Lesebum, cùng với nhiều người bảo trợ khác, chuẩn bị một bữa tiệc thiêng liêng đưa tiễn Rechungpa. Giữa hội chúng, Jetsun trao cho người đệ tử của ông tất cả số vàng và nói, "Rechungpa, con! Hãy lắng nghe bài hát của ta và suy nghĩ về nó. Con nên cố gắng tìm lấy những giáo lý ấy ở Ấn Độ theo cách này:

Con cúi đầu đảnh lễ Marpa, Dịch giả.
Xin Người gia trì cho chúng con giữ

Truyền thống của Người.

Đứa con không thông báo này của con,
người thua trong tranh luận
Và đầy nghi ngờ, đã ngừng thiền định
Sắp lang thang đến xứ xa để học.
Đây chính là điều hành giả yoga nên tránh!

Rechungpa, khi con đến Ấn Độ,
Cố gắng tìm lấy các Pháp Đa-ki-ni Vô Tướng
Kế thừa của Học giả Naropa vĩ đại;
Nhưng đừng bao giờ hiến mình học ngôn từ!

Từ lúc đầu, ta đã gặp đúng người,
Đã tự đặt mình vào tay của [sư ông] Marpa.
Ở khoảng giữa, ta đã tu tập đúng giáo lý,
Thiền định trên Núi Đá Trắng. (1)
Đến cuối cùng, ta xin của bố thí ở đúng nơi bố thí;
Ta xin đó đây nơi không có bè bạn hay người thân.
Vì ta đã giải quyết luân hồi và Niết Bàn
Và không có hy vọng hay sợ hãi trong tâm,
Ta sẽ không bao giờ thối lui trong thiền định.

Khi với Đạo Sư Marpa trên ngọn đồi vách đá đó
Ông đã có lần nói với ta:

"Chuyển Luân Vương giữ [Nó như] Ngọc,
Và con Chim với Năm Gia đình
Bay trong không gian Pháp Yếu [của Nó]. (2)
Năm giáo lý đặc biệt vẫn còn ở Ấn Độ:
Thứ nhất, Đèn Trí Tuệ Soi Sáng,
Thứ nhì, Mạng Lưới Bánh Xe Kênh và Khí,
Thứ ba, Đại Cực Lạc của Những Lời Quí Báu,
Thứ tư, Tấm Gương Đại Bình Đẳng,
Và thứ năm, Đại Thủ Ấn Tự Giải Thoát.
Năm giáo lý này vẫn còn được truyền ở Ấn Độ."

Ta bây giờ già quá không thể đi,
Nhưng con, đứa con của Dòng Truyền Marpa,
Nên đến Ấn Độ để học chúng.

Rechungpa rất vui sướng. Ông ta nhặt lấy thỏi vàng tốt nhất, ném đến Jetsun như là [dâng quà từ biệt của ông ta] và hát:

Xin hãy gia trì cho con, sư phụ của con,
Hãy để con liều mạng sống của con
Hoàn thành ý muốn của chư Đạo Sư.
Xin giúp con lấy được các giáo lý Đa-ki-ni
như đã tiên tri.
Với Bi-Trí vĩ đại của thầy
Xin mãi mãi bảo vệ mà không bao giờ rời bỏ con.
Xin hãy luôn luôn chăm sóc đứa con của thầy,
Không có thân nhân và bè bạn.
Xin khắc phục tất cả mọi chướng ngại của y
Và cứu giúp nó không đi lạc!
Xin che chở nó ở bất cứ nơi nào nó đi trên đất Ấn –
Một miền đất hiểm nguy và đầy cướp bóc!
Xin dẫn nó đến đúng thầy,
Khi nó lang thang một mình trên đất lạ!

Đáp lại, Jetsun hát:

Con ta Rechungpa, trên đường đi Ấn Độ
Hãy nhớ bảy Bộ Ba lời khuyên này:

Con Đường Thiện Xảo của Mật Điển,
Chỉ Dạy Thiết Yếu của Đạo Sư,
Và sự phán đoán của riêng mình,
Là ba điều quan trọng cho con ghi nhớ!

Kính trọng và phụng sự điều học được,
Có niềm tin nơi Đạo Sư,

Quyết tâm và kiên trì.
Đây là ba điều con nên nhớ.
Hướng dẫn đúng Dòng Sống [Khí],
Nhập vào Yếu Tánh của Pháp
Và nắm vững tất cả mọi lời dạy,
Là ba kỹ thuật con nên nhớ.

Những cái thấy về Cực Lạc-Tánh Không,
Về vạn hình tướng,
Về lý luận và theo các thánh thư,
Là ba điều thiết yếu con nên nhớ.

Một người phối ngẫu đủ tư cách trong Thủ Ấn,
Kinh nghiệm cực lạc trong đó,
Và "Việc Làm của Voi," (3)
Đây là ba thích thú con nên nhớ.

Chỉ dạy một người giải đãi đưa đến bất hạnh,
Nói về kinh nghiệm của mình dẫn đến mất mát,
Lang thang trong thành phố làm hỏng Yoga.
Đây là ba nguy hiểm phải nhớ.

Tham dự hội chúng Huynh Đệ,
Tham dự hội họp của các Đa-ki-ni,
Có mặt ở các lễ tiệc [bí mật],
Là ba cơ hội không nên bỏ lỡ.

Hãy suy nghĩ về những ý nghĩa của bài hát này,
Và đem chúng vào tu tập.

Rechungpa đảnh lễ Jetsun nhiều lần và khởi hành đi Ấn Độ. Cùng đi với ông ta có mười lăm tăng nhân, người lãnh đạo của họ là một Lạt-ma Ningmaba (4) tên là Jidun. Ở Nepal, cả Rechungpa và Jidun đã thành công [truyền bá Pháp]. Họ cũng gặp đệ tử của Dipupa là Bharima.

[Khi họ yêu cầu Vua Ko Kom của Nepal] cấp cho "Giấy Phép Du Hành," nhà Vua nói, "Thật kỳ diệu là ngài, đệ tử tâm phúc của đại hành giả Yoga, người đã từ chối lời mời của trẫm trước kia, bây giờ đến với trẫm." Nhà Vua rất vui mừng và ban cho tất cả những yêu cầu của Rechungpa. Khi đến Ấn Độ, Rechungpa gặp Dipupa và lấy được tất cả những giáo lý ông ta muốn có. Dipupa cũng có niềm tin lớn nơi Milarepa. Ông ta gửi quà tặng của ông ta cho Rechungpa – một cây tích trượng bằng gỗ trầm hương – để trao cho Jetsun khi trở về Tây Tạng.

Trong cuộc hành trình này, Rechungpa cũng gặp nữ hành giả yoga thành tựu, Magi, (5) và ông ta đã nhận giáo lý của đức Phật Trường Thọ. Ông ta cũng học được nhiều huyền thuật và thần chú ác hại từ những người tà giáo Ấn Độ.

Trên đường trở về quê hương, Rechungpa gặp lại Bharima ở Nepal. Về câu chuyện Bharima sửa sai các học-giả-dịch-giả ganh ghét, và những cuộc phiêu lưu khác của Rechungpa ở Nepal và Ấn Độ, độc giả có thể tham khảo Tiểu sử của Rechungpa, tất cả được kể lại đầy đủ trong đó.

Trong [Tam-muội] chiếu sáng, Milarepa đã thấy trước rằng Rechungpa đang trở về. Rồi ông đến bình nguyên Balku để đón Rechungpa. Vậy là cha con lại gặp nhau.

Đây là câu chuyện về Rechungpa và Dipupa.

Chú Thích Chuyện 35

(1) Núi Đá Trắng (T.T.: Brag.dKar.rTa.So.): Nghĩa đen là "[Núi] Răng Ngựa Đá Trắng."

(2) Ý nghĩa của hai câu này rất bí ẩn khó hiểu, dịch giả cho rằng câu thứ nhất "Chuyển Luân Vương [Cakravarti] giữ [Nó như] viên Ngọc," là một phát biểu ca ngợi Giáo Lý của Đa-ki-ni. Chữ "Nó" trong ngoặc móc, trong cả hai câu thứ nhất và thứ nhì ám chỉ toàn bộ giáo lý của Đa-ki-ni.

(3) "Việc Làm của Voi" (T.T.: sPyod.Pa.Glan.Chen.): Hành giả yoga cao cấp hành động không sợ hãi, với nguyện vọng to lớn, vì nhu cầu riêng và những hành động bất thường khác nhau của ông ta, mà một người thường có thể phán quyết rằng ông ta "điên" và "phi đạo đức."

(4) Lạt-ma Ningmaba (phóng dịch): nghĩa đen là "một Lạt-ma theo giáo lý Đại Hoàn Thiện (T.T.: rDsog.Chen.Pa.)." rDsog.Chen. là phiên bản Ningma-ba của Đại Thủ Ấn.

(5) Magi: một nữ triết gia và hành giả yoga xuất sắc của Tây Tạng. Bà là người sáng lập phái gGod.

36. SỰ GIÁC NGỘ CỦA MEGOM REPA

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Khi Jetsun Milarepa đang sống trong Hang Cái Bụng ở Nya Non, một thương nhân thuộc bộ tộc Mes (1) đến viếng ông và có đầy niềm tin không lay chuyển hướng về ông. Thương nhân đã hiến những người con trai và tất cả những gì ông ta có cho Milarepa. [Rồi ông ta được tặng cho cái tên Megom, và trở thành một đệ tử.] Ông ta thọ nhận những lời chỉ dạy, bắt đầu thiền định, đạt được những Kinh Nghiệm và Chứng Ngộ xuất sắc. Do đó, Milarepa khai thị cho ông ta bằng cách Chứng Minh Chỉ Ra Hai-trong-Một về Thấy, Tu, và Hành. Lập tức, với niềm vui và hoan hỉ vô cùng, ông ta thấy được bộ mặt Chân Như Bên Trong.

Sau khi cử hành nghi thức, trong khi Megom đang chuẩn bị một lễ tiệc thiêng liêng để tôn vinh cơ hội này, Drigom Repa hỏi ông ta, "Huynh đệ có thực sự hiểu Pháp và những lời chỉ dạy không? Những kinh nghiệm của huynh đệ đã phát triển như thế nào?"

Megom đáp, "Nhờ lòng từ của bổn Đạo Sư của tôi (2) và chư Đạo Sư trong Dòng Ttruyền, tôi bây giờ hoàn toàn tin tưởng những giáo lý này. Không một điều gì hoặc tốt hay xấu có thể thay đổi lòng tin quyết của tôi. Trong tất cả quãng đời còn lại của tôi, tất cả những gì tôi cần là những lời chỉ dạy của Đạo Sư tôi. Tôi đã quyết tâm và thề ở lại trong am cả đời tôi."

Nghe vậy, Jetsun rất hài lòng và nói, "Hoàn toàn đúng đó, Megom. Vì người nào có niềm tin nơi Đạo Sư và những lời chỉ dạy, thì Kinh Nghiệm và Chứng Ngộ sẽ phát triển. Chúng có thể không phát sinh nhanh chóng, nhưng người ta phải có quyết

tâm thiền định một mình [cho đến khi chúng phát sinh]. Bây giờ hãy nghe ta hát:

Con cúi đầu đảnh lễ dưới chân [Sư phụ]Marpa.

Ôi Megom, và tất cả những đệ tử của ta ở nơi này,
Xin hãy lắng nghe, suy nghĩ, và tu tập theo những gì ta hát –
Bài hát của một lão nhân
Là người lão thông trong những điều này.

Bởi vì sự nhầm lẫn trong ta đã được nhổ rễ,
Ta giác ngộ rằng Tự Tỉnh Giác là Đạo Sư của ta.
Kẻ nào không chứng ngộ chân lý này,
Đừng bao giờ nên từ giã bậc thầy thành tựu.

Tất cả mọi ý nghĩ và hình tướng chỉ là Thánh Đế.
Nếu một người không chứng ngộ chân lý này,
Y không bao giờ nên chểnh mảng Thánh Thư.

Hãy cố gắng từ bỏ tất cả dục vọng và tham lam!
Nếu lòng chán ghét những sự việc thế gian
Không phát sinh trong tâm mình,
Y nên canh chừng và tự mình giữ giới luật!

Hãy cố gắng chứng ngộ chân lý Vô Hữu.
Nếu một người chưa chứng ngộ chân lý này,
Y nên cẩn thận canh chừng Nghiệp.

Hãy cố gắng hiểu Niết Bàn và luân hồi không phải hai.
Nếu một người chưa hiểu được điều này,
Y nên tu tập tính bình đẳng của Hai Đế. (3)

Hãy cố gắng chứng ngộ nhất thể của ta và người khác.
Kẻ nào chưa chứng ngộ chân lý này,
Nên luôn luôn giữ lấy Tâm Bồ-đề.

Hãy cố gắng để Chứng Ngộ tự phát sinh.
Nếu nó chưa tự phát sinh,
Đừng bao giờ bỏ các giới luật và nghi thức.
Hãy cố gắng vượt lên trên cả Thiền Định và
Sau Thiền Định. (4)
Kẻ nào chưa qua được cả hai cảnh giới
Nên theo Con Đường Thiện Xảo nơi cô tịch.

Hãy cố gắng để Kinh Nghiệm phát sinh mãi mãi.
Kẻ nào chưa thể làm được điều này
Nên tiếp tục với phép tu Ba Điểm. (5)

Hãy cố gắng chứng ngộ tự tánh của Ba Thân.
Trừ phi chứng ngộ [chân lý] này
Hãy tu tập Yoga Phát Sinh và Hoàn Thiện.

Hãy cố gắng tự khiến mình
Luôn luôn thư giãn và tự do.
Nếu các con không thể làm như vậy,
Hãy giữ thệ nguyện và giới luật của các con!

Trong niềm vui to lớn, Megom kêu lên, "Jetsun, thầy từ bi hết mực chỉ dạy con về bản tánh hai trong một của Thấy, Tu, và Hành bằng cách kết hợp chúng thành một giáo lý duy nhất!" Do đó, ông ta hát:

Con kính lạy Jetsun ân huệ.

Vui là thấy Hai-trong-Một,
Vui là thiền định về nó,
Vui là ở trên đó mà hành động.
Ôi, tuyệt diệu là ba cái "Hai-trong-Một" này!

Nếu không biết cái Thấy Hai-trong-Một,
Làm sao hiểu được tất cả mọi sự vật
Chỉ là Pháp Thân?

Nếu không biết cách Tu Tập Hai-trong-Một,
Làm sao có thể chứng ngộ tất cả đau khổ là quang vinh?
Nếu không biết Hành Động Hai-trong-Một,
Làm sao có thể tự động từ bỏ ý muốn thế gian?

Tất cả chúng sinh trong Sáu Nẻo
Chỉ là Trí Tuệ của Niết Bàn.
Đây là cái Thấy của Hai-trong-Một.
Tất cả tích cực và tiêu cực
Và Trí Tuệ của Toàn Thể
Chỉ là Pháp Thân.
Đây là Tu tập Hai-trong-Một!

Như trăng phản chiếu mọi nơi trong nước,
Như cầu vồng không ai nắm giữ được,
Như ánh đèn chiếu sáng [trong bóng tối],
Hành Động Hai-trong-Một là như vậy.

Cốt lõi của Thấy
Nằm trong cái chẳng hai.
Cốt tủy của Tu
Nằm trong không phân tán,
"Then chốt" của Hành
Là bao hàm và thấm nhập.
Đấy là Giác Ngộ!

Đây là cái hiểu
Con được trong sùng mộ!

Tất cả các đệ tử đều được lợi ích từ bài hát này. Rồi vào chiều hôm ra đi thiền định trong cô tịch, Megom yêu cầu Jetsun cho ông ta một lời dạy, có hiệu quả mà dễ tu tập. Jetsun đáp, "Đại công đức phát triển trong ta từ khi ta tu tập theo những chỉ dạy này. Con cũng nên tu tập theo. Bây giờ hãy lắng nghe bài hát của ta":

Ta, hành giả Yoga Milarepa, thấy Tự Tánh
Bằng cách nhìn trần truồng vào Nó!
Ta thấy Bên Kia Những Trò Chơi Chữ,
rõ ràng như bầu trời!
Bằng buông xả, ta thấy Chân Như;
Bằng yên nghỉ thong dong, ta nhận ra
Tánh Không của tất cả và mọi vật.
Ta thư giãn, thư giãn và đến Cõi Tự Ngã;
Ta buông xả, buông xả và trong dòng Tỉnh Giác
Tịnh và bất tịnh trở thành một!

Bởi vì ta không tìm kiếm gì,
Ý nghĩ và ý tưởng tất cả đều dứt sạch;
Những nguy cơ của luân hồi như thế bị
nghiền nát mãi mãi!
Vì ta nhận ra rằng Phật và tâm ta là một,
Ta không còn ước mơ thành tựu!
Như mặt trời xua tan bóng tối,
Khi Chứng Ngộ ló sáng nơi một người
Các Nhiễm [Kleśas] và Niệm Tưởng [Nhamdog]
tự biến mất!

Nghe bài hát này, Megom tràn đầy niềm vui. Được Đạo Sư chỉ dạy rồi, ông ta đi đến am và thiền định một mình. Sau đó, ông ta đạt được nhiều công đức trên đường Đạo, đạt được những Kinh Nghiệm và Chứng Ngộ tuyệt vời, và trở thành một trong những đệ tử thân cận của Jetsun, có danh hiệu là Megom Repa, [trong đời ông ta] đã giúp nhiều người có thiên phú.

Chú Thích Chuyện 36

(1) Bản văn đọc, "Rus.Mes.Yin.Pahi.Tshon.Pa.Shig.". "Rus.Mes." nghĩa đen là "dòng dõi tổ tiên," nhưng ở đây dịch giả cho rằng "Mes." là tên của một bộ tộc và không hiểu như là "tổ tiên" theo nguyên nghĩa của từ.

(2) Bổn Đạo Sư: Một hành giả yoga Phật Giáo có thể có nhiều Đạo Sư. Tuy nhiên, vị Đạo Sư quan trọng nhất là người đưa hành giả yoga đến sự Giác Ngộ sơ khởi; vị Đạo Sư này được coi là *bổn Đạo Sư*. Không chỉ vì ông ta quan trọng hơn những người khác vì ông ta thực sự khai mở tâm cho người đệ tử ra trước Chân Lý Bát-nhã, mà còn là nơi nương tựa chính yếu của hành giả yoga trong sự tiến bộ của y trên đường Đạo. Sự ưu tiên trước hết nên dành cho vị Đạo Sư này trong phụng sự, thờ kính, và khẩn nguyện, như mối quan hệ giữa Milarepa và Marpa cho thấy.

(3) Hai Đế (T.T.: bDen.Pa.gNis.): Đây là Tục Đế hay Chân Lý Thế Tục và Thánh Đế hay Chân Đế hay Chân Lý Siêu Việt. Tục Đế nói về những nguyên lý căn bản của thế giới hiện tượng, và Chân Đế nói về Chân Lý Tối Hậu. Xem Chuyện 29, Chú thích 11 .

(4) Thiền Định và Sau Thiền Định (T.T.: mNam.bShag. và rJes.Thob.): Thiền Định (Samādhi) là giai đoạn thực sự của Định. Sau Thiền Định là giai đoạn sau Định, tức là, những sinh hoạt hàng ngày trong đó kinh nghiệm Định vẫn chiếm ưu thế ở một độ nào đó.

(5) Phép tu Ba Điểm: Dịch giả cho rằng đây ám chỉ phép tu quán sát bản tánh của ba giai đoạn kế tiếp nhau của bất cứ một biến cố nào đang xảy ra, tức là, các giai đoạn đầu, giữa, và cuối. Bằng cách quan sát chúng, Kinh Nghiệm bên trong có thể được mở rộng ra.

37. SAHLE AUI VÀ TRI KIẾN CỦA CÔ

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Jetsun Milarepa từ Hang Cái Bụng ở Nya Non đến Ngogang xin của bố thí. Ông dừng lại ở La Shin nửa ngày, rồi tiến tới Nagchar. Trên đường đi ông gặp một cô gái xinh xắn vào khoảng mười sáu tuổi, với đôi mày rậm và tóc óng ánh, y phục đẹp và trang điểm đẹp. Cô ta đang trên đường xách nước về nhà. Jetsun nói, "Cô gái thân mến, cô sẽ cho tôi bữa ăn chiều nay không?" Cô gái đáp, "Nếu chúng tôi những người sống bên đường bố thí thức ăn cho những người xin của bố thí, chúng tôi sẽ luôn luôn chuẩn bị bữa ăn cho họ." Nói vậy rồi cô ta bước vào nhà và bỏ Milarepa ở ngoài.

Đêm hôm đó cô gái có một giấc mộng lành. Sáng hôm sau, nhớ lại giấc mộng, cô ta nghĩ, "Thông thường, chúng sinh bị vô minh che mờ. Họ không thể nhận ra Phật hay Jetsun Milarepa, cũng là Phật nữa. Không có ân huệ và sự gia trì của ông ta, mình đã không có giấc mộng đêm qua. Hành giả yoga đó có thể chính là Milarepa không? Mình sẽ đi tìm xem."

Rồi cô ta chuẩn bị thức ăn và đem đến cho Jetsun. "Thưa Hành giả Yoga, ông là ai?", cô gái hỏi.

"Tôi là người xin của bố thí sống trong xóm cô."

"Ông không phải là Jetsun Milarepa ở Hang Cái Bụng ở Nya Non sao?"

"Phải, cô có thể nói như vậy."

Nghe nói vậy, một niềm tin mạnh mẽ đủ để tác động toàn thân cô ta lập tức phát sinh bên trong cô ta, và tóc cô ta dựng đứng lên. Cô ta cúi đầu trước Milarepa và kêu lên, "Phải, phải – bây giờ tôi hiểu rồi! Đây là lý do tại sao tôi đã có một giấc

mộng kỳ diệu như thế đêm hôm qua!" Lúc ấy Jetsun hỏi cô ta, "Mộng gì vậy?"

"Tôi mộng thấy một mặt trời và một mặt trăng ở trong nhà tôi, nhưng chúng không chiếu sáng. Rồi một mặt trời và một mặt trăng khác xuất hiện ở phương Đông, rực rỡ sáng ngời. Chúng thắp sáng mặt trời và mặt trăng trong nhà tôi, khiến chúng chiếu sáng ngời. Rồi chúng (mặt trời và mặt trăng u tối) nhô lên và hợp nhất với mặt trời và mặt trăng ở phương Đông. Toàn thể vũ trụ như thế được chiếu sáng. Ông có vui lòng nhận tôi làm người hầu hạ cho ông để tôi có thể phát triển mình trong Pháp không?"

Jetsun đáp, "Tôi tin cô có thể." Rồi ông gia trì cho cô gái bằng Định lực của ông và trở về Hang Cái Bụng.

Chẳng bao lâu sau đó, cô gái đến viếng Jetsun, có mang theo một người bạn. Cô ta tặng Milarepa một cục quặng vàng và hát:

Xin hãy lắng nghe con,
Đại Hành giả Yoga Repa, Bậc Thành Tựu.
Khi con nhìn kiếp sống con người
Chúng nhắc con nhớ đến sương trên cỏ.
Nghĩ như vậy, lòng con đầy phiền muộn.

Khi con thấy bạn bè và thân nhân của con,
Họ giống như những thương nhân đi qua trên đường phố.
Nghĩ như vậy, lòng con buồn phiền.

Khi con thấy những món hàng khó kiếm được
Chúng nhắc con nhớ đến mật
Của những con ong làm việc khó nhọc.
Nghĩ như vậy, lòng con đầy phiền muộn.

Khi con thấy quê nhà,
Nó gợi đến một cái hang thói xấu.
Nghĩ như vậy, lòng con thấy buồn.

Ban ngày, con chiêm nghiệm chân lý này,
Ban đêm, con nghĩ về nó mà không ngủ được.
Bởi vì những hành vi tốt của con trong các đời trước,
Con được sinh làm người trong đời này.
Đời quá khứ lèo lái con từ phía sau,
Những phận sự nấu nướng và việc nhà lôi con tới.
Con kéo lê đến cái chết mỗi phút một gần hơn.
Thân đang hư hoại này
Có thể sụp đổ bất cứ lúc nào.
Hơi thở của con, giống như sương mù buổi sáng,
Có thể biến mất bất cứ lúc nào.
Nghĩ như thế, con không ngủ được.
Nghĩ như thế, lòng con thấy buồn.

Ôi, Jetsun Cha,
Con viếng cha vì Pháp.
Xin gia trì cho con, bảo vệ, và thương xót con.
Và ban cho con Thánh Giáo!

Để trắc nghiệm cô gái có thực sự hiến mình cho Pháp, hay cô ta vẫn còn ưa thích sự vật thế gian, Jetsun nói, "Ta không muốn vàng của cô. Rất hiếm khi người giàu có thể tu tập Pháp, mặc dù có thể họ có khả năng lớn trong các sự việc khác. Vì cô còn quá trẻ, ta nghĩ cô tốt hơn không nên từ bỏ thế gian hoàn toàn. Bây giờ hãy nghe bài hát của ta":

Con đảnh lễ Marpa ân huệ.
Hóa Thân của Chuyển Luân Vương!

Trong khu vườn hoa lệ của Trời Hoan Hỷ (1)
Các hoa đều có hương vị ngọt ngào và tuyệt đẹp,
Nhưng những con ong tầm thường không thể tìm ra,
Dù chúng có thể chạm đến hàng trăm đóa!

Trên châu Diêm phù (2) phía Nam núi Tu-di,
Có một ao tắm với Nước Tám Công Đức

Mà những con chim tầm thường không thể tìm ra,
Dù chúng có thể biết được tất cả mọi chỗ khác.
Ở phía bắc của Bồ-đề đạo tràng [Bodhgaya]
Mọc lên Chiên-đàn [Tsandan], cây chữa bệnh,
Chữa lành tất cả các chứng tắc nghẽn.
Nhưng không phải tất cả bệnh nhân có thể tìm ra.
Dù họ hái được những dược thảo khác.

Trên biên giới giữa Nepal và Tây Tạng
Người ta tìm thấy Nơi Nương Náu của những kẻ buồn phiền.
Ngài là Phật nội tại, Wadi thiện hảo. (3)
Những người không công đức không thể thấy Ngài.
Họ có thể thấy những hình ảnh Phật khác.
Nhưng không có niềm tin nào phát triển bên trong.

Trong đại dương Sinh Tử vô cùng
Những đám đông lang thang cô độc,
Thường rơi xuống những Cõi Kém Hơn.
Nếu một khi được sinh làm người,
Ít kẻ có thể chuẩn bị
Cho "linh hồn" họ.
Vô dụng và mê hoặc, họ sẽ mất
Một lần nữa những gì họ đã được!

Được sinh làm người
Còn hiếm hơn sao sáng ban ngày.
Nếu đủ phước đức thắng được một thân người,
Nhiều kẻ sẽ lãng phí nó bằng cách chạy theo khoái lạc,
Chỉ một ít người dấm chân lên đường Đạo Pháp.
Dù hàng trăm cửa có thể vào,
Chỉ một ít giữ được giới luật.

Nhờ ân huệ của Sư Phụ ta
Ta đã nhận ra rằng tất cả hình tướng đều là vàng;
Ta không cần vàng quí của cô.

Đây là lời đáp của ta, hỡi nữ bảo trợ đầy đức tin,
Một bài hát với năm ngụ ngôn và sáu ý nghĩa.
Nhiệt tâm bây giờ cô đang có
Là tạm thời và có thể đổi thay;
Ý chí không lay chuyển bao giờ cũng khó được;
Và vì thế, cô gái ơi, ta đề nghị cô hãy về nhà.
Tin nơi Pháp, là lời ta khuyên đó.
Hãy chăm sóc người chồng thân mến của cô
Tựa như cô phụng sự một vị thần.
Hãy duy trì nhà cửa, ruộng đồng
Và hãy yêu thương con cái của cô.

Thờ phụng các Đạo Sư và Phật ở trên;
Bảo vệ và giúp đỡ kẻ nghèo ở dưới;
Ở giữa hãy chăm sóc phía bên chồng
Và giữ những điều tốt với người hàng xóm.
Bây giờ cô đã được sự gia trì từ ông già này
Chúc cô thịnh vượng, sống lâu, và thành đạt.
Cầu cho cô luôn luôn được ơn Thánh Pháp.

Cô gái cúi đầu trước Jetsun và nói, "Con không thích thú khoái lạc thế gian, mà hoàn toàn nhờm tởm mọi sự vật trong Sinh Tử. Xin vui lòng cho phép con nói lý do của con." Vì thế cô ta hát:

Con đảnh lễ Jetsun ân huệ.
Xin hãy làm đầy ước nguyện của con bằng
Sự gia trì của ngài,
Xin hãy chứng giám lời nói và lòng thành thực của con.
Xin Repa vĩ đại, hãy lắng nghe lời cầu thỉnh
của cô gái này.

Với tâm vô minh và đầy bối rối
Con đã nghĩ và tìm.
Trong đáy sâu trái tim con
Con đã suy tư về sự tạm bợ của cuộc đời.

Con đã thấy chết đập xuống cả già lẫn trẻ
Ngay từ lúc đầu tiên con thấy ánh sáng ban ngày.
Đời thì bấp bênh và chóng vánh
Giống như sương trên cỏ.
Thời gian qua không hay, rồi đời cũng hết.
Con chưa bao giờ thấy hay nghe nói đến
có người nào không chết.
Con chắc chắn, không nghi ngờ gì cả
Rằng con sẽ chết một hôm.
Con không có tự do hay lựa chọn
Đến chỗ nào khi con chết.
Con buồn và sợ hãi
Khi con nghĩ về những đau đớn con
Có thể phải chịu ở các Cõi Thấp Hơn.

Thế gian này chỉ là một vở tuồng –
Lao nhọc việc nhà không chấm dứt,
Đấu tranh để sống,
Lìa bỏ mẹ cha ân huệ,
Buông bỏ đời mình cho kẻ hứa hôn –
Nếu rơi vào những Cõi Thấp Hơn,
Sẽ bị mất tiến bộ và Giải Thoát.

Đôi khi con tự nghĩ,
Nó làm sao có nghĩa –
Tự do hiến mình với của cải của mẹ cha
Cho một người cả đời nô lệ mình như một kẻ tôi đòi?

Ban đầu người yêu là một thiên thần,
Kế tiếp là một con quỉ, ghê sợ và tàn ác.
Cuối cùng là một con voi hung hãn,
Đe dọa tiêu diệt mình.
Nghĩ như vậy, con cảm thấy buồn và chán nản.
Bây giờ, cô gái này sẽ hiến mình cho Pháp,
Bây giờ, cô ta sẽ gia nhập Huynh Đệ Kim Cương! (4)

Đa số đàn ông chỉ là kẻ thu góp tín dụng;
Đôi khi một người có tài xuất hiện.
Trước hết họ ăn cắp vẻ đẹp thanh xuân của mình,
Kế tiếp họ giựt lấy thức ăn của mình,
Rồi họ lột lấy những châu ngọc trên tay mình.
Nghĩ như vậy, con cảm thấy đau ở tim.
Bây giờ con hiến mình tu tập Pháp.
Từ đây về sau con sẽ nuôi những đứa con Trí Tuệ.

Nhà cửa và đền chùa giống như nhà ngục;
Ban đầu, chúng làm vỡ trái tim,
Rồi chúng làm đau cái lưng,
Cuối cùng, chúng bỏ mình trong tuyệt vọng.
Nghĩ như thế, con cảm thấy đau ở tim.
Cô gái này bây giờ sẽ hiến mình
Xây ngôi tháp cho Thiền-na [Dhyana] bất tử.

Thờ phụng các biểu tượng và Kinh Điển là vô nghĩa
Ngoại trừ những ai có niềm tin chân thành.

Con nhìn thấy người ta đánh nhau vì đất,
Rồi họ cãi nhau vì nước,
Cuối cùng, những quả đấm được đổi trao.
Nghĩ như thế, con cảm thấy đau ở tim.
Bây giờ con sẽ canh tác trên đất tự giới luật,
Bây giờ con sẽ hiến mình tu tập Pháp.

Nếu một người bám vào Tâm Bồ-đề
Công đức của y chắc chắn sẽ tăng trưởng.
Song nếu y ham muốn giàu sang
Y sẽ phạm tội nhiều trong những gắng sức của y.

Lúc đầu, dục vọng bừng cháy thiêu đốt một người,
Rồi y bị kiêu hãnh và ganh tị chiếm hữu,
Cuối cùng y đánh nhau với kẻ thù trong tuyệt vọng.
Nghĩ như thế, lòng con đầy phiền muộn.

Bây giờ con sẽ hiến mình cho Pháp,
Bây giờ con sẽ tu dưỡng thiện chí với tất cả mọi người.
Chúng ta thấy rõ lỗi của người khác
Nhưng ít khi thấy lỗi của chính mình.
Vậy làm sao có thể có hòa hợp giữa chúng ta?
Ngay cả Phật không tì vết,
Toàn tri và toàn hảo,
Cũng bị những kẻ có tội tìm thấy lỗi.
Thì làm sao hòa bình có thể hiện hữu giữa chúng ta?
Nghĩ như thế, con cảm thấy buồn và chán.
Bây giờ con sẽ hiến mình cho Pháp,
Bây giờ con sẽ nhìn diện mục của tâm con.

Với ngài tất cả mọi vật hiện ra giống như vàng,
Hóa Thân của Phật!
Một người có thể không có kinh nghiệm này,
Song [trong thực tại] không có hữu hay vô hữu.
Để khắc phục tham và chấp của con
Bây giờ con cúng dường ngài vật yêu mến nhất của con.

Như đức Phật đã nói,
"Nên từ bỏ những vật tùy thuộc
Làm gia tăng ham muốn của mình.
Tất cả những sở hữu, giống như ảo thuật, đều là mê hoặc –
Nên cho chúng đi
Vì mục đích tốt và từ thiện."
Theo huấn thị này của những Bậc Giác Ngộ
Bây giờ con cúng dường ngài vàng này.
Xin hãy nhận dấu hiệu nhỏ bé bày tỏ niềm tin này của con
Và ban cho con lời chỉ dạy của ngài.

Vì thế Jetsun Milarepa nhận vàng của cô gái, rồi trả lại cô ta và nói, "Nếu cô quyết tâm tu tập Pháp, bất chấp sống chết, thì cô đã vào cửa Pháp rồi. Bây giờ cô nên chuẩn bị cúng dường cho Đạo Sư và Phật Hộ Trì."

Rồi một lễ cúng dường thánh thiện được thực hiện ở một mức độ cao. Jetsun làm lễ thọ giới cho cô gái gọi là Geninma (5) hợp với các Giới Luật thông thường của một Phật tử, (6) khai thị cho cô ta vào Giáo hội Mật Giáo, và cho cô ta nhiều lời chỉ dạy bằng miệng. Rồi ông đặt tên cho cô là "Sahle Aui," và ra lệnh cho cô thiền định. Chỉ trong một thời gian rất ngắn cô ta đã có những Kinh Nghiệm và công đức tốt, và học thiền định một mình. Rồi Jetsun nói với cô ta, "Ta rất hài lòng với niềm tin và sự kiên trì của con; các Kinh Nghiệm và Chứng Ngộ mà con đã có bây giờ sẽ làm cho con có thể thiền định độc lập trong cô tịch. Bây giờ con nên vào núi và thiền định một mình. Cho đến khi chúng ta gặp lại, hãy nhớ những lời này từ trái tim ta." Rồi ông hát:

Vĩ đại là được sự gia trì của những Đạo Sư phẩm cách!
An toàn là chỗ trú Tam Bảo!
Hùng mạnh là năng lực từ bi của các bậc Hộ Trì
và các thiên nữ Đa-ki-ni!
Với tất cả các ngài con nay kính lễ chân thành nhất!

Giọng của ta và âm điệu hài hòa có thể không hay,
Nhưng bài hát này chắc chắn mang theo
Sự gia trì của Dòng Truyền,
Và minh họa đại ý của lời Phật dạy.

Hãy lắng nghe, Sahle Aui thành tín, nữ nhân sùng mộ!
Nếu con muốn tẩy sạch rỉ sét của chiếc gương tâm,
Hãy nhìn vào chiều sâu của bầu trời thanh tịnh!
Và thiền định trong núi yên tĩnh
Được gia trì bởi những bậc thành tựu!

Ở một mình trong am
Nên biết làm sao quán sát
Tự Tánh thâm sâu của tâm lay chuyển.
Sahle Aui, hãy cẩn thận lắng nghe,
Khi ta nói với con thiền định như thế nào.

Có niềm tin không lay chuyển
Khi là một người mới tu của Pháp thì thật tuyệt vời;
Như ngọn núi đứng sừng sững,
Hãy thiền định với sự vững vàng.
Để thắng được công đức của Phật,
Đừng quan tâm đến đau đớn hay khoái lạc!

Như dòng sông chảy không ngừng,
Hãy thiền định không gián đoạn.
Để thọ nhận sự gia trì từ Đạo Sư,
Con nên có niềm tin không ngừng nghỉ.

Như bầu trời, không bờ mép hay trung tâm,
Hãy thiền định về sự mênh mông và tính Vô Cùng.
Để hiểu Chân Lý bẩm sinh,
Hãy hợp nhất Thiện Xảo và Trí Tuệ.

Như mặt trời và mặt trăng trong tất cả huy hoàng,
Hãy thiền định rõ ràng không bóng tối.
Biết rằng tất cả chúng sinh là cha mẹ của mình,
Hãy thương yêu và tỏ bi tâm với họ.

Hãy dùng đại dương như một ngụ ngôn.
Hãy thiền định không hôn trầm và trạo cử.
Để thấy thẳng Tự Tâm,
Con nên theo ngay những lời Đạo Sư nói.
Giống như trái đất lớn này,
Hãy thiền định vững chắc không lay động.
Để tự biến mình thành Pháp khí
Hãy thiền định ở bên kia tất cả ngôn từ.
Để nhận ra tất cả sự vật là thánh Pháp,
Hãy quán tâm con.

Vào mọi lúc và trong tất cả điều con làm
Hãy tự chăm sóc lấy con.
Hãy trang điểm bằng đồ trang sức giới luật,

Mặc chiếc áo da cừu kiên nhẫn,
Cưỡi con ngựa tinh tấn diệu kỳ,
Và nhập vào Thành phố Thiền-na Thánh thiện.
Con sẽ giàu sang bằng Viên Ngọc Trí Tuệ.
Chớ quên đền đáp lòng từ của Đạo Sư,
Nhưng hãy cho ông ta những gì tốt nhất –
Tất cả những gì con kinh nghiệm và chứng ngộ.
Con gái thành tín của ta, con có hiểu những gì ta nói?

Với lòng tin nơi Jetsun còn nhiều hơn trước kia, Sahle Aui hiến một lễ tiệc lớn để tôn vinh ông. Rồi một cách ngoan ngoãn cô ta từ bỏ tất cả chuyện thế gian và đi thiền định trong núi Nonyul ở vùng Nya Non, trong khi Milarepa từ giã đi đến núi Đá Đỏ ở Drin.

Một thời gian sau, Jetsun trong tâm rất bi mẫn đã thấy hào quang lấp lánh bắn lên từ một cái tháp thủy tinh, [một dấu hiệu cho biết Rechungpa đang gặp rắc rối trong sự sùng mộ của ông ta]. Sự việc xảy ra là do Rechungpa đang có sự khó khăn trong việc điều hơi thở vì hậu quả của sự luyện tập huyền thuật mà ông ta đã học từ những người tà giáo. Thấy vậy, Jetsun nghĩ, "Con trai ta Rechungpa bây giờ đang bị chướng ngại gì đây?" Rồi từ trên đỉnh Đá Đỏ ông bay về hướng Lashi. Đến nửa đường, ông đáp xuống Hang Thiền Định Rechin để lại dấu chân in trên tảng đá ấy. Ông lại nhập Định quang minh, quán xét những cơ duyên may mắn của Rechungpa, và thấy rằng thân mạng của Rechungpa không bị ảnh hưởng gì, chỉ trừ một ý nghĩ không chính thống nào đó đang trở ngại tâm ông ta.

Rồi Milarepa bắt đầu đi Nya Non để biết nữ đệ tử của ông, Sahle Aui, như thế nào. Trên đường đi ông gặp một vài tăng nhân bảo ông rằng Sahle Aui vẫn đang thiền định trong cái hang cô ta đến đầu tiên. Họ nói rằng cô ta không bao giờ nói hay di động thân thể, mà lúc nào cũng ngồi yên như một xác chết. Họ tin rằng cô ta ắt đã đi lạc đường trong thiền định. Milarepa nghĩ, "Tự mình thấm nhập trong Định như thế là một điều tốt, không phải là một chướng ngại." Rồi ông đi đến chỗ của cô gái. Khi

ấy, trong chiếu diệu, Sahle Aui cũng thấy Jetsun đang đến, vì thế cô ta đến mép thung lũng đón ông.

Sau khi đảnh lễ và hỏi thăm sức khỏe của ông, Sahle Aui im lặng ngồi xuống bên ông, không nói lời nào. Để khám nghiệm kinh nghiệm thiền định của cô ta, Milarepa hát:

Ôi, Sahle Aui, kẻ ẩn tu
Đã nhận Pháp vào lòng,
Với niềm tin và kính ngưỡng
Trước con nương vào Đạo Sư;
Và qua sự gia trì của ông
Tâm con đã chín muồi.
Nhắp cam lồ cõi trời của Con Đường Thiện Xảo
Chân tri kiến về Pháp đã phát triển trong con.
Không biếng nhác giải đãi trong sùng mộ
Kinh nghiệm Hơi Ấm mà tất cả các thánh đã có
Bây giờ đã phát triển trong con.

Vì không chướng ngại nào phát sinh,
Con có thể giữ im lặng tốt như bây giờ.
Như đói không bị thức ăn độc giết chết
Giải thoát không đạt được bằng con đường sai,
Những cố gắng như thế sẽ thành lãng phí.
Nai ở lại trên núi,
Thế có ích dụng gì?
Con chim đen Dorge có thể hót,
Thế có ý nghĩa gì?
Con Gyuar Mo (7) bụng trắng có thể giữ Sinh Khí giỏi,
Thế có ích lợi gì?
Dombu Tukar (8) thiện nghệ trong pha chế thuốc tiên,
Tất cả những hành giả yoga tà giáo
đều tu tập Định Vô Niệm,
Những người Bà-la-môn khổ hạnh trọn đời,
Thế có gì là tốt?
Két có thể nói chuyện một cách hùng biện,
Nhưng kẻ nào không theo

Con Đường Giải Thoát,
Dù cho y cố gắng say mê đến đâu
Cũng khó có thể tự giải thoát.

Tâm người giống như cơn gió lốc
Qua Định Lực
Người ta có thể đè nén dục vọng và những
ý nghĩ lang thang,
Nhưng chỉ như thế sẽ không bao giờ đưa mình
Qua được biển luân hồi!

Để tu tập Yoga Tsandali Hữu Tướng, (9)
Người ta cần Trí Tuệ ở bên kia hình tướng.
Để tu tập Tsandali ở Trung Khu Trái Tim,
Người ta phải nhận ra Sự chiếu sáng ở
Cảnh Giới Trung Gian [Bardo].
Để tu tập Tsandali Nội tại Tối hậu,
Người ta phải nhận ra Cảnh Giới ở bên kia sinh và tử.
Để tu tập Yoga Tsandali của Giọt Tinh Chất và Kênh,
Người ta phải thôi chấp vào tất cả mọi hình tướng.
Kênh Giữa, Dhuti, (10) ở bên kia tất cả mọi dụng công
và hành động.
Nó vô vi, tự hữu, và bản lai thanh tịnh.
[Thấy nó], những cái nút của hai chấp
Sẽ tự động mở ra.
Đây là chân lý hàng đầu của Đại Thủ Ấn.
Sahle Aui ơi, con đã nhận ra nó chưa?

Trình Kinh Nghiệm bên trong của mình với Jetsun, Sahle Aui hát:

Người nắm giữ Dòng Truyền Dorje-Chang,
Người đã được các thiên nữ Đa-ki-ni tiên tri,
Nhờ ân huệ của các [Tổ sư] Tilopa và Naropa
Đã làm chủ Bốn Mật Điển, tri thức sâu xa.
Người ấy là Marpa, của Truyền Thừa Rỉ Tai!

Nhờ ân điển của [sư] ông ở Mười Phương,
Thầy đã vun trồng nhiều hoa màu;
Nhờ ân điển của sư ông, thầy đã có những quả không tì vết
Quả này tiếp theo quả khác!
Nhờ thầy gia trì, con đã được đại Tự Do.
Với thầy, sự vinh quang trên đầu con,
Con mãi mãi tỏ lòng tôn kính.

Thầy là bậc từ bi,
Đại Repa từ Gung Tang đến
Danh tiếng của thầy đã lan xa đến mọi miền.
Với thầy, viên ngọc của vương miện trên đầu con,
Con nguyện với lòng chân thành và niềm tin vĩ đại.
Ôi, Sư Phụ của con, ấy là nhờ ân huệ của thầy,
Mà chúng con, những kẻ làm sai lầm lẫn,
được cải hóa trở về với Pháp.
Ấy là thầy đã dắt chúng con vào chánh đạo.

Thầy đã làm chín muồi những trái chưa chín,
Thầy đã giải thoát những người không tự do.
Thầy làm con nhận ra rằng
Tất cả hiện thân trong thế giới bên ngoài
Là không thật và giống như ảo thuật.
Như thế con đã thấy Mẹ Pháp Tánh Quang Minh, (11)
Như thế con đã nhận ra rằng niệm tưởng miên tục
Là những phóng thể giống như ảo ảnh;
Như sóng nhô lên từ biển
Chúng sẽ biến mất vào biển trở lại.
Tất cả nghi ngờ, lầm lỗi, và
Cám dỗ trong thế gian
Như thế đã được xóa sạch!
Theo Con Đường trong sáng
Con đã được chân tri,
Hiểu những gì Mật Điển muốn nói.
Không nên lấy chân lý của con đường Tiểu Thừa
Làm chân lý thượng thừa.

Ham muốn nó người ta không thể thành Phật.
Bây giờ con thành khẩn yêu cầu thầy, Đạo Sư của con,
Chỉ dạy cho con trong Mật Điển.

So kinh nghiệm của con với của Sư huynh Ngan Tson
Con chỉ có thể cảm thấy kính trọng huynh ấy sâu xa.
Nuốt lấy những ý kiến sai và tự phụ của con như thức ăn;
Như thế giấc ngủ dài và nặng như chì đã được rút ngắn.
Bây giờ con đã từ bỏ tất cả đàn ông,
Và hiến mình cho thiền định.
Trong nhiều năm con đã tránh những bồ đoàn mềm mại,
Và chiêm nghiệm về Đại Thủ Ấn không xao lãng.
Con là người đàn bà ước nguyện đến Niết Bàn,
Không bao giờ xa lìa Tánh Không và Bi Tâm.
Không tự phụ và kiêu căng,
Con sẽ luôn luôn vui học Giáo pháp.
Con mãi mãi tin thầy như tin đức Phật.
Với tất cả các thiên nữ Đa-ki-ni vui hát trong con,
Đây là bài hát cho thầy, Đạo Sư của con.

Jetsun rất hài lòng, nói, "Con đã có sự hiểu biết và những Kinh Nghiệm tốt từ thiền định. Quả thật khó đạt được sự Chứng Ngộ như vậy. Mặc dù bây giờ con đã vào Con Đường của những Bậc Toàn Tri, con vẫn nên ở lại và thiền định trong cô tịch."

Vâng theo giáo lệnh, Sahle Aui lại thiền định trong am. Sau này cô trở thành một trong bốn nữ đệ tử hành giả yoga hàng đầu của Jetsun. Trong đời cô, cô đã thực hiện phụng sự vĩ đại đối với Pháp và làm lợi ích cho nhiều chúng sinh. Câu chuyện về đời cô có thể tìm thấy trong một tập sách do Ngan Tson Dunba Shun Chub Jhalbo viết.

Đây là câu chuyện về Sahle Aui.

Chú Thích Chuyện 37

(1) Trời Hoan hỉ (T.T.: dGah.lDan.).

(2) Châu Tsanglin (T.T.: hDsam.Glin.): Châu phía Nam (Xem Chuyện 2, Chú thích 16).

(3) Wadi (T.T.: Ran.Byan.Wa.Ti., nghĩa đen: Wadi tự-sinh): một hình tượng Phật danh tiếng, truyền kỳ tin rằng đã từ trên Trời rơi xuống.

(4) Huynh đệ Kim cương (T.T.: rDo.rJe.sPun.): Những người được cùng một Đạo Sư khai thị là Huynh Đệ Kim Cương.

(5) Geninma (T.T.: dGe.bsNen.Ma.): Phật tử nữ cư sĩ đã nguyện giữ năm giới căn bản.

(6) Các Giới Luật Căn Bản chung (T.T.: mDo.Lugs.; nghĩa đen, các Truyền Thống Kinh Điển): Đây ám chỉ các Giới Luật và truyền thống thấy trong các Trường phái thông thường của Đại Thừa mà giáo lý đặt căn bản trên Kinh Điển (Sūtras), không phải trên Mật Điển (Tantras) .

(7) Gyuar-Mo Bụng Trắng (T.T.: Gyur.Mo.lTo.dKar.): Theo bản văn, Gyuar -Mo dường như là một loài động vật đông miên, có lẽ là con nhím.

(8) Dombu Tukar (T.T.: Dom.Bu.Thugs.dKar.).

(9) Yoga Tsandali (Phạn: Candāli Yoga) tiếng Tây Tạng là "gTum. Mo." Yoga Nhiệt. Xem "Tibetan Yoga and Secret Doctines" của W. Y. Evans-Wentz. Cũng xem "Teachings of Tibetan Yoga" của Garma C. C. Chang. [Hay xem *Du Già Tây Tang, Giáo Lý và Tu Tập*, ND].

(10) Dhuti: Đây là viết tắt của chữ Avadhūti, Kênh Giữa.

(11) Mẹ Pháp Tánh Quang Minh: Pháp Tánh quang minh ở đây ám chỉ như là "Mẹ," một biểu tượng "căn nguyên" hay nền tảng, mà tất cả các pháp (dharmas) tùy thuộc vào đó.

38. CÂU CHUYỆN CÁI SỪNG BÒ YAK

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Khi đã giúp Sahle Aui, nữ hành giả yoga xuất sắc, tiến thêm trong sùng mộ, Jetsun Milarepa đi về hướng Balku để đón mừng người đệ tử trong lòng của ông, Rechungpa [khi ông ta từ Ấn Độ trở về. Trên đường đến đó] ông đã dừng lại ở Betze Duyundzon [Miền Đất Khoái Lạc] một thời gian. Khi Rechung-pa từ Gung Tang đang tiến gần, trong một thị kiến Jetsun thấy ông ta đang đau khổ vì kiêu hãnh. [Trong tâm biết như thế] ông đến đón mừng Rechungpa.

Khi cha con gặp nhau ở giữa bình nguyên Balku, Rechung-pa nghĩ, "Cho đến bây giờ ta đã hai lần sang Ấn Độ để nghiên cứu. Từ trước đến giờ, ta đã theo những chỉ dạy của Đạo Sư của ta để phụng sự Pháp và chúng sinh. Bi tâm và ân huệ của Jetsun Đạo Sư của ta quả thật to lớn, nhưng ta được học triết học và luận lý học Phật Giáo hơn ông ta rất nhiều. Bây giờ ông ta đã đến để chào mừng ta, ta muốn biết ông có đảnh lễ lại ta hay không khi ta đảnh lễ ông." Với ý nghĩ này trong tâm, Rechung-pa quì lạy trước Milarepa và trình cây tích trượng Ahkaru mà Dipupa đã trao cho để tặng Jetsun. Nhưng Milarepa không có gì tỏ vẻ ông sẽ đáp lại theo phép lịch sự. Rechungpa rất bất mãn. Tuy nhiên, ông ta nói, "Thưa Đạo Sư, thầy đã ở chỗ nào khi con ở Ấn Độ? Sức khỏe của thầy thế nào? Các Repa huynh đệ của con thế nào? Chúng ta sẽ đi đâu bây giờ?"

Jetsun nghĩ, "Làm sao mà Rechungpa trở nên kiêu hãnh như thế? Chắc là nó đã bị quỉ ám hoặc bị ảnh hưởng xấu của bọn tà

giáo. Dù bất cứ lý do gì, ta phải cứu nó ra khỏi kiêu hãnh chướng ngại!" Vì thế ông mỉm cười và trả lời những câu hỏi của Rechungpa trong bài hát này:

Ta là hành giả yoga sống trên đỉnh núi tuyết.
Với thân khỏe mạnh, ta tôn vinh Man-đa-la Toàn Thể.
Sạch hết những ảo tưởng của Năm Độc,
Ta không bất hạnh;
Ta chỉ cảm thấy hân hoan!
Khước từ tất cả hỗn loạn
Và sự ưa thích tiêu khiển,
Ta ở một mình trong thung dung toàn hảo.
Thề bỏ tuyệt sự ồn náo của thế gian này,
Trong miền đất không người, hân hoan ta ở.
Vì ta đã bỏ đời sống gia đình cay đắng,
Ta không còn phải kiếm lấy và để dành;
Vì ta không muốn sách vở,
Ta không có ý định làm người học thức;
Ta tu tập những hành vi đạo đức,
Ta cảm thấy không xấu hổ trong lòng.
Vì ta không kiêu hãnh hay tự phụ,
Ta vui vẻ từ chối cuộc tranh luận văng nước miếng!
Đạo đức giả hay giả vờ, ta không có.
An lạc và tự nhiên, ta sống
Không nghĩ trước cũng không điều chỉnh.
Vì ta không muốn danh vọng hay vinh quang,
Những tin đồn và cáo buộc biến mất.
Bất cứ đi chỗ nào, ta cũng cảm thấy an lạc,
Bất cứ mặc gì, ta cũng cảm thấy vui,
Ăn bất cứ thức ăn gì, ta cũng thỏa mãn.
Ta luôn luôn an lạc.
Nhờ ân điển của [sư ông] Marpa,
Ta, người cha già Milarepa của con,
Đã giác ngộ Sinh Tử và Niết Bàn.
Yoga Niềm Vui làm đầy am ta mãi mãi.

Các Repa huynh đệ của con đều khỏe;
Trên những ngọn đồi hẻo lánh họ tiến bộ trong thiền định.
Ôi, con ta Rechung Dorje Draugpa,
Con đã từ Ấn Độ trở về?
Con có cảm thấy mệt và chán trong hành trình?
Tâm của con có được sắc bén và tươi tắn?
Giọng của con có tốt để hát không?
Con có tu tập và theo các chỉ dạy của Đạo Sư con?
Con có tìm được những giáo lý con muốn?
Con có được tất cả những chỉ dạy khác nhau?
Con có được nhiều kiến thức và nhiều học thức?
Con có để ý đến sự kiêu hãnh và vị kỷ của con?
Con có vì người trong những ý nghĩ và
hành động của mình?
Đây là bài hát của ta chào mừng con,
Lúc con trở về.

Đáp lại, Rechungpa hát:

Vâng lời Đạo Sư của con, con đã đi Ấn Độ.
Cuộc hành trình của con nguy hiểm và đầy sợ hãi,
Con đã trải qua nhiều lao nhọc và đau đớn –
Nhưng chuyến đi rất xứng đáng.
Con đã gặp Dipupa, Đại Sư Mật Giáo,
Và gặp Magi, nữ hành giả yoga vĩ đại.
Con cũng thấy đức Phật Hộ Trì kỳ diệu
Và chứng kiến sự hoàn thành lời tiên tri của
các thiên nữ Đa-ki-ni.
Con đã được không sai
Những Chỉ Dạy Thiết Yếu từ lâu mong mỏi –
Những Chỉ Dạy về Đèn Trí Tuệ Sáng ngời,
Lưới Xa Luân của Khí và Kênh,
Tấm Gương Bình Đẳng Phổ Biến,
Cái Đèn Lồng của các Giáo Lệnh Đại Cực Lạc,
Chân Ngôn về Gương Tự Tâm,
Hình Tướng của Chứng Ngộ Tối Thượng Như Mặt Trời,

Và Đại Thủ Ấn Tự Giải Thoát.
Con đã uống Cam Lồ – Tự Tánh Bất Tử,
Con đã thọ nhận giáo lý về Cảnh Giới Trung Gian,
Những Chỉ Dạy Thiết Yếu về phép tu tập Thiền Định,
Về Năm Viên ngọc và những Biểu Tượng Ba.
Con được bảo làm sao tu tập Sáu Yoga,
Và làm sao đạt được những gì con muốn trên thế gian.
Các Mẹ cà các thiên nữ Đa-ki-ni đã góp lại cho con
Tất cả những chỉ dạy kỳ diệu này.
Chư thần và Đạo Sư tất cả đều rất hài lòng,
Và tâm con đã hợp nhất tốt với tâm của họ.
Như mưa hoa,
Những thành tựu đã rơi xuống trên con.
Thức ăn cõi trời đã được đút vào miệng con,
Những Chỉ Dạy Thiết Yếu đã được đặt vào tay con.
Khi giã biệt, chư Thần đã chúc con may mắn.
Những ham muốn của con đã đạt và đã thành công.
Như mặt trời đang lên
Tim con rực sáng với hân hoan.
Bây giờ con đã trở về, Jetsun Đạo Sư của con!
Bây giờ con cho thầy những Giáo Lý của Đa-ki-ni!
Xin hãy xem,
Ca ngợi và phụng sự –
Những thánh Pháp đã đem lại cho con sự thành đạt.

Rồi Rechungpa đưa các sách [ông ta đã lấy được ở Ấn Độ] cho Jetsun. Để đánh tan sự kiêu hãnh và kiêu căng của Rechungpa, Milarepa hát:

Đừng kiêu hãnh và tự phụ,
Đứa con bé nhỏ của ta, Rechungpa,
Ta đã nuôi con từ lúc con mười mấy tuổi.

Với giọng đầy âm điệu, ta hát cho con
Một xâu chuỗi vàng bài hát với những ý nghĩa sâu xa.
Hãy giữ nó trong tâm, nếu con đồng ý.

Các nữ thần ấp ủ những Pháp Đa-ki-ni Vô Tướng,
[Nhưng] kẻ nào cố trở thành quá lớn
Có thể bị giết bởi bọn côn đồ.
Hàng hóa tích trữ của những kẻ giàu sang
Cung cấp thích thú cho kẻ thù của họ;
Đắm mình trong xa hoa và khoái lạc
Là nguyên nhân của nghèo và chết.
Kẻ nào không biết giới hạn của mình
Và hành động vượt quá địa vị của mình
Là ngu si như một gã ngốc.
Nếu một quan chức đối xử tệ với những người hầu hạ,
Y làm hại đất nước của y.
Nếu kẻ hầu hạ không kính trọng chủ nhân,
Y sẽ bị mất trí
Và tự đem lại bất hạnh cho mình.
Nếu một người giữ Giáo Pháp không thể
cư xử đường hoàng,
Y sẽ phá hoại Pháp.
Kẻ nào không giữ bí mật giáo lý của các Đa-ki-ni,
Y quấy rầy và làm phật lòng họ.

Ôi, con trai ta, sự kiêu hãnh của con
về những gì con đã học
Sẽ dẫn con đi lạc đường!

Thuyết giảng nhiều với những lời rỗng tuếch,
Làm hỏng Kinh Nghiệm và sự thiền định tốt của con.
Căng phồng lên với tự phụ và kiêu căng
Chứng tỏ con đã phản bội giới luật của Đạo Sư.
Không gì gây thêm hối hận
Hơn sự không vâng lời Đạo Sư.
Không ai bị phân tán và lầm lẫn hơn
Kẻ ngừng thiền định trong cô tịch!
Không gì không có kết quả hơn
Một Phật tử không từ bỏ thân nhân!

Không gì đáng xấu hổ hơn
Một Phật tử có học mà chểnh mảng thiền định.
Không gì ô nhục hơn
Cho một tu sĩ vi phạm giới luật.

Con ta Rechungpa, nếu con đồng ý những gì ta nói
Con nên giữ nó trong lòng;
Nếu con không đồng ý, hãy làm những gì con thích.
Ta là một ông già sợ chết,
Và không có thời gian để tán gẫu hay nói
chuyện lăng nhăng.
Con còn trẻ và tự phụ,
Bất cứ ai khiển trách con, con sẽ kết án bồi hoàn.

Ôi, Đạo Sư ân huệ của con, Marpa Dịch giả,
Nguyện gia trì con, người khất sĩ đáng thương
Mãi mãi từ bỏ tất cả dục vọng thế gian!

Nhặt lấy những quyển sách và cây tích trượng Ahkaru, Milarepa chạy trước với tốc độ lớn bằng phương tiện năng lực thần thông. Rechungpa không thể đuổi kịp ông. Ông ta chạy, thở hổn hển, phập phồng, theo sau Đạo Sư của mình khi ông ta hát khúc hát này:

Ôi, xin hãy lắng nghe con, Jetsun Cha của con!
Làm sao một đứa con không kính trọng cha mình?
Con chỉ xin cha chấp nhận những giáo lý
con đã lấy được.
Con đã được cho, ở bên kia bất cứ nghi ngờ hay
lỗi lầm khả hữu,
Những chỉ dạy về Pháp Vô Tướng của các Đa-ki-ni.
Từ những giáo pháp thâm sâu, và thâm sâu nhất
Con đã có được niềm tin quyết!
Con xin thầy hiểu cho điều ấy, Đạo Sư của con!

Hơn nữa, con cũng có được Yoga Trường Thọ,

Những Mật Ngữ Biểu Tượng của các Đa-ki-ni,
Các nguyên lý của Thân Kim Cương,
Và những chỉ dạy của Phật Mẹ. (1)
Bây giờ con xin dâng tất cả cho thầy,
Jetsun Đạo Sư của con!
Con cũng có được
Sự Bảo Vệ Cọp thâm sâu, các Phương Thuốc
chữa lành Bệnh tật,
Và Giáo Lý Xua Đuổi Quỉ Thần.
Tất cả những chỉ dạy quí như vàng này bây giờ
con xin hiến cho thầy.

Trên vai con đã mang về
Món Thuốc Sáu Công Đức.
Thuốc tiên của các thần nam và nữ;
Bây giờ dâng lên thầy, Đạo Sư ân huệ của con.
Cây gậy tuyệt vời này làm bằng cây Ahkaru tối thượng
Đã được các Đa-ki-ni dùng để nương tựa.
Nó là vật vô giá và kỳ diệu,
Tượng trưng cho Mật Giáo của Dipupa;
Bây giờ con dâng nó cho thầy, Jetsun Đạo Sư của con.
Xin hãy thưởng thức những giáo lý kỳ diệu này
Và thương xót con, Rechungpa mệt mỏi!
Xin hãy thương hại con, và cho con
Một cơ hội để ngừng chân và ngừng hổn hển!
Nếu thầy vui lòng, xin hãy làm như vậy,
Ấy sẽ là việc làm từ thiện vĩ đại nhất.
Nếu một người có thể làm thỏa mãn cơn đói khát
của người khác,
Thì đó là công đức to lớn nhất.
An ủi người khi phiền muộn là bố thí tốt nhất;
Tử tế phục vụ người và chỉ họ con đường đúng
Là bổn phận của tất cả những người theo Pháp,
Như đức Phật của chúng ta, Ngài đã dạy.

Jetsun nghe Rechungpa hát bài hát này trong khi ông ta chạy đuổi theo sau ông. Khi bài hát chấm dứt, Jetsun ngừng lại. Rồi ông ngồi xuống trên mặt đất và hát trả lời Rechungpa:

Tốt là cha và con ở trong hòa hợp –
Giữ được hòa hợp với người là một công đức lớn;
Nhưng công đức tốt nhất là giữ hòa hợp với cha mình.
Nếu một người bất hòa với tất cả những người y biết
Y phải là một người đáng ngại và khả ố.
Nhưng đáng ngại hơn là bất hòa giữa cha và con.

Tốt là duy trì sự hòa hợp với cha mình bằng
những hành vi chánh đáng,
Tốt là đền đáp ơn và lòng tốt của mẹ mình,
Tốt là hành động hòa hợp với tất cả.

Ước mơ của một người có thể thực hiện
Nếu y giữ những điều tốt với anh em;
Làm hài lòng Đạo Sư của mình
Là được sự gia trì của ông ấy;
Khiêm hạ là thành công
Một Phật tử tốt là một người khắc phục được
tất cả những tính xấu.

Từ ái là sự tha thứ những người vu khống;
Khiêm tốn là được danh tiếng và được biết nhiều;
Giữ giới luật thanh tịnh
Là bỏ đi giả vờ và che dấu;
Sống với hiền nhân là được trở thành tốt hơn;
Lạnh lùng là ngừng tất cả tán gẫu;
Tốt và từ bi là làm Tâm Bồ-đề tiến tới.
Đây là những điều người Trí Tuệ nên làm,
Nhưng kẻ ngu không bao giờ có thể phân biệt bạn và thù.

Chỗ nào [sự tu tập thực sự] đường Đạo được quan tâm,
Các Pháp Vô Tướng của các Đa-ki-ni

không có ý nghĩa nhiều.
Mối quan hệ của ta với con
Thì sâu xa và quan trọng nhiều hơn
Cây tích trượng Mật Giáo của Dipupa.
Về Mẹ Magi thành tựu
Không có giới luật tốt hơn ta.
Nếu các Đa-ki-ni giữ những giáo lý bí mật
của họ không cho ta,
Thì ai là người họ sẽ truyền những giáo lý đó?
Trong Man-đa-la vàng
Ta đã thưởng thức nhiều lễ hội gia trì.
Với Phật Hộ Trì, Dorje Paumo,
Ta quen biết lâu hơn con nhiều.
Không có đất nào của các Đa-ki-ni và Bha Wo (2)
Mà ta không quen thuộc.
Còn nhiều hơn chính con,
Ta quan tâm những việc con đang làm.
Ôi, Rechungpa, đừng kiêu hãnh mà đi lạc đường!
Chúng ta hãy vào núi và thiền định trong cô tịch!

Vì thế, Jetsun và Rechungpa cùng nhau bắt đầu cuộc hành trình. Đây là chương đầu câu chuyện Rechungpa gặp Jetsun ở Yang Ru.

Khi Jetsun và Rechungpa đi dọc theo con đường, Rechungpa lại nghĩ, "Nếu đây là một Đạo Sư khác, ta sẽ được đón tiếp nồng hậu hiếu khách nhất khi ta từ Ấn Độ trở về. Nhưng bản thân Đạo Sư của ta sống trong tình trạng nghèo nàn, tự nhiên là ta không thể mong bất cứ tiện nghi hay khoái lạc nào từ ông hết! Ta đã ở Ấn Độ và đã học được rất nhiều giáo lý Mật Giáo! Một người như ta không nên tu tập sùng mộ như một nhà tu khổ hạnh, mà nên tu tập nó với khoái lạc và thích thú." Với những ý tưởng kiêu căng và xấu này trong tâm, những ý nghĩ mạnh, đầy tính cách không trung thành đối với Jetsun, phát sinh trong Rechungpa.

Lập tức, Milarepa đọc được tâm Rechungpa. Rồi ông chỉ cái sừng bò yak đang nằm dọc theo bên đường, nói, "Hãy nhặt lấy cái sừng bò yak ấy và mang nó theo." Rechungpa nghĩ, "Đôi khi Đạo Sư của ta không muốn điều mà ông tuyên bố; nhưng vào những lúc khác, 'sự oán ghét của ông ta còn mãnh liệt hơn của một con chó già nhiều, và sự tham lam của ông ta còn to lớn hơn của một lão già bủn xỉn nhiều,' như câu tục ngữ nói. Cuối cùng, cái sừng bò yak tả tơi này dùng để làm gì?" Rồi ông ta nói với Jetsun, "Cái miếng phế thải có thể có gì tốt đối với chúng ta – hãy để yên nó đó!" Jetsun đáp, "Lấy một vật nhỏ như vầy sẽ không tăng thêm lòng tham của một người, và đôi khi những vật phế liệu này rất hữu ích." Nói xong, ông nhặt cái sừng bò yak và mang nó theo.

Khi họ đến vùng trung tâm của Bình nguyên Balmo Baltang, nơi không thể tìm được một chỗ ẩn nấp nào cho cả một con chuột nhỏ, bầu trời quang đãng trước đây bỗng trở thành mây đen tụ hội. Rồi một cơn bão lớn, đi kèm với mưa đá dữ dội, nổi lên. Ở giữa cuộc tấn công này, Rechungpa trùm đầu lại trong vội vã và bối rối đến nỗi ông ta hoàn toàn quên hẳn ngay cả nhìn đến Đạo Sư của mình. Một lúc sau, mưa đá bắt đầu dịu xuống, Rechungpa bắt đầu tìm Milarepa, nhưng không tìm được. Ông ta ngồi xuống trên mặt đất và đợi một lúc. Rồi ông ta dường như nghe giọng nói của Milarepa đến từ cái sừng bò yak đã bị bỏ lại bên đường. Ông ta đi đến chỗ đó và thấy rõ ràng nó là cái sừng bò yak mà Milarepa đã nhặt hồi nãy. Rồi Rechungpa cố gắng nhặt nó lên, nhưng nó quá nặng không thể di chuyển được dù chỉ vài phân. Rồi ông ta khom xuống nhìn nó, và thấy Milarepa ngồi một cách thoải mái bên trong khoảng trống còn lại; thân ông không nhỏ hơn, và cái sừng không lớn hơn trước, mà chỉ giống như ảnh phản chiếu của một cái hình lớn hơn thấy trong một tấm gương nhỏ. Ông ta nghe Jetsun hát:

Ân điển của Đạo Sư ta nhập vào thân ta.
Nếu thân một người vẫn còn giống như thân
của một người thường
Y không phải là đại hành giả yoga.

Rechungpa, con nên tỏ lòng tôn kính thân
huyền diệu của ta,

Ân điển của Đạo Sư ta đi vào miệng ta.
Nếu một người đưa ra những nhận xét vô nghĩa
Y chẳng phải là đại hành giả yoga.
Tất cả những Chỉ Dạy Thiết Yếu tìm thấy trong
bài hát của ta.
Rechungpa, con nên ghi nhớ trong lòng.

Ân điển của Đạo Sư đi vào tâm ta.
Nếu một ý nghĩ không trung thành nào từng phát sinh
trong tâm của một người,
Y không phải là đại hành giả yoga.
Rechungpa, con nên tỏ lòng tôn kính tha tâm thông của ta.

Ôi, Rechungpa con, tâm của con giống như
con chim lanh lẹ;
Lúc bay lên cao, lúc lao xuống thấp.
Con nên quan sát sự thay đổi bất định này,
Hãy ngừng suy nghĩ quá nhiều,
Và hãy hiến mình cho sự tu tập của Repa!

Nếu con nghĩ con có thể sánh với Đạo Sư của con,
Con có thể vào cái sừng này.
Bây giờ hãy vào ngay đi –
Đây là cái nhà rộng rãi và tiện nghi!

Rechungpa, sự Giác Ngộ của con giống như
mặt trời và mặt trăng;
Đôi khi chiếu sáng, và đôi khi bị mây che tối,
Con nên quan sát sự thay đổi bất định này
Hãy ngừng suy nghĩ quá nhiều,
Và hãy hiến mình cho sự tu tập của Repa!

Nếu con nghĩ con có thể sánh với Đạo Sư của con,

Con có thể vào cái sừng này.
Bây giờ hãy vào ngay đi –
Đây là cái nhà rộng rãi và tiện nghi!

Con Rechungpa! Cách hành xử của con giống như gió núi;
Lúc thổi nhanh và dữ dội
Lúc thổi nhẹ nhàng và chậm rãi.
Con nên quan sát sự thay đổi bất định này
Hãy ngừng suy nghĩ quá nhiều,
Và hãy hiến mình cho sự tu tập của Repa!

Nếu con nghĩ con có thể sánh với Đạo Sư của con,
Con có thể vào cái sừng này.
Bây giờ hãy vào ngay đi –
Đây là cái nhà rộng rãi và tiện nghi!

Con Rechungpa, những thành tựu của con
Giống như hoa màu trên đồng ruộng.
Đôi khi chúng phát triển tệ, đôi khi chúng phát triển tốt.
Con nên quan sát sự thay đổi bất định này
Hãy ngừng suy nghĩ quá nhiều,
Và hãy hiến mình cho sự tu tập của Repa!

Nếu con nghĩ con có thể sánh với Đạo Sư của con,
Con có thể vào cái sừng này.
Bây giờ hãy vào ngay đi –
Đây là cái nhà rộng rãi và tiện nghi!

Nếu tâm một người có thể làm chủ được lãnh vực hư không
Y có thể vào cái sừng này và thưởng thức nó.
Hãy vào ngay bây giờ, con ơi, cha của con đang gọi!

Sẽ chẳng dễ thương
Nếu đứa con từ chối vào nhà cha nó.
Ta là một ông già bị bệnh và hao mòn
Cả đời không bao giờ ở Ấn Độ;

Thân vô nghĩa của ông ta thì sợ
Con đường nguy hiểm bên ngoài,
Vì thế, ông ta ở lại trong cái sừng này!
Con Rechungpa, con còn trẻ và từng ở Ấn Độ.
Con cũng học với nhiều Đạo Sư học thức và thành tựu.
Bây giờ con nên bước vào trong cái sừng này
Với thân huy hoàng và nổi bật của con.
Ít giá trị là cái sừng bò yak rã mục này;
Chắc nó sẽ không làm phồng ngã mạn và dục vọng.
Vào đi, Rechungpa, vào trong này với cha!

Rechungpa nghĩ, "Dường như có rất nhiều chỗ trong đó; ta có thể vào được ư?" Nghĩ như vậy, ông ta thử đi vào cái sừng, nhưng không thể đưa ngay cả tay và đầu vào được, [nói chi chuyện đưa thân mình vào]. Rồi ông ta nghĩ, "Năng lực thần thông của Jetsun có thể là thực hay có thể không thực, nhưng chắc chắn ông ấy có thể tạo ra mưa đá." Kê miệng gần cái sừng, Rechungpa hát giọng run run:

Ôi, cha của con Jetsun Đạo Sư, xin hãy nghe con!
Dù cho Thấy, Tu, Hành, và Thành Tựu
Của kẻ hầu hạ và con của cha, Rechung Dor Draug,
Là cao hay thấp, sáng hay mờ, lớn hay nhỏ,
Tốt hơn hay xấu hơn, nó chẳng có gì khác biệt;
Y sẽ tiếp tục cầu xin cha.
Dù cho chiếc áo vải của y khô hay ướt,
Y sẽ tiếp tục cầu xin cha.
Y có thể sánh hay không thể sánh được với cha,
Nhưng y sẽ tiếp tục cầu xin cha.

Milarepa ra khỏi cái sừng. Hướng về bầu trời bắt ấn, và lập tức bão bắt đầu dịu xuống, mây tan, và mặt trời ló dạng, Không khí liền trở nên ấm áp, và chẳng bao lâu, y phục của Rechungpa đã khô.

Sau khi nghỉ một lúc, Jetsun nói, "Rechungpa, ngay từ đầu ta đã biết rằng chuyến đi của con là không cần thiết. Hoàn toàn

mãn nguyện với giáo lý Đại Thủ Ấn và Sáu Yoga của Naropa, ta đã không đi Ấn Độ. Ta rất hài lòng bây giờ con đã trở về với giáo lý con đã mong muốn."

"Thưa Lạt-ma, con rất đói và lạnh," Rechungpa nói, "chúng ta hãy đến chỗ mấy cái lều ở đằng kia xin một ít thức ăn."

"Nhưng giờ này không phải là giờ xin của bố thí," Milarepa đáp.

"Con không biết nó có phải là giờ xin của bố thí hay không, nhưng con biết là ngay bây giờ con đang đói gần chết. Bằng mọi cách chúng ta hãy đi."

"Được lắm, chúng ta sẽ đi. Ta nghĩ có lẽ đến cái lều thứ nhất là tốt hơn."

"Nhưng khi đi xin của bố thí, người ta không nên chỉ tìm đến người giàu và chểnh mảng người nghèo," Rechungpa nói. "Vì thế, chúng ta hãy đến cái lều nhỏ màu nâu nâu gần đầu thấp hơn kia [của vùng đất].

Vì vậy họ đi về hướng cái lều nhỏ. Khi đến cửa, họ vào hỏi chủ nhân xin bố thí, một bà già đáng sợ ra nói, "Một hành giả yoga nên luôn luôn bám vào sự nghèo khó. Những hành giả yoga tốt luôn luôn từ chối những vật cúng dường của chúng tôi, ngay cả khi chúng tôi mang đến. Nhưng những kẻ tham lam như các ông, không bao giờ bằng lòng với những gì đã có, luôn luôn chạy theo những vật sở thuộc của người khác. Tất cả những vật tôi để dành cho từ thiện, tôi đã cho một vài người ăn xin hồi sáng này. Bây giờ chẳng còn gì cả. Các ông tốt hơn nên đi chỗ khác mà xin." Nghe những lời xảo quyệt này, Jetsun nói, "Mặt trời sắp lặn; chiều hôm nay dù có thức ăn hay không, chúng ta cũng phải tìm một chỗ để ngủ."

Đêm hôm đó Jetsun và Rechungpa ngủ ở gần đó. Gần nửa đêm, họ nghe có tiếng động trong lều. Rồi nó lắng xuống và tất cả lại trở nên im lặng. Sáng hôm sau khi mặt trời lên, Jetsun nói với Rechungpa, "Hãy đến cái lều ấy và nhìn vào bên trong xem." Rechungpa đến xem, nhưng ông ta thấy không có gì khác trừ cái xác chết của bà già, người đã từ chối không bố thí cho họ chiều hôm trước. Rechungpa nói cho Jetsun biết những gì đã thấy. Jetsun nói, "Thức ăn và những vật khác chắc chắn đã chôn

dấu một chỗ nào đó ở dưới mặt đất," và họ cùng nhau đi đến cái lều.

Chuyện đã xảy ra, không kể đến lời nói xảo quyệt và giờ chết đã đến của bà già – vào lúc ấy, vùng đó đã đầy bệnh dịch. [Họ thấy rằng] nữ trang của bà già đã bị bọn du mục ăn cắp. Chỉ bỏ lại trên mặt đất một gói bơ, một ít phó-mát, bột lúa mạch, và một hũ ya-ua. Jetsun nói với Rechungpa, "Con à, tất cả đều giống như thế này. Bà già này chiều hôm qua đầy keo kiệt và lo âu, nhưng bây giờ đã chết. Ôi, thật ra người ta nên bố thí cho những người đang cần." Do đó, Milarepa và Rechungpa chuẩn bị cúng người đàn bà đã chết những vật còn lại. Rồi Rechungpa gói những thức ăn còn thừa lại và sắp sửa mang theo khi Jetsun nói, "Ăn thức ăn của người chết chẳng tốt, chẳng ích lợi gì. Tục ngữ nói, 'Người già nên ăn, người trẻ nên sản xuất.' Bây giờ, con hãy vác xác chết lên vai và ta sẽ đi trước dẫn đường!"

Nghi rằng có thể bị sự bẩn thỉu của xác chết truyền nhiễm, Rechungpa khổ sở vác nó lên vai trong khi Jetsun đi trước dẫn đường. Khi họ đến một chỗ sình lầy, Jetsun nói, "Bây giờ hãy đặt cái xác xuống." Rồi ông đặt đầu cây tích trượng nơi trái tim của xác chết, và nói, "Rechungpa, giống như người đàn bà này, mọi chúng sinh có định mệnh là chết, nhưng hiếm khi người ta nghĩ đến sự kiện này. Vì vậy họ mất nhiều cơ hội tu tập Pháp. Cả hai, con và ta nên nhớ sự kiện này và học bài học từ nó vậy." Do đó, ông hát "Khúc Ca Về Vô Thường và Mê Hoặc," có sáu ngụ ngôn:

Ôi, ân huệ của Đạo Sư ở bên kia hiểu biết!

Khi sự vô thường của cuộc đời đập sâu vào trái tim ai
Thì ý nghĩ và hành vi của y sẽ tự nhiên hợp với Pháp,
Nếu một người thường xuyên nghĩ về cái chết,
Y có thể chinh phục con quỉ lười biếng dễ dàng.
Không ai biết cái chết sẽ giáng lên mình lúc nào –
Y như người đàn bà này đêm qua!

Rechungpa, chớ gắt gỏng, hãy lắng nghe Đạo Sư của con!

Hãy xem, tất cả những hiện thân trong thế giới bên ngoài
Đều phù du như giấc mộng đêm qua!
Một người cảm thấy hoàn toàn lạc mất trong buồn bã
Khi y nghĩ về giấc mộng đang qua này.
Rechungpa, con đã hoàn toàn thức tỉnh
Khỏi vấn đề khó khăn to lớn này chưa?
Ôi, càng nghĩ đến nó,
Ta càng mong mỏi Phật và Pháp.

Thân người thèm khát khoái lạc là một chủ nợ vô ơn.
Dù con đối tốt với nó như thế nào,
Nó luôn luôn gieo hạt giống đau khổ.
Thân người này là một gói bụi và bẩn;
Đừng bao giờ kiêu hãnh vì nó, Rechungpa,
Nhưng hãy lắng nghe bài hát của ta!

Khi ta nhìn lại thân ta,
Ta thấy nó như là một thành phố ảo;
Dù ta có thể duy trì nó được một lúc,
Số của nó là hoại diệt.
Khi ta nghĩ đến nó,
Lòng ta đầy phiền muộn!
Rechungpa, con sẽ không cắt đứt luân hồi sao?
Ôi, càng nghĩ đến nó,
Ta càng nghĩ đến Phật và Pháp.

Một người phóng đãng không bao giờ có thể
có được an lạc.
Những ý nghĩ sai lầm là nguyên nhân của hối hận,
Tánh tình xấu là nguyên nhân của khốn cùng.
Chớ bao giờ tham ăn, ôi Rechungpa,
Mà hãy lắng nghe bài hát của ta!

Khi ta nhìn lại tâm chấp trước của ta,
Nó trông giống như một con chim sẻ có đời sống
ngắn ngủi trong rừng –

Không nhà, không có chỗ nào để ngủ;
Khi ta nghĩ đến điều này, lòng ta đầy phiền muộn.
Rechungpa con sẽ để con
Đắm mình trong ý xấu sao?
Ôi, càng nghĩ đến điều này
Ta càng mong mỏi Phật và Pháp!

Đời người thì không có gì chắc chắn
Giống như một cọng lông đuôi ngựa mong manh
Treo lủng lẳng trên bìa mép vỡ;
Có thể đứt lìa bất cứ lúc nào
Giống như bà lão đó tối hôm qua!
Đừng bám vào đời này, Rechungpa,
Mà hãy lắng nghe bài hát của ta!

Khi quan sát hơi thở bên trong
Ta thấy nó chóng vánh, như sương mù;
Chúng có thể biến mất bất cứ giây phút nào.
Khi ta nghĩ đến điều này, lòng ta đầy phiền muộn.
Rechungpa, con không muốn chinh phục
Sự bất an ấy bây giờ sao?
Ôi, càng nghĩ đến nó
Ta càng mong mỏi Phật và Pháp.

Gần gũi với thân nhân hung ác chỉ gây oán hận.
Trường hợp của bà lão này là một bài học rất hay.
Rechungpa, hãy ngừng suy nghĩ mong ước của con
Và lắng nghe bài hát của ta!

Khi ta nhìn bạn bè và những người phối ngẫu
Họ giống như những khách qua đường trong
cửa hàng tạp hóa;
Gặp mặt họ chỉ là tạm thời,
Nhưng ly biệt thì vĩnh viễn!
Khi ta nghĩ đến điều này, lòng ta đầy phiền muộn.
Rechungpa, con không muốn ném sang một bên

Tất cả những giao kết thế gian sao?
Ôi, càng nghĩ đến điều này,
Ta càng nghĩ đến Phật và Pháp.

Một người giàu hiếm khi hưởng thụ
Sự giàu sang y đã kiếm được;
Đây là sự khôi hài của Nghiệp và luân hồi.
Tiền bạc và châu báu có được bằng ti tiện và nhọc nhằn
Thì giống như cái túi đồ ăn của bà lão ấy.
Chớ tham lam, Rechungpa,
Mà hãy lắng nghe bài hát của ta!

Khi ta nhìn vào tài sản của kẻ giàu
Đối với ta, chúng giống như mật đối với lũ ong –
Cực nhọc làm việc, chỉ phục vụ cho sự hưởng thụ
của kẻ khác,
Là kết quả sức lao động của chúng.
Khi ta nghĩ đến điều này, lòng ta đầy phiền muộn.
Rechungpa, con không muốn mở
Kho tàng bên trong tâm con sao?
Ôi, càng nghĩ đến điều này
Ta càng mong mỏi Phật và Giáo Lý của Ngài.

Xác của bà lão đã được chôn [trong đầm lầy], và linh hồn được đưa vào Pháp giới. Rồi Jetsun và Rechungpa lấy những thức ăn có thể ăn được đem theo và bắt đầu đi Betze Duyun-dzon.

Đây là chương thứ hai, câu chuyện cái sừng bò yak.

Sau đó, trong khi cha Jetsun và con Rechungpa đang ở Betze, Rechungpa đạt được đại tiến bộ trong thiền định. Trong một Kinh Nghiệm niềm vui lớn, nhiều ý nghĩ xuất hiện trong tâm ông ta. Biết được điều này, Jetsun nói, "Rechungpa, con đã kinh nghiệm được gì trong thiền định gần đây?" Kể lại những Kinh Nghiệm của mình, Rechungpa hát:

Sống với Đạo Sư, con đã có
Một Kinh Nghiệm đầy năng lực như dao bén;
Con đã dùng nó cắt những lừa dối bên trong và bên ngoài.
Vì thế con sung sướng và vui!

Ở giữa nhiều hiện thân,
Con cảm thấy mình như một cây đèn sáng;
Tất cả những chỉ dạy như thế trở nên rõ ràng
hơn bao giờ hết.
Vì thế con sung sướng và vui!

Khi con ngồi trên đỉnh tuyết sơn,
Con cảm thấy mình như con sư tử cái trắng,
Chiếm ưu thế và vượt qua tất cả những con vật khác
trong thế gian.
Vì thế con cảm thấy sung sướng và vui!

Khi con ở trên sườn đồi Đá Đỏ,
Con cảm thấy mình như con ó oai hùng;
Con đã chinh phục được mãi mãi
Sự mênh mông đáng sợ của đại dương.
Vì thế con sung sướng và vui!

Khi con dạo bước từ xứ này sang xứ khác
Con cảm thấy mình như con cọp nhỏ hay con ong –
Không ràng buộc vào bất cứ vật gì và hoàn toàn tự tại.
Vì thế con sung sướng và vui!

Khi con hòa lẫn với người trên đường phố,
Con cảm thấy mình như đóa sen không tì vết
Đứng bên trên tất cả bẩn và bùn.
Vì thế con sung sướng và vui!

Khi con ngồi giữa những đám đông trong phố,
Con cảm thấy mình giống như thủy tinh lăn tròn –
Nó chạm vào tất cả nhưng không dính thứ gì.

Vì thế con cảm thấy sung sướng và vui!

Khi con ngồi giữa những đệ tử trung thành,
Con cảm thấy mình giống như Jetsun Mila;
Với vui vẻ và dễ dàng con cho lời chỉ dạy
qua những bài hát!
Ấy là sự gia trì của Đạo Sư con
Đem cho con niềm vui này.
Ấy là nhờ yên nghỉ tâm thong dong
Mà chứng ngộ được tánh Phật.

Jetsun phê bình, "Nếu không phải do kiêu hãnh mà ra, thì đó là những Kinh Nghiệm tốt; và con thực sự nhận được sự gia trì của Đạo Sư con. Tuy nhiên, đối với những Kinh Nghiệm như thế, người ta cần những hiểu biết chắc chắn, mà trong đó con dường như vẫn còn thiếu. Hãy lắng nghe bài hát của ta:

Từ tận đáy tim ta, khi đại Bi phát khởi,
Ta cảm thấy rằng tất cả chúng sinh trong Ba Cõi
Bị nô lệ trong hỏa ngục.

Khi những Chỉ Dạy của Dòng Truyền
Được hấp thụ trong tim ta,
Như muối tan trong nước,
Ta kinh nghiệm thấm nhập toàn khắp.

Khi Trí Tuệ chiếu sáng từ bên trong,
Ta cảm thấy như tỉnh cơn mộng lớn –
Ta đã tỉnh giác từ cả hai Thiền Định và Sau Thiền Định;
Ta đã tỉnh giác từ những ý niệm "Có" và "Không."

Khi một người đạt được đại cực lạc qua Thấy,
Y cảm thấy tất cả các Pháp hốt nhiên được giải thoát.
Như hơi mù của mưa biến mất trong hư không.

Khi một người đến được Tự Tánh của Hiện Thể

Trí Tuệ Chân Như chiếu sáng
Soi khắp tất cả như bầu trời không mây.

Khi cả những ý nghĩ tịnh và bất tịnh không còn,
Như trong tấm gương bạc,
Trí bẩm sinh sáng ngời chiếu rọi.
Khi thức A-lại-da tan vào Pháp Thân
Ta cảm thấy thân và hồn ta vỡ ra
Giống như cái trứng bị dẫm nát.

Khi sợi thừng bám giữ được cắt lơi
Ta cảm thấy sự hiện hữu của Cõi Trung gian biến mất
Giống như con rắn hết cuộn tròn.

Khi ta hành động không lấy hay bỏ,
Tâm ta luôn luôn thoải mái và vô vi.
Ta cảm thấy mình như con sư tử,
Với năng lực Ba Hoàn Thiện.

Tánh Không Quang Minh, Trí Tuệ Quang Minh
Và Hiện Thân - Quang Minh
Là ba người bạn không thể tách rời của ta;
Như mặt trời chiếu sáng từ bầu trời không mây,
Ta luôn luôn là Đại Quang Minh.
Giống như phân chia ngựa với bò yak,
Thế giới [bên ngoài] và các giác quan [thế giới bên trong]
phân biệt rõ ràng.
Sợi dây buộc của tâm và các Uẩn được cắt đi vĩnh viễn!
Lợi dụng trọn vẹn thân tướng người này,
Ta đã hoàn thành tất cả các đề mục Yoga.
Rechungpa, con cũng có những Kinh Nghiệm này chứ?
Ôi, con ơi, đừng kiêu hãnh và tự phụ!

Nghe bài hát này, tâm của Rechungpa được ngay thẳng trở lại. Lúc ấy Milarepa nói, "Bây giờ chúng ta, cha và con, hãy đi Di Se hay Lashi, những núi hẻo lánh này để thiền định."

Rechungpa đáp, "Con rất mệt, sức lực của con đã đến điểm kiệt quệ. Con nghĩ cách tốt nhất là đến một tu viện nào gần đây để sức lực của con hồi phục, nếu không con sẽ không thể thiền định được gì hết."

"Nếu trong tận đáy lòng có quyết tâm, một người có thể tu tập sùng mộ trong bất cứ hoàn cảnh nào, bất cứ lúc nào," Jetsun phản đối. Rồi ông hát một bài gọi là "Sáu Đủ":

Ô con ơi, thân thể một người đủ như một ngôi chùa tốt,
Vì các điểm trọng yếu bên trong là cõi Thiên đường.
Tâm của một người đủ là Đạo Sư,
Vì tất cả chân tri đều từ đó đến.
Hiện tượng bên ngoài đủ như Kinh Điển,
Vì tất cả chúng là biểu tượng của Con Đường Giải Thoát.
Thức ăn Chánh định đủ để nuôi sống một người,
Vì chư Phật Cha sẽ đến ban sự gia trì cho hắn.
Nhiệt Dumo đủ để làm quần áo của một người,
Quần áo ấm và sự gia trì của các thiên nữ Đa-ki-ni.
Cắt đứt tất cả những dây trói buộc là bạn
đồng hành tốt nhất;
Sống một mình là trở thành bạn của chư thần;
Xem tất cả kẻ thù như những kẻ qua đường
Là để tránh oán hận.
Phương thuốc hay nhất cho tất cả mọi chướng ngại
Là thiền định về Tánh Không,
Vì tất cả chúng là những trò chơi như ảo thuật của tâm.
Đây là con đường đúng cho con theo đó –
Ngược lại là con đi lạc lối!

Ta là một lão già và cận kề cái chết,
Ta không có thì giờ để bép xép.
Con còn trẻ, cường tráng, và khỏe mạnh
Không lắng nghe lời khuyên hữu ích của ta.
Nói chuyện thành thật và ngay thẳng
Với những người đầy kiêu hãnh và tham lam
sẽ hoàn toàn lãng phí.

Nếu con muốn thiền định, con có thể đi với ta;
Nếu không muốn, con có thể làm bất cứ điều gì con thích.

Jetsun sắp sửa đi, thì Rechungpa kịp thời nắm lấy áo ông [giữ lại], và hát bài hát này gọi là "Tám Điều Cần":

Dù cho ngôi chùa tốt nhất là thân mình,
Chúng ta cần một chỗ để che và ngủ;
Không từ bi, mưa và gió tấn công tất cả.
Vì vậy, chúng ta luôn luôn cần một cái chùa.

Mặc dù tâm một người là Đạo Sư tốt nhất,
Chúng ta cần một vị thầy minh họa Tự Tánh của Tâm –
Chúng ta không thể chểnh mảng cầu xin ông ta
dù chỉ một lúc.
Vì vậy, chúng ta luôn luôn cần một Đạo Sư!

Mặc dù hiện tượng bên ngoài có thể thay thế các Kinh,
Chướng ngại và nghi ngờ sẽ phát sinh bất cứ lúc nào.
Để tẩy sạch nghi ngờ,
Sự tham khảo rõ ràng với Kinh là cần thiết.
Vì vậy, chúng ta luôn luôn cần Kinh Điển!

Mặc dù thức ăn Chánh định có thể đủ,
Lương thực để nuôi sống là cần thiết.
Thân mê hoặc này sống bằng thực phẩm.
Vì vậy, chúng ta luôn luôn cần thực phẩm!

Mặc dù Nhiệt Dumo là áo quần tốt nhất,
Một thứ gì đó để che thân là cần thiết,
Vì ai không sợ xấu hổ và sỉ nhục?
Vì vậy, chúng ta luôn luôn cần y phục.

Mặc dù tốt nhất là cắt đứt quan hệ với tất cả,
Được ủng hộ và trợ giúp bao giờ cũng cần thiết;
Tốt hay xấu, ai không có bạn bè?

Vì vậy, chúng ta luôn luôn cần bạn bè.

Mặc dù tránh kẻ thù là đủ,
Đôi khi một người gặp kẻ thù trên đường đi –
Vì ai có thể miễn nhiễm với thù oán?
Vì vậy, chúng ta luôn luôn cần bảo vệ.

Mặc dù phương thuốc tốt nhất là xem tất cả
chướng ngại như không,
Quỉ và ma thì ác và đầy năng lực;
Chinh phục con quỉ bản ngã
Còn khó hơn.
Vì vậy, chúng ta luôn luôn cần hộ vệ.

Ở với Đạo Sư, đem lại an lạc;
Trở về với thầy đem lại niềm vui.
Bất cứ thầy đi đâu, con cũng đi theo.
Nhưng con van xin thầy, bằng bất cứ giá nào,
Ở lại trong thung lũng một thời gian ngắn.

Milarepa đáp, "Nếu con có lòng tin, đi theo con đường của ta là đủ hoàn toàn; nếu không, sẽ luôn luôn cần có một cái gì đó. Được, nếu bằng bất cứ giá nào con không muốn đi đến ngọn núi không người bây giờ, chúng ta hãy đến Bouto để giảng Pháp." Vì thế, Jetsun và Rechungpa đi đến Bouto ở đồi Đá Đỏ.

Đây là chương cuối của câu chuyện cái sừng bò yak.

Chú Thích Chuyện 38

(1) Phật Mẹ (T.T.: Grob.Pahi.rGal.Mo), đây là phóng dịch.

(2) Bha Wo (T.T.: dPah.Wo.; Phạn: Vira): Bậc Can đảm. Từ này chỉ các nam thần của Mật Giáo. Tất cả các nam thần Mật Giáo, trừ đức Phật đứng đầu trong Man-đa-la, có thể xem là Bha Wo – những Bậc Can đảm có thể tiêu diệt ác chướng. Bha Wo là đối thể của Đa-ki-ni, hay "nam Đa-ki-ni." Đa-ki-ni, thiên nữ, cũng gọi là Bha Mo – Nữ nhân Can đảm

39. RECHUNGPA SÁM HỐI

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Khi Jetsun Milarepa và đệ tử Rechungpa đang tiến gần Drin, trên đường đến Bouto, Rechungpa nói, "Con thích ở lại Drin đêm nay và gặp những người bảo trợ." Nhưng Milarepa đáp, "Con ơi, chúng ta hãy đến Bouto trước mà không có những người bảo trợ, đệ tử, hay tăng nhân nào biết." Rechungpa vâng lời nhưng không hài lòng, và tiếp tục cùng Milarepa đến Jipu Nimadson ở Bouto của đồi Đá Đỏ. Khi họ đến đó, Jetsun nói, "Rechungpa, hãy đi lấy ít nước và ta sẽ nhóm lửa."

Trên đường đem nước trở về am, Rechungpa đến [một triền dốc có thể nhìn thấy phía dưới kia] cao nguyên vĩ đại, hấp dẫn nằm giữa Bouto và Jipu. Ông ta thấy ở chính giữa, một con dê núi cái đang đẻ con. Rồi dê mẹ và dê con, mỗi con lại sinh ra dê con khác; rồi đến lượt, lại sinh con nữa, cuối cùng cho đến khi được hai trăm con. Những con dê núi hoang này nhảy nhót nô đùa vui sướng, một cách vô tư và tự phát như thế, đến nỗi Rechungpa lấy làm kinh ngạc. Ông ta nghĩ, "Những con dê núi này còn sống động hơn cả những con dê núi ở Baltang." Rất ư thích thú, ông ta nhìn chúng chơi đùa một lúc.

Trong khi đó Milarepa, đã nhóm lửa xong, mở mấy quyển sách Rechungpa đã mang từ Ấn Độ về, và nói với tâm đại bi, "Tôi chân thành khẩn nguyện với tất cả chư thiên nữ Đa-ki-ni, nguyện chư thiên nữ cứu hộ và cất giữ Pháp Vô Tướng Đa-ki-ni mà tôi đã sai đi lấy từ Ấn Độ về – các giáo lý sẽ làm lợi ích cho Giáo pháp và tất cả chúng sinh! Tôi chân thành khẩn nguyện tất cả chư thần Hộ Pháp hủy diệt tất cả các sách Thần Chú (Mantra) ác hại của tà giáo sẽ đem lại nguy hại cho Giáo pháp

và chúng sinh!" Sau lời khẩn nguyện này, Milarepa thiền định một thời ngắn; rồi ông đốt những quyển sách ấy cho đến khi chỉ còn một vài tờ cháy dở.

Trong lúc ấy, Rechungpa đang ngắm nhìn những con dê núi chơi đùa, ông ta thấy một con dê đầu đàn nhận lấy phần vụ của con chó sói và lùa cả bầy qua mép đến phía núi bên kia. Đến đây, Rechungpa nghĩ, "Trời đất! Mình đã vui chơi quá lâu. Mình phải về ngay tức thời, nếu không Jetsun sẽ quở trách mình."

Ông ta lập tức bắt đầu đi về. Khi đến cây cầu đưa qua hang động, ông ta thấy khói bay lên và ngửi thấy mùi giấy cháy. Ông ta nghĩ, "Sách của mình đã bị cháy?" Khi vào trong hang, ông ta thấy chỉ còn lại những cái hộp gỗ trống rỗng! Ông ta cảm thấy tim mình như bị xé toang. "Sách của con đâu?" ông ta kêu lên đầy phẫn uất với Jetsun. Milarepa đáp, "Con đã đi lấy nước quá lâu, nên ta nghĩ rằng con đã chết và ta đã đốt tất cả những quyển sách không quan trọng. Như ta thấy, chúng đều vô dụng, và tất cả chỉ cám dỗ tâm người ta xao lãng và làm trở ngại sự sùng mộ mà thôi. Nhân tiện, việc gì làm con vương vấn lâu như thế?"

Trong lòng kiêu hãnh, Rechungpa nghĩ, "Đạo Sư của ta bây giờ đã trở nên rất chua cay và ích kỷ. Ông ta đã sỉ nhục ta một cách đau đớn. Ta nên trở lại với Dipupa và ở lại với ông ấy hay nên đi đến chỗ nào khác?" Nghĩ như vậy, Rechungpa mất tất cả niềm tin nơi Jetsun. Ông ta ngồi xuống đó chết lặng một lúc. Rồi ông ta nói, "Con đã xem những con dê hoang chơi đùa, nên con về trễ. Bây giờ, vàng thầy đã cho con và sự cực nhọc con đã trải qua trên đất Ấn đã trở thành vô nghĩa và lãng phí. Con bây giờ sẽ đi đến một xứ khác." Nói rồi, Rechungpa trở nên thù hằn và khinh khi Jetsun vì ác tín của ông ta đối với Jetsun. Lúc ấy Milarepa nói, "Rechungpa con, con không phải mất tất cả niềm tin nơi ta. Tất cả chuyện này nên trách sự mê chơi của con thôi. Nếu con muốn vui vẻ, ta có thể làm trò giải trí cho con. Hãy xem đây!"

Tức thời, thị kiến kỳ diệu này hiện hình: Trên đầu của Milarepa là Dịch giả Marpa hiện ra rõ ràng như Phật Dorje-Chang, ngồi trên Tòa Sen bằng Ngọc của mặt trời và mặt trăng.

Vây quanh ngài là các Đạo Sư của Dòng Truyền. Bên phải và bên trái mắt và tai của Milarepa là hai mặt trời và hai mặt trăng chiếu sáng. Từ hai lỗ mũi của ông phóng những tia hào quang năm màu như những sợi chỉ lụa, từ hai lông mày của ông chiếu ra ánh sáng chói lòa. Lưỡi của ông biến thành một tòa sen nhỏ có tám cánh hoa với một hình cầu mặt trời và mặt trăng bên trên, từ đó nháng lên những mẫu tự sáng chói và tuyệt đẹp – các nguyên âm và phụ âm – tựa như được viết bằng một sợi tóc duy nhất chẻ ra. Từ tim ông phát ra những tia sáng khác, rồi chúng biến thành nhiều con chim nhỏ. Vì thế, Milarepa hát:

Hãy nghe, con ta Rechungpa!
Bên trên đầu ta,
Trên hình cầu mặt trời mặt trăng của Tòa Sư Tử
Đạo Sư Ân huệ của ta Marpa ngồi –
Hóa Thân thần diệu của Phật Dorje-Chang!

Quanh Ngài giống như một xâu chuỗi ngọc
Là chư Đạo Sư của Dòng Truyền.
Nếu con nhìn họ với đôi mắt đầy niềm tin
Con sẽ được mưa ân huệ ban sự gia trì,
Và thành toàn những điều con ước muốn
Nhìn những con dê chơi đùa có thể là thích thú,
Nhưng làm sao có thể sánh với trò chơi kỳ diệu này?

Rechungpa, hãy lắng nghe ta trong chốc lát!
Trên mép tai ta
Mặt trời và mặt trăng chiếu sáng, huy hoàng như
cầu vồng rực rỡ.
Đây tiết lộ sự Hợp nhất của Trí Tuệ và Thiện Xảo,
Đây chứng tỏ sự Quang Minh vững chắc của ta.
Nhìn dê chơi đùa có thể là kỳ lạ,
Nhưng làm sao có thể sánh với trò chơi kỳ diệu này?

Rechungpa, hãy lắng nghe ta trong chốc lát!
Hào quang năm màu từ lỗ mũi ta,

Phát ra như những sợi chỉ ngọc,
Là thể tánh của âm thanh, một sự tuyệt vời.
Đây chứng tỏ sự làm chủ Khí của ta
Qua Yoga trì tụng Kim cương. (1)
Đây chứng tỏ ta đã nhập vào
Kênh Giữa Lực sống của ta.
Nhìn dê chơi đùa có thể là kỳ lạ,
Nhưng làm sao có thể sánh với trò chơi kỳ diệu này?

Rechungpa, hãy lắng nghe ta trong chốc lát!
Ở điểm giữa hai mắt của ta,
Xuất hiện dấu hiệu cát tường của Dsudbhu rực rỡ; (2)
Đây chứng tỏ yếu tánh của tướng thanh tịnh,
Đây chứng tỏ hào quang gia trì bi tâm của Phật!
Nhìn dê chơi đùa có thể là kỳ lạ,
Nhưng làm sao có thể sánh với trò chơi kỳ diệu này?

Rechungpa, hãy lắng nghe ta trong chốc lát!
Đóa sen đỏ tám cánh nở ra nơi miệng ta,
Được trang điểm bằng vòng hoa phụ âm và nguyên âm.
Chúng là biểu tượng của tất cả giáo lý Kim Cương –
Chẳng cùng tận hay bị giới hạn.
Khi nhìn chúng bằng đôi mắt tôn kính,
Con sẽ nhận ra tất cả Pháp là lời nói của con.
Nhìn dê chơi đùa có thể là kỳ lạ,
Nhưng làm sao có thể sánh với trò chơi kỳ diệu này?

Rechungpa, hãy lắng nghe ta trong chốc lát!
Từ giữa suối tim ta phát ra
Những tia sáng rạng ngời.
Đây chứng tỏ Ba Thân bất động,
Đây chứng tỏ sự hợp nhất của lòng từ và Tánh Không.
Nhìn dê chơi đùa có thể là kỳ lạ,
Nhưng làm sao có thể sánh với trò chơi kỳ diệu này?

Tuy nhiên, Rechungpa không chú ý đến lời khuyên của Jetsun, mà ngồi đó im lặng trong sự oán hận sâu xa. Ông ta liếc mắt nhìn cảnh thần thông biến ra, nhưng không tỏ ra có chút dấu hiệu nào thích thú. Rồi ông ta nói, "Tất cả những cái đó chẳng có gì đáng kinh ngạc hết; nhìn những con dê chơi đùa vui hơn nhiều!" Mặc dù Milarepa đã thực hiện một phép thần thông biến hóa vĩ đại như thế, Rechungpa chẳng tỏ ra thích thú hay ngưỡng mộ chút nào, mà tiếp tục đòi Jetsun trả lại sách cho ông ta. Ông ta chỉ ngồi đó trong phẫn nộ và im lặng không ngừng. Rồi ông ta [đứng dậy], dậm chân một cách nặng nề, và ngồi xuống trở lại. Để hai cùi chỏ lên hai đầu gối, đặt cằm trong hai lòng bàn tay, ông ta bắt đầu hầm hừ [một cách vô nghĩa].

Trong lúc ấy, thân của Jetsun biến thành trong suốt sáng ngời, ở Trung Khu Bí Mật của ông xuất hiện Phật Dorje Danyi, ở Trung Khu Rốn xuất hiện Phật Dem Chog, ở Trung Khu Trái Tim, Phật Jeba Dorje, ở Trung Khu Cổ Họng, Phật Mahāmāya, giữa hai lông mày, Phật Thích Ca Mâu Ni, và ở trên đầu là Phật Sunwong Duba, tất cả có nhiều thần và những tùy tùng của họ vây quanh. Thân thể của chư thiên thần diệu này, sống động, nhưng không có tự tánh nào cả, tất cả đều có thể thấy rõ ràng dưới cây lọng ánh sáng năm màu vĩ đại. Do đó, Milarepa hát:

Thân ta là Cung điện Vô Lượng của các Thiên nữ,
Nơi chư Phật cư ngụ [trong Vũ trụ].
Trong Trung Khu Bí Mật của ta, nơi Cực Lạc được bảo tồn,
Nơi Phật Dorje Danyi cư ngụ và tùy tùng,
Làm vinh quang Xa Luân (Cakra) Cực Lạc có niêm ấn của ta.
Ngài hiện thân Trí Phật Bẩm Sinh.
Trong Xa Luân Trừ Tà ở vùng rốn của ta
Phật Dem Chog cư ngụ và tùy tùng;
Đây là Xa Luân và sáu mươi hai thần,
Trong tự tánh, nơi Thân Kim Cương cư ngụ.

Nơi Xa Luân Pháp trong trái tim ta
Phật Jedor cư ngụ và chín thần;

Đó là Tự Tánh của Ba Sattvas [?].
Đây là Xa Luân của Tâm Kim Cương.
Nơi Xa Luân Hưởng Thụ ở cổ họng ta
Phật Mahāmāya cư ngụ và tùy tùng,
Tượng trưng cho sự thích thú của tất cả hình tướng.
Đây là Xa Luân nơi Kim Cương biểu thị.

Nơi Xa Luân Vỏ Sò Trắng giữa hai lông mày của ta
Phật Thích Ca Mâu Ni cư ngụ và nhiều thần;
Ngài là biểu tượng của Trí Tuệ và Công Đức.
Đây là Xa Luân Hợp Nhất!

Nơi Xa Luân Đại Cực Lạc trên đầu ta
Phật Sungwong cư ngụ và nhiều thần;
Đây là Xa Luân Đại Cực Lạc,
Nơi các Kênh và Giọt Tinh Chất hợp nhất.
Con ơi, nếu con có thể đồng nhất mình với Phật,
Thân Thần diệu sẽ lung linh xuất hiện;
Thịt và máu con sẽ chuyển hóa thành Thân Cầu Vồng.
Trong tất cả những kỳ diệu, đây là điều kỳ diệu nhất.
Con ơi, đừng để mất niềm tin
Mà hãy gia tăng kính ngưỡng!

Rechungpa nói, "Phép thần thông của thầy quả thật kỳ diệu, nhưng tâm con không dễ chịu nếu con không thể có lại những quyển sách của con, vậy xin thầy hãy trả sách lại cho con." Lúc ấy Jetsun đi xuyên qua những tảng đá và các vật chướng ngại khác, bay trên một hòn đá, bước đi và ngồi trên nước, đổ lửa và nước từ trong thân ra, bay qua và ngồi trên bầu trời, biến một thân thành nhiều thân và nhiều thân thành một thân. Trong khi làm như thế, ông hát:

Rechungpa, hãy lắng nghe ta trong chốc lát.
Hãy nhìn, không gì có thể ngăn ngại ta!
Đây chứng tỏ tâm ta với tất cả hình tướng đã hòa hợp.
Ta có thể cưỡi trên đá, bay qua không khí,

Chứng tỏ ta đã làm chủ các đối tượng bên ngoài.
Bước đi trên nước như đi trên đất
Chứng tỏ ta đã hợp nhất Bốn Đại [Nguyên tố].
Lửa và nước chảy ra từ thân ta
Chứng tỏ ta đã làm chủ các Đại.
Biến một thân thành nhiều thân
Và nhiều thân thành một thân,
Chứng tỏ ta có thể làm lợi ích cho tất cả chúng sinh
Bằng phép thần thông.
Ngồi, bước đi, và nằm trên bầu trời
Chứng tỏ Khí của ta yên nghỉ trong Kênh Giữa.
Nhìn dê chơi đùa có thể là kỳ lạ,
Nhưng làm sao có thể sánh với trò chơi kỳ diệu này*?*
Con ơi, nếu con không để mất niềm tin,
Lời nguyện của con sẽ được thực hiện.

Rechungpa nói, "Những phép thần thông của thầy giống như trò chơi con nít, thầy đã biểu diễn quá nhiều đến nỗi thay vì gây thích thú, chúng trở nên buồn chán. Nếu thầy thực từ bi, xin hãy trả lại sách cho con."

Milarepa đáp, "Con ơi, đừng để mất niềm tin nơi Cha của con! Nếu con thành tâm khẩn nguyện, con sẽ nhận ra rằng tất cả hiện thân đều là thánh thư. Bây giờ hãy khẩn nguyện với ta để chứng ngộ điều này!"

Rồi Milarepa đi đến một con đường mòn hẹp được các thương nhân dùng trên đường họ đi đến Drin. Ở đó ông nhấc một tảng đá kếch sù [nằm cản đường], cắt [một phần của nó] thành từng mảnh [với hai bàn tay] như cắt một cái bánh, ném chúng lên trời như nước phun, và dẫm lên tảng đá [phần còn lại] như dẫm lên đất sét mềm. Cuối cùng, dùng một bàn tay, ông ném tảng đá kếch sù ấy xuống con sông trong thung lũng phía dưới, và hát:

Rechungpa, hãy lắng nghe ta trong chốc lát!
Trên con đường [núi] mòn nhỏ hẹp này
Là một tảng đá [cứng như] sắt có tám cạnh.

Mé bên phải bị quét mòn khi du khách leo lên,
Mé bên trái bị quét mòn khi họ leo xuống.
Một trăm thợ rèn với búa của họ
Không thể chẻ được hòn đá khổng lồ này;
Lửa nóng cháy do một trăm bễ thổi
Không thể làm nó tan ra.
Nhưng hãy nhìn kìa,
Ta đã cắt nó ra giống như cắt bánh,
Ta đã ném những mảnh vỡ như nước phun.
Ta đã dẫm lên nó như dẫm lên bùn,
Và phóng nó đi như mũi tên bắn.
Nếu con nhìn lên cha của con với niềm tin,
Mưa như ý sẽ rơi lên con vậy;
Sẽ nhận ra kho tàng như ý.
Nhìn dê chơi đùa có thể là thích thú,
Nhưng làm sao sánh được trò chơi kỳ diệu này*?*
Con ơi, hãy cố gắng thay đổi tâm con lập tức!

Vẫn không tin Jetsun, Rechungpa nói, "Nếu thầy có thể làm phép thần thông phục hồi sách của con thì con sẽ tin thầy, nếu không con sẽ không an lạc hay mãn nguyện." Vì thế, làm như dang hai cánh ra, Milarepa giữ tấm áo rộng ra và bay thẳng vào bầu trời bên trên vách đứng của Đá Đỏ. Ông vỗ cánh phất phới và bay lượn như một con ó, và rồi đáp nhanh xuống mặt đất như một tia chớp. Trong khi thi triển những phép thần thông này, ông hát:

Rechungpa, hãy lắng nghe ta trong chốc lát!
Ở đây, trên đỉnh Đá Đỏ này
Là Lâu Đài Bầu Trời. Bay trên đó,
Một con ó khổng lồ vỗ cánh,
Trong khi những con chim nhỏ rùng mình kinh sợ.
Không một người nào bay trước ở đây,
Không một ai sẽ bay lại ở đây.
Bây giờ hãy nhìn ông già này bay,
Hãy nhìn ông ta vút cánh

Như một con linh thứu trên trời.
Hãy xem, ông ta bay lượn như một con chim ó,
Đáp xuống đất như ánh chớp,
Và nổi trên không như một đám mây!
Nếu con tin phép thần thông
Qua sự làm chủ thân,
Hãy tu tập sự làm chủ ấy;
Rồi con có thể chinh phục và hợp nhất Sinh Tử và Niết Bàn.
Nhìn dê chơi đùa có thể là kỳ lạ,
Nhưng làm sao sánh được trò chơi kỳ diệu này*?*
Hãy cố gắng, Rechungpa, làm ngay thẳng tâm con!

Tuy nhiên, những phép thần thông của Milarepa không gây ấn tượng nhiều đối với Rechungpa. Ông ta chỉ lạnh lùng liếc nhìn chúng và vẫn không tin Jetsun. Rồi một lần nữa, Milarepa giữ tấm áo dang rộng ra như một con chim dang đôi cánh, và bay vào bầu trời. Trên đó ông hát:

Rechungpa, hãy lắng nghe ta trong chốc lát!
Trên đỉnh Đá Đỏ trong vùng núi Mon
Bỗng nhiên xuất hiện một đàn dê
Không có lý do,
Một trò chơi tự phát
Của Chân Như bất sinh.

Một con dê đóng vai con sói,
Rượt đuổi đàn dê qua bờ mép.
Đây tượng trưng cho tỉnh giác
Và sự khắc phục các nhược điểm của một người;
Đây chỉ cái đèo
Đi qua núi nhị nguyên;
Đây là phép thuật trừ tà của Milarepa
Chỉ cho Rechungpa các giáo lý thiết yếu!

Đối với các phép mầu của Cha
Con tỏ ra lạnh lùng,

Nhưng với sự chơi đùa của dê
Con tỏ ra rất thích thú;
Đây quả thật là dấu hiệu
Rằng con đã mất trí.
Ta đã cho con thấy những phép mầu vĩ đại như thế
Nhưng con không có niềm tin nơi ta.
Khi ta nghĩ đến những người như con,
Tất cả những môn đồ bất tín,
Vào thời ô nhiễm này
Ta cảm thấy buồn, và đau ở tim.

Rechungpa, hãy lắng nghe ta trong chốc lát!
Sừng cứng, và gỗ chắc,
Có thể uốn cong, nếu người ta cố gắng;
Nhưng tâm thô thì khó "uốn cong."
Rechungpa, hãy cố gắng lắng dịu tâm con bên trong!

Cọp dữ ở phương Nam,
Và bò yak hoang ở phương Bắc
Có thể thuần hóa, nếu người ta cố gắng;
Nhưng kiêu hãnh và vị kỷ thì khó mà thuần.
Rechungpa, hãy cố gắng lắng dịu tự phụ bên trong!

Chuột dưới đất,
Và chim trên trời
Có thể bắt, nếu người ta cố gắng;
Nhưng trí đã mất thì khó bắt lại.
Rechungpa, hãy cố gắng thấy lỗi của mình!

Pháp của ngôn từ
Và suy lý
Có thể học, nếu người ta cố gắng;
Nhưng Tự Tâm trống không thì khó học.
Rechungpa, hãy cố gắng thiền định về tâm không tạo tác!

Đứa con có thể lìa bỏ cha

Và mẹ thương yêu của nó,
Nhưng tánh khí xấu thì khó bỏ lại phía sau.
Rechungpa, hãy cố gắng thay đổi tánh tình và tự kiêu!
Châu báu, nhà cửa, và ruộng đất
Có thể từ bỏ, nếu người ta cố gắng;
Nhưng khó mà từ bỏ ham muốn khoái lạc.
Rechungpa, hãy cố gắng từ bỏ ham muốn
khoái lạc của con!

Châu ngọc tốt và người yêu xinh đẹp
Nếu cần, có thể bỏ được,
Nhưng bỏ cái giường êm ấm thì quả thực là khó.
Rechungpa, hãy cố gắng bỏ giấc ngủ "mù lòa"
của xác chết!

Đây và đó đồi và đá
Có thể gặp mặt đối nhau,
Nhưng gặp Bộ Mặt Tự Tâm của mình thì khó thấy.

Lệnh của hoàng hậu và vua
Có thể trái, nếu người ta cố ý;
Nhưng không một ai có thể trái [lệnh]
Diêm Vương, Thần Chết.
Rechungpa, hãy dùng chết cho sùng mộ của con!

Con ơi, hãy cố gắng sửa những ý niệm sai lầm,
Hãy bỏ những hành động xấu,
Hãy kỷ luật cái tâm vô kỷ luật,
Những ý nghĩ bất tín của con đang kiềm chế,
Hãy tránh con quỉ ngã mạn.
Khi ta chết, đây sẽ là điều ta di chúc cho con;
Trong đời ta, không giáo lý nào thâm sâu hơn ta
có thể cho con.
Rechungpa, con ơi, hãy ghi nhớ những lời này trong tâm!

Khi Milarepa hát, càng lúc ông càng bay cao hơn vào bầu trời cho đến khi ông biến mất. [Rồi, đột nhiên], Rechungpa tràn đầy hối hận, và một niềm tin phi thường hướng về Jetsun bùng dậy trong ông ta. Ông ta nghĩ, "Bởi vì ta không thể kiềm chế được tánh tình của ta và bỏ đi những quyển sách vô giá trị đó, ta đã mất Jetsun Đạo Sư của ta. Ta đã trả một giá quá lớn cho những quyển sách không xứng đáng. Jetsun đã làm nhiều phép thần thông biến hóa vĩ đại như thế vì ta, song ta vẫn không tin ông. Bây giờ ông đã bỏ ta như trút đi một gánh nặng, và đã đi đến Tịnh Địa của các thiên nữ Đa-ki-ni. Một người bất tín như ta không bao giờ có thể được sinh ra ở đó. Không có Đạo Sư thì sách dùng để làm gì? Ta sẽ gieo mình qua vách núi mà chết cho xong. Bây giờ ta lập ước nguyện cuối cùng: Trong tất cả những hóa thân vị lai của ta, cầu cho ta luôn luôn gặp được Jetsun, và cầu mong tâm ta bao giờ cũng là một với tâm ông!" Lập nguyện như vậy rồi, Rechungpa nhảy xuống vực thẳm phía dưới với tất cả quyết tâm [chết]. Ông ta va vào một hòn đá rất lớn, từ chỗ đó ông ta thấy cái bóng của Jetsun. Dốc hết toàn bộ sức lực kêu lên, ông ta gọi Milarepa với giọng đáng thương hại nhất, và cố gắng bay theo ông, nhưng không thể bay được. Tuy nhiên, ông ta tìm cách bước đi [trong không khí] theo cái bóng của Milarepa cho đến khi ông ta đến lưng Vách Đá Đỏ. Ông ta không thể bước thêm bước nào nữa nhưng có thể thấy Jetsun và nghe giọng nói của ông.

Ông ta thấy Milarepa đang ngồi trong một cái hốc trống trên sườn vách đá với hai hóa thân khác của ông ngồi bên cạnh ông, tất cả cùng nhau hát để trả lời tiếng kêu hối hận của Rechungpa:

Rechungpa, hãy lắng nghe ta trong chốc lát!
Nhìn này, từ một Cha Jetsun sinh ra hai người khác!
Con nên sám hối tội lỗi với họ,
Con nên hỏi thăm sức khỏe của họ,
Con nên thọ Giới Luật Mật Giáo từ họ,
Và yêu cầu lễ Khai Thị và những lời Chỉ Dạy nơi họ.
Con nên xin họ sự Chứng Minh thâm sâu,
Con nên qui y,

Và đặt tin tưởng nơi họ.

Nếu con tin những phép thần thông của ta,
Sự kiêu hãnh của con sẽ giảm bớt.
Hành vi ác chứng tỏ Diêm Vương chiến thắng;
Nếu con sợ y
Con nên kiêng những điều xấu.
Ý nghĩ xấu cản trở sự sùng mộ của một người,
Hãy sám hối chúng đi.

Khi nước mắt tràn xuống mặt, Rechungpa hát:

Xin hãy lắng nghe con, Sư phụ,
Hiện thân của Trí Tuệ và sự gia trì.
Xin hãy lắng nghe Rechungpa, đứa con mù quáng
và bất tín của cha,
Không tin vào phép thần thông của cha
Hãy lắng nghe, Jetsun Đạo Sư ở giữa,
Con đảnh lễ với thầy, và cúng dường
Con hỏi thăm sức khỏe của thầy, và sám hối tội với thầy.
Ôi Sư Phụ, chính là thầy
Đã ban cho Giới Luật, Khai Thị, và Chỉ Dạy,
Chính là thầy đã giác ngộ con
Và cho con nơi trú lâu dài.
Hãy cứu con, con nguyện, khỏi sa ngã.
Hãy bảo vệ con bằng từ ái của thầy,
Hãy che chở đứa ăn mày khốn nạn và bất tín này.

Rechungpa tìm cách đến chỗ Milarepa ngồi, và rồi ôm lấy ông với cảm xúc to lớn và trào tràn đến nỗi ngất xỉu. Khi ông ta tỉnh lại, Milarepa đem ông ta về am.

Rồi Jetsun nói với Rechungpa, "Nếu con muốn thành Phật, con phải tu tập theo những Chỉ Dạy Thiết Yếu. Những quyển sách bút chiến và những Thần Chú (Mantra) ác của những kẻ tà giáo không có giá trị gì đối với chúng ta. Những Giáo Lý của Đa-ki-ni thì tốt và lành mạnh – những cái đó ta không có đốt, ta

chỉ đốt những sách còn lại bởi vì chúng chỉ khiến cho người ta rơi vào những Cõi thấp hơn, bất chấp ý định căn bản thành Phật của họ. Bây giờ hãy nghe bài hát của ta:

Rechungpa, con ơi,
Ta đã ấp ủ con từ lúc còn thơ,
Con đã đi Ấn Độ vì những Chỉ Dạy Thiết Yếu
Nhưng đã mang về những sách đầy tranh luận.
Như thế con đã phô mình cho nguy hiểm
Khi trở thành một người tranh luận.
Con muốn làm một hành giả yoga,
Nhưng những sách giống như các sách đó
và những ý kiến trong đó
Có thể khiến con trở thành một người rao giảng tự kiêu!
Muốn biết một và tất cả, đó đã là ước muốn của con;
Nhưng nếu con bị vướng mắc trong ngôn từ vô tận,
Con sẽ làm đắm chìm cái *quan trọng nhất.*
Ý định của con là hiểu Pháp,
Nhưng nếu con bị vướng mắc trong hành động bất tận,
Con sẽ trở thành tham lam và kiêu căng.
Pháp không tì vết mà ta đã phái con đi tìm
Đã bay vào kẽ đá
Và được các thiên nữ Đa-ki-ni bảo trì;
Con có thể có lại được nếu con thành tâm khẩn nguyện.
Ta đã đốt những sách về huyền thuật và những ác chú
Làm hiến vật cho Thần Lửa;
Nhiều người sẽ được ích lợi vì việc làm này.
Đừng để mất tánh khí [tốt] của con,
Kẻo con bị [lửa] giận thiêu đốt.
Đừng tự làm mình phiền não hay buồn phiền,
Vì như vậy sẽ làm tâm và thân con đau đớn.
Đừng tự mình dãy dụa với nhiều sự vật,
Mà hãy thư giãn, và ngồi thoải mái,
Nhớ Đạo Sư của con
Ân huệ và độ lượng của ông ta!

Rechungpa nghĩ, "Lời nói của Đạo Sư ta tuyệt đối đúng và không khác với lời dạy của Phật. Bây giờ ta sẽ khẩn nguyện với các Đa-ki-ni trả lại những sách của ta." Ông ta ngồi xuống nguyện, và chẳng bao lâu các giáo lý Vô Tướng của Đa-ki-ni, cùng với những sách khác có ích lợi đối với Pháp và chúng sinh, tất cả đều trở lại vào tay ông ta như thần thông biến hóa. Ông ta hân hoan vô cùng. Ông ta khẳng định và khắc ghi trong tâm mình một niềm tin rằng Milarepa chính là Phật. Ông ta nghĩ, "Cho đến bây giờ, ta đã hầu hạ Jetsun bằng nhiều cách. Từ nay trở đi, ta sẽ hầu hạ người tốt hơn trước kia." Ông ta đã giữ lời thệ nguyện này và sống trọn đời với nó.

Bây giờ các đệ tử và những người bảo trợ tụ họp để chào mừng Rechungpa. Từ trong hội chúng Sevan Repa đứng lên và nói, "Huynh ở Ấn Độ ắt đã học và mang về cả những Chỉ Dạy Thiết Yếu, như Jetsun đã tiên tri, và khoa luận lý học. Bây giờ xin hãy nói cho chúng tôi nghe, làm cách nào chúng ta có thể thắng một cuộc tranh luận nếu chúng ta vướng phải?" Milarepa nói, "Rechungpa, con có thể nói với họ làm cách nào 'thắng' một cuộc tranh luận dưới ánh sáng [của những giáo lý] của các Đa-ki-ni." Để trả lời, Rechungpa hát:

Đức Phật Trao Truyền vĩ đại, Dorje-Chang,
Sẽ dập tắt tất cả mọi tranh biện trong Dòng Truyền.
Đạo Sư của chúng ta, Phật-Repa, sẽ chấm dứt
Những tranh biện của những ông thầy ham muốn.
Những Chỉ Dạy Thiết Yếu và Con Đường Thiện Xảo
của Truyền trao
Sẽ dập tắt tất cả biện luận xấu
Phát sinh từ suy nghĩ liên tục.
Tấm Gương Bình Đẳng phổ hiện
Sẽ tiết lộ tất cả những cái xấu ẩn tàng.
Những lời dạy quí báu về Đại Cực Lạc
Sẽ đốt cháy tất cả những ý nghĩ lang thang
bằng ngọn lửa Trí Tuệ.
Các Kênh và Khí trong các Xa Luân
Sẽ lập tức đánh tan tất cả hôn trầm và trạo cử.

Giáo lý Đại Thủ Ấn tự giải thoát
Sẽ chinh phục con quỉ ngã chấp vào Năm Thức.
Giáo lý Đèn Trí Tuệ sáng ngời
Sẽ đánh tan bóng tối và vô minh.
Hành động của Kiếm thuật Chu La (3)
Sẽ cắt đứt dễ dàng những sợi dây ham muốn thế gian.

Milarepa bình luận, "Những gì con vừa nói rất hay. Nhưng thêm vào, chúng ta cần những Chỉ Dạy về Thấy và Tu. Bây giờ hãy lắng nghe bài hát của ta:

Thấy là Trí Tuệ của Không,
Tu là sự chiếu sáng của vô chấp,
Hành là trò chơi mãi mãi không tham dục,
Quả là sự Trần Truồng vĩ đại không tì vết.

Về cái thấy của Không-Trí,
Nguy hiểm là để mất nó
Qua ngôn từ và ý nghĩ.
Nếu tri thức tuyệt đối
Không đạt được bên trong,
Một mình ngôn từ không bao giờ có thể giải thoát
người ta khỏi ngã chấp.
Như vậy, các con nên cố gắng vì chân tri.

Về sự tu tập Chiếu Sáng không chấp trước,
Nguy hiểm là để mất nó
Bằng cách chỉ bám vào sự tập trung.
Nếu Trí Tuệ không chiếu sáng bên trong,
Chỉ một mình sự tập trung vững chắc và thâm sâu
Sẽ không bao giờ đưa đến Giải Thoát.
Trí Tuệ không bao giờ đến
Với phân tán và hôn trầm;
Như thế các con nên khó nhọc chú tâm.

Về Hành Động vĩnh viễn không tham dục,

Nguy hiểm là để mất nó
Qua đắm mình trong nói chuyện tầm phào.
Trước khi tất cả hiện tướng trở thành
Những trợ giúp trong tu tập thiền định,
"Những Mật Hạnh" sẽ là
Những ham muốn thế gian trá ngụy.
Như thế các con nên cố gắng để thanh tịnh và
không chấp trước.

Về Quả Trần Truồng không tì vết,
Nguy hiểm là bỏ sót nó qua ý nghĩ của mình.
Nếu không tẩy sạch vô minh ở bên trong,
Nỗ lực khó nhọc chỉ đem lại những kết quả nhỏ.
Như thế các con nên cố gắng quét sạch hết vô minh.

Tất cả những ai có mặt trong hội chúng đều tin theo chân lý trong bài hát này và tất cả được hân hoan phấn khích.

Đây là câu chuyện về những con dê hoang.

Chú Thích Chuyện 39

(1) Yoga Tụng Kim Cương (T.T.: rDor.rJe.bZlas.Pa.): Một bài tập luyện thở rất quan trọng hầu như không thể bỏ qua đối với tất cả những phương pháp tu tập Yoga Mật Giáo, nó cũng được gọi là "Tụng Ba Chữ Kim Cương." Miêu tả vắn tắt bài luyện tập này là, hành giả yoga tụng chữ "Om" khi hít vào, chữ "A" khi ngừng, và chữ "Hum" khi thở ra, như thế phối hợp một quá trình thở đầy đủ với sự tụng ba chữ Kim cương chính yếu.

(2) Dsudbhu (T.T.: mDsod.sPu.): một xoáy tóc giữa hai lông mày nơi giữa trán, một trong ba mươi hai tướng tốt của một vị Phật, từ đó Ngài phóng ra những tia hào quang thần diệu.

(3) Bản văn viết: "sPyod.Pa.Chu.La.Ral.Gri.Yis.). Nghĩa của chữ "Chu.La." rất khó hiểu. "Chu" vốn có nghĩa là nước; do đó có thể giải thích là Hành-động-trôi-chảy – chỉ sự vô chấp và thái độ hoàn toàn tự do của người giác ngộ.

40. KHÚC CA "LÀM SAO ĐƯỢC AN LẠC VÀ TRÁNH ĐAU KHỔ"

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Trong bữa tiệc do những người bảo trợ và các đệ tử ở Đá Đỏ và Bouto tổ chức mừng Rechungpa từ Ấn Độ trở về, Jetsun Milarepa đã tiên tri sự xuất hiện của Gambopa vô song. Rồi ông được những người bảo trợ còn ở lại Chu Bar mời thỉnh. [Trong khi Milarepa đã ở đó], một đại hành giả yoga [người môi giới] của bộ tộc Lan, đã nghe thanh danh của ông, đầy nhiệt tình và nguyện vọng, đã từ Dagbo đến. Ngay khi ông ta nhìn thấy Jetsun thì một Tam-muội cực lạc, chiếu sáng, và vô niệm phát sinh bên trong. Niềm tin đã được xác định, ông ta nói với Milarepa, "Con là một hành giả yoga từ Dagbo đến. Con đã học nhiều giáo lý, kể cả Đại Hoàn Thiện, từ nhiều Đạo Sư; con cũng đã tu tập Thiền Định về Phân Biệt Quán, (1) và Bình Đẳng Hạnh [Mật Giáo]. (2) Con không mãn nguyện với những kinh nghiệm nông cạn về chỉ hiểu mà thôi, và đã được thanh danh của ngài phấn khích rất nhiều, do đó bây giờ con đến đây với ngài vì Pháp. Xin ngài từ bi ban cho con lời chỉ dạy." Jetsun hỏi, "Ông đã có những Kinh Nghiệm này trong sùng mộ của ông chưa? Bây giờ hãy lắng nghe bài hát của tôi":

Ông có để mất những Chỉ Dạy Thiết Yếu của
Đạo Sư Thánh Thiện,
Chỉ vì kiến thức ngôn từ?
Ông có để mất Trí Phân Biệt thâm sâu
Bởi vì Hai Chấp của mình?
Ông có để mất cái thấy của nội kiến sâu xa
Bởi vì nhị nguyên chướng ngại?
Khi tu tập Thiền Định về Không Nhận Thức

Ông có rơi vào hố sâu hình tướng?
Khi tu tập Bình Đẳng Hạnh
Ông có đi lạc đường vì chìm đắm và hoài nghi?
Ông không hiểu được rằng quả Niết Bàn
Tìm được trong chính mình?
Ông có nghĩ những kinh nghiệm sai,
Trái với những lời của Mật Điển,
Là chân thật và lành mạnh?
Ông có để mất Tâm Yếu trống không nội tại
Vì những ý nghĩ giả tạo chướng ngại nó?
Khi ông tu tập Yoga trong cô tịch
Ông có bị những quỉ trá hình dẫn dắt sai lầm?
Như người thợ gốm xoay cái bánh quay,
Những sức mạnh vô minh
Quay người ta mãi trong Sinh Tử.

"Đúng, con đã như vậy. Bây giờ xin ngài khai thị và chỉ dạy cho để con sửa những sai lầm này," hành giả yoga đáp. Milarepa ban cho ông ta theo sự yêu cầu và xếp đặt cho ông ta thiền định. Sau một thời gian, hành giả yoga, bây giờ gọi là Lan Gom Repa, vẫn không thể loại bỏ được sự ràng buộc với đức hạnh, vẫn nghĩ rằng chúng là cụ thể và có hình tướng nhất định. Nhiều ý nghĩ lảng vảng dấy lên trong tâm, vì thế ông ta không thể giải thoát nó được; ông ta có sự thúc bách đi viếng thị trấn, và vân vân. Milarepa ý thức đầy đủ về việc này, vì thế khi Lan Gom Repa đến trình Kinh Nghiệm và sự tiến bộ của mình, ông nói, "Lan Gom, ông không nên chấp vào hình tướng của những hành vi đạo đức, mà hãy cố gắng làm lắng dịu những tạp niệm về chuyện đi phố, và hãy tập trung vào thiền định; nếu không, ông không bao giờ có thể giải thoát được mình khỏi Ba Cõi luân hồi. Hãy chú ý đến những điều này." Rồi Milarepa hát:

Vì kẻ nào giữ truyền thống của Dòng Truyền
Tất cả sai lầm biến mất trong Tối Hậu,
Tất cả mọi sự đến dễ dàng đúng lúc.
Kẻ nào hành động như thế là chân hành giả yoga.

Trong tu tập Đại Thủ Ấn
Không có chỗ cho suy nghĩ với tâm chấp trước.
Khi Chứng Ngộ Cảnh Giới Ở Bên Kia Những
Trò Chơi chữ phát sinh
Không cần tụng niệm hay giữ luật lệ.

Những hành giả yoga lang thang trong thị trấn
Luôn luôn tự mình đầu hàng
Trước ý muốn và sở thích của thân nhân và bè bạn.
Hành động của họ trở thành tự phụ
Nói năng của họ trở thành vô nghĩa.
Ánh sáng của Tánh Không bị đạo đức giả làm lu mờ.
Nếu ở thị trấn một người không chú ý những gì
người ta cảm thấy,
Thì phiền não và lo âu sẽ mưa xuống trên y.

Để tránh sợ hãi và tiếc nuối lúc đang hấp hối,
Để chạy thoát hố tử thần Sinh Tử
Nên chinh phục kẻ thù – tham dục.
Hãy luôn luôn nhớ vô thường và cái chết,
Và mãi mãi thiền định trong cô tịch.

Kẻ nào không quan sát tâm mình một cách trần truồng,
Sẽ trở thành thờ ơ và lãnh đạm.
Kẻ nào không khẩn nguyện với nhiệt tình,
Là có khuynh hướng bị kinh nghiệm sai lầm dẫn dắt.
Nếu một người không tu tập giáo lý sâu xa của
Con Đường Thiện Xảo
Với đại tinh tấn và kiên trì,
Là y có khuynh hướng bị tham dục đánh bại.
Nếu y ở lại trong am,
Công đức bên trong y chắc chắn sẽ phát triển.

Lan Gom Repa nghĩ, "Lời của Jetsun đánh đúng trọng điểm của vấn đề: ngài đã đúng về những sai lầm của ta." Vì thế ông ta thiền định trong am không phân tán cho đến khi ông ta đạt

được những Chứng Ngộ tuyệt vời. Rồi ông ta đến trình sự tiến bộ của mình với Jetsun. Rất hài lòng, Milarepa nói, "Điều đó rất tốt, nhưng ông nên tiếp tục tu tập như vậy cho đến khi nào ông thành Phật. Đây là những điều quan trọng, ông nên luôn luôn nhớ lấy:

Vợ, con, và danh vọng
Là ba sợi xiềng của hành giả yoga;
Một người tu tập Pháp nên buông bỏ ba sợi xiềng đó!

Của cải, hưởng thụ, và uy thế
Là ba chướng ngại của hành giả yoga;
Người tu tập Pháp nên thề bỏ ba chướng ngại đó!

Thân nhân, người bảo trợ, và đồ đệ
Là ba trở ngại của hành giả yoga;
Người tu tập Pháp nên từ bỏ ba trở ngại đó!

Rượu, mệt nhọc, và ngủ
Là ba kẻ cướp đối với hành giả yoga;
Người tu tập Pháp nên tránh ba kẻ cướp đó!

Bép xép, khôi hài, và giải trí
Là ba sự phân tán cho hành giả yoga;
Người tu tập Pháp nên thề bỏ ba phân tán đó!

Đạo Sư, lời chỉ dạy , và tinh tấn
Là ba chỗ trú của hành giả yoga;
Người tu tập Pháp nên luôn luôn nương nhờ ba nơi đó!

Cô tịch, công đức, và bạn đồng hành tốt
Là ba cây gậy cho hành giả yoga;
Người tu tập Pháp nên luôn luôn dùng ba gậy đó!

Không phân tán, không niệm tưởng, và cực lạc
Là ba người bạn tốt đối với hành giả yoga;

Người tu tập Pháp nên luôn luôn phối hợp với
ba người bạn đó!
Thư giãn, tự phát, và tự nhiên
Là ba thuộc tính của hành giả yoga;
Người tu tập Pháp nên luôn luôn giữ ba thuộc tính đó!

Không tham dục, không ghét, và các năng lực thần thông
Là ba dấu hiệu thành công của hành giả yoga;
Người tu tập Pháp nên luôn luôn đạt ba dấu hiệu đó!

Lan Gom Repa nói, "Vì nhờ sự gia trì của thầy mà bây giờ con buông bỏ tất cả những gì nên buông bỏ, và có thể tu tập chánh Pháp một cách tự phát và dễ dàng. Lúc nào con cũng cảm thấy an lạc và vui." Jetsun đáp, "Phải, đúng đấy, con ạ. Một hành giả yoga đã hoàn toàn bỏ tất cả những lỗi lầm và đạt được tất cả công đức thì luôn luôn an lạc. Nếu y làm ngược lại thì lúc nào y cũng sẽ đau khổ. Do đó, y nên luôn luôn phân biệt giữa đúng và sai vì an lạc và an toàn của y." Vì thế, ông hát bài "Làm Sao Được An Lạc và Tránh Đau Khổ":

Kẻ nào biết bản tánh của mình
Và Chân Lý nội tại,
Thì lúc nào cũng vui.
Kẻ nào hành động sai
Thì lúc nào cũng buồn.

Kẻ nào yên nghỉ trong cảnh giới tự nhiên
Và lúc nào cũng thanh tịnh tự phát,
Thì lúc nào cũng vui.
Kẻ nào đầu hàng những xung động và môi trường,
Khuất phục thù hận và ham muốn,
Thì lúc nào cũng buồn.

Kẻ nào chứng ngộ rằng tất cả sự vật là Pháp Thân,
Thoát được tất cả sợ hãi, hy vọng, và nghi ngờ,
Thì lúc nào cũng vui.

Kẻ nào không kiên nhẫn, lắm mồm, và dại dột,
Bị dục vọng thế gian chế ngự,
Thì lúc nào cũng buồn.

Kẻ nào biết rằng tất cả sự vật là tâm mình,
Tất cả những gì y gặp, đều là bạn,
Thì lúc nào cũng vui.
Kẻ nào lãng phí đời mình,
Mang hối tiếc đi vào mộ huyệt,
Thì lúc nào cũng buồn.

Kẻ nào đạt Triệt Ngộ,
Thong dong trong Chân Như tự tại,
Thì lúc nào cũng vui.
Kẻ nào bị dục vọng của mình nô lệ,
Không thỏa mãn và luôn luôn mong muốn,
Thì lúc nào cũng buồn.

Kẻ nào thoát được tất cả hình tướng mà không dụng công,
Luôn luôn thấm nhập trong Kinh Nghiệm,
Thì lúc nào cũng vui.
Kẻ nào chỉ chạy theo ngôn từ,
Không thấy tâm,
Thì lúc nào cũng buồn.

Kẻ nào từ bỏ tất cả sự vật thế gian,
Không lo âu và quan ngại,
Thì lúc nào cũng vui.
Một Phật tử đo lường và tích trữ gạo thóc,
Âu yếm đàn bà và thân thuộc yêu thương,
Thì lúc nào cũng buồn.

Một hành giả yoga xóa bỏ tất cả những ràng buộc thế gian,
Nhận ra rằng tất cả là ma thuật và hư huyễn,
Thì lúc nào cũng vui.
Kẻ nào tìm vui với nhục cảm

Khiến thân tâm bạc nhược,
Thì lúc nào cũng buồn.
Một hành giả yoga cưỡi con ngựa tinh tấn
Hướng về Đất Giải Thoát,
Thì bao giờ cũng vui.
Kẻ nào đeo nặng hòn đá
Nó lôi y tới đáy luân hồi
Thì bao giờ cũng buồn.

Kẻ nào tránh những hiểu lầm,
Tiêu khiển với trò chơi của tâm mình,
Thì bao giờ cũng vui.
Kẻ nào thề tu tập Pháp
Nhưng đắm mình trong những hành vi tội lỗi,
Thì bao giờ cũng buồn.

Kẻ nào không còn sợ hãi, hy vọng, và nghi ngờ,
Vĩnh viễn thấm nhập trong Cảnh Giới Bản Nhiên,
Thì bao giờ cũng vui.
Kẻ nào khuất phục theo ý muốn của người khác –
Khúm núm, giả tạo, và khéo léo để được lòng người khác,
Thì bao giờ cũng buồn.

Kẻ nào bỏ "cái này và cái kia" lại phía sau,
Luôn luôn tu tập Pháp thanh tịnh,
Thì bao giờ cũng vui.

Lan Gom Repa và những đệ tử khác tất cả đều phấn khởi [và đầy] niềm vui. Với năng lực tự thấm nhập trong Định của Đại Thủ Ấn không lay chuyển, họ đã có thể làm cho mình tiến bộ tinh thần thêm trong thế giới hình tướng như huyễn thuật này. Jetsun rất hài lòng với Lan Gom Repa, người sau này trở thành người bảo trợ, đệ tử, huynh đệ trong Pháp của Dagpo Rinpoche [Gambopa].

Đây là câu chuyện về người con thân cận của Milarepa, Lan Gom Repa.

Chú Thích Chuyện 40

(1) Thiền Định về Phân Biệt Quán, hay Thiền Định và Quán Sát của Trí Phân Biệt (T.T.: So.So.rTog.Pahi.Shes.Rab.

(2) Bình Đẳng Hạnh (T.T.: Ro.sNoms.): Để giải thoát khỏi sợ hãi và hy vọng, thích và không thích, Mật Giáo cung cấp một phương pháp tu tập cho các hành giả yoga cao cấp, được biết như là "Bình Đẳng Hạnh." Thực hành phương pháp tu tập này, hành giả được thúc giục làm những điều ngược với tiêu chuẩn của những giá trị qui ước.

41. GAMBOPA THÁNH THIỆN – ĐỆ TỬ HÀNG ĐẦU CỦA MILAREPA

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Marpa, khi giải thích ý nghĩa Giấc mộng về Bốn Trụ Cột (1) của Milarepa, đã nói trước rằng Gambopa cao cả vô thượng, đứa con trong lòng của đại Hành giả Yoga, Mila Kim Cương Cười, sẽ xuất hiện như là Hiền giả Vô song. Phật Hộ Trì, Đa-ki-ni Kim Cương, cũng bảo Milarepa rằng ông sẽ có một đệ tử như mặt trời, một đệ tử như mặt trăng, hai mươi lăm đệ tử thành tựu như những ngôi sao, và rằng Gambopa sẽ là đệ tử giỏi nhất trong tất cả, giống như mặt trời.

Đức Phật Toàn hảo, Thích Ca Mâu Ni, chính Ngài cũng đã tiên tri sự xuất hiện của Gambopa trong Kinh Tam-muội Vương và những nơi khác nữa. Chẳng hạn, trong Kinh Liên Hoa Đại Bi, (2) Phật nói, "Này A Nan, trong thời vị lai, sau khi ta nhập Niết Bàn, một ông tăng gọi là Y sĩ [T.T.: hTso.Byad.] sẽ xuất hiện ở phương Bắc. Ông ta đã phụng sự xuất sắc cho vị Phật tiền kiếp sau khi đã phụng sự hàng trăm ngàn đức Phật trong các đời trước. Ông ta rất có căn cơ đạo đức và ý nghĩ tối thượng và đã nhập vào Đạo Đại Thừa không tì vết vì lợi ích và an lạc của nhiều chúng sinh. Ông ta sẽ xuất hiện như một thiện tri thức, rất thiện nghệ trong các Kinh Điển về Giáo pháp Bồ-tát, nói ngôn ngữ Đại Thừa và giảng giải không lầm lẫn và hoàn hảo giáo lý Đại Thừa." Và như thế vào thời năm ô nhiễm này, đã xuất hiện ở Tây Tạng, Xứ Tuyết ở phương Bắc, là Dagpo Lhaje [Y sĩ từ Dagpo] mà danh tiếng đã nghe khắp cả nước. Ông ta là một đại Bồ-tát đã đạt đến Địa thứ mười, và đã chứng ngộ nội kiến trực tiếp. Milarepa đã thấy ông ta trước trong Tam-muội chiếu diệu. Ông đã gia trì cho Gambopa bằng ân điển Tam-muội, và đã thu hút ông ta bằng tâm lực. Ông ta, Gambopa

vĩ đại, đã tỏa ánh sáng lên đạo Phật và mang nhiều chúng sinh đến Đạo Bồ-đề. Chuyện đời ông thì mênh mông như đại dương hùng mạnh, mà bản tóm lược tiểu sử của ông chỉ là một giọt trong đại dương đó.

Đức Gambopa sinh tại Thung lũng Seba xứ Nyal ở Tây Tạng. Dòng họ của ông là Nyi Wa. Cha ông, một y sĩ gọi là Wutso Gabar Jalbo, có hai vợ, Yunlaza và Sangdan Dranma, mỗi người vợ sinh cho ông một con trai. Gambopa là con trưởng, và được gọi là Dunba Dharmadraug. Cha ông, là một cố vấn thượng hạng về những chuyện thế gian, huấn luyện ông kỹ lưỡng đến độ ông trở thành thông thạo trong diễn thuyết và cố vấn. Khi được mười lăm tuổi, Gambopa đã học nhiều giáo lý Mật Giáo của phái Ningmapa, như Mật Điển Căn bản Sungwa Nyinbo, Heruka Galbo, những Mật Điển (Tantra) về các Phật Dữ và Hiền và về Người Giữ Lưới Đại Từ, và nhiều giáo lý khác của Cựu Phái. Ông cũng nắm vững tám ngành y học do cha ông dạy.

Năm hai mươi hai tuổi, ông cưới em gái của thủ lãnh đầy quyền lực [ở địa phương,] Dharma Aui. Bà ta có đủ tất cả các phẩm hạnh đáng ngưỡng mộ của một nữ nhân. Hai người có một con trai và một con gái, nhưng [vì bệnh dịch nổi lên trong vùng,] người con trai đã chết. Gambopa đi theo xác chết của con đến nghĩa trang, và khi ông trở về nhà, thấy con gái ông cũng đã chết. Vài ngày sau, vợ ông cũng mắc cùng một chứng bệnh. Mọi phương thuốc chữa trị đều được thử, khẩn nguyện và cúng bái nhiều lần, nhưng vô ích.

Sau một thời gian dài đau khổ, bà ta vẫn cố bám víu lấy sự sống một cách tuyệt vọng. [Ngồi bên cạnh chiếc gối của bà] Gambopa đã tụng Kinh cho bà. Ông ta nghĩ, "Nàng đang cố gắng khó nhọc bám víu sự sống trong thử thách như thế, và sẽ không để mình chết một cách bình an. Đây ắt là vì sự ràng buộc cực độ của nàng với một cái gì đó."

Rồi ông ta nói với bà, "Những người không hiểu chân tướng của Sinh Tử đều bị mòn mỏi và trĩu nặng quá độ; những người bị cưỡng bách kéo dài trong Sinh Tử đều khốn khổ và đáng thương. Tôi thật tiếc cho những người không giác ngộ, chịu

khuất phục trước sự ràng buộc kịch liệt với người phối ngẫu và thân nhân của họ. Bà sẽ không tự để mình chết một cách bình an sau khi chịu đựng sự thử thách kéo dài, khó chịu như thế. Đây ắt là vì bà bám vào một cái gì hay một người nào đó. Nếu đó là nhà cửa hay ruộng đất thì tôi sẽ cúng dường nó cho các tăng nhân. Nếu đó là châu báu mà bà không thể bỏ được, tôi sẽ tặng nó cho các giáo sĩ hay những người nghèo. Còn có cái gì khác mà bà không chịu từ bỏ? Chúng ta đã gặp nhau trong đời này vì những thệ nguyện với nhau, của chúng ta trong các đời trước. Bởi vì những Nghiệp xấu của bà mà bây giờ bà mắc bệnh này. Tôi đã thử mọi cách để giúp, nhưng chỉ làm cho bà đau khổ thêm. [Bài học đau đớn này đã dạy cho tôi] quyết định rằng dù cho bà sống hay chết, tôi cũng sẽ hiến mình cho Pháp."

Vợ ông nói, "Bây giờ em sắp chết rồi, em không bị ràng buộc với ruộng đất, nhà cửa, châu báu, hay bất cứ vật gì khác. Chỉ là anh, người mà em không thể từ bỏ được. Em sẽ bảo anh của em [Dharma Aui] ngăn ngừa anh không để cho đàn bà cám dỗ. Vả lại, [như anh nói,] đời sống gia đình không có chân an lạc trong luân hồi. Em hy vọng rằng, người chồng và y sĩ thân yêu của em, bây giờ anh sẽ hiến cả thân xác và linh hồn cho Pháp."

Gambopa đáp, "Ngay cả nếu bà bình phục khỏi bệnh này, chúng ta cũng không thể ở với nhau mãi mãi. Nếu bà chết, tôi sẽ hiến mình tu tập Pháp và sẽ không kết hôn nữa. Bà muốn tôi thề với bà không?"

Vợ ông nói, "Em biết anh là người sẽ không bao giờ quay lưng lại với lời nói của mình, nhưng để tâm em được yên, em thích anh thề với em. Xin hãy mời nhân chứng."

Lúc ấy Gambopa gọi người chú của ông, Balsud, làm nhân chứng, đặt quyển Thánh thư, có chữ viết bằng vàng, lên đầu của mình và thề. Vợ ông nói, "Y sĩ thân yêu của em, em sẽ nhìn anh từ khe hở nơi ngôi mộ của em để xem anh có hiến đời anh cho Pháp hay không!" Nói như vậy rồi bà ta nắm lấy tay chồng, nhìn chăm chăm vào mặt ông với đôi mắt đầy lệ, và chết.

Rồi Gambopa chia tài sản của ông thành ba phần, dùng một phần trả cho tang lễ và các tặng phẩm của vợ, một phần nữa cho

các nhà từ thiện có công đức, và phần thứ ba để chu cấp cho việc học và tu tập Pháp. Rồi ông hỏa thiêu xác vợ, xây một cái tháp, và làm một số tượng Phật Tsa Tsa (3) bằng tro và hài cốt của bà. Sau này cái tháp ấy trở nên rất nổi tiếng, và người ta gọi nó là Jomo Chod Dan (Tháp Bà Chủ). Người ta vẫn còn có thể thấy tháp ấy ở vùng Nyal.

Sau đám tang, thu gọn việc làm của mình, Gambopa cảm thấy rất dễ chịu. Ông nghĩ, "Bây giờ là lúc cho ta tu tập Pháp." Rồi ông một mình đi đến Nyi Tong và thiền định ở đó.

Người chú của Gambopa, Balsud, nghĩ, "Đứa cháu đáng thương của ta trái tim ắt phải tan nát sau khi bị mất người vợ thân yêu. Ta phải đi an ủi nó." Vì vậy, ông ta đi thăm Gambopa, đem theo nhiều rượu và thịt.

Trong khi nói chuyện với nhau, Gambopa nói với người chú, "Từ khi vợ cháu qua đời, cháu cảm thấy rất dễ chịu và an lạc." Lời nói này làm cho Balsud quá tức giận. "Ở đâu ngươi có thể tìm được một người đàn bà như người vợ [quá cố] của ngươi," ông ta nói một cách phẫn nộ. "Nếu Dharma Aui nghe được câu nói này, ông ta sẽ nói ngươi đã phá bỏ lời thề!" Vừa nói ông ta vừa ném một nắm bụi vào mặt Gambopa. Gambopa chỉ đáp, "Thưa Chú của cháu, chú đã quên lời cháu thề với vợ cháu trước mặt chú rồi sao? Không phải là cháu đang tu tập Pháp như cháu đã hứa đây sao?"

"Cháu à, cháu hoàn toàn đúng," Balsud nói. "Mặc dù chú đã già như thế này rồi, hiếm khi chú nghĩ đến Pháp. Chú thực cảm thấy rất xấu hổ cho chú! Cháu à, hãy tu tập tiến bộ trong Pháp, chú sẽ chăm sóc tốt ruộng đất và tài sản của cháu."

Một thời gian sau, không có sự hay biết của thân nhân, Gambopa đi đến Tu viện Bodor ở vùng Pan. Ở đó ông đã tham kiến Lạt-ma Bodorwa Rinchinsal, và nói, "Thưa quí Lạt-ma, con là người gốc Nyal, và con đến đây vì Pháp. Xin hướng dẫn con qua cổng và giữ con ở lại một thời gian."

Bodorwa đáp, "Ta không có của từ thiện cho ông. Ông phải tự cung cấp thức ăn và y phục, nếu ông muốn học Pháp." Gambopa nghĩ, "Nếu ta có những phương tiện ấy, ta đã không hỏi. Theo Mật Điển Sungwa Nyinpo, làm lợi ích cho chúng

sinh, một Đạo Sư nên có bốn thứ bi tâm – bi tâm thường hằng, bi tâm tự phát, bi tâm gia trì và khẩn nguyện, và bi tâm hướng dẫn đệ tử theo nhu cầu. Chỉ như thế một Đạo Sư mới có thể giúp đỡ chúng sinh. Đạo Sư này dường như thiếu bi tâm. Ta ngờ rằng hoặc giả Nghiệp của ta liên hệ với nghiệp của ông ta, và ta không thể kính ngưỡng ông ta."

Ông đã sớm trở về quê và chuẩn bị mười sáu lạng vàng làm phương tiện để học Pháp. Rồi ông đến Tu viện Jhajogri ở Pan, thọ giới với Lạt-ma Jachil làm Tỳ kheo [một tăng nhân đã thọ giới đầy đủ] và được ban cho pháp danh là Sudnam Rinchin, Người Có Công Đức Quí.

Rồi dưới [sự hướng dẫn của] các giáo sư Shapa Linpa và Shadulwa Tsinpa, Gambopa nghiên cứu các Luận thư Dodejan (*Mahayana Sutralankara*: Đại Thừa Trang Nghiêm Kinh Luận), Ngundo-jan (*Abhismaya-lankara*: Hiện Quán Trang Nghiêm Luận), Ngunbatso (*Abhidharma Kosa*: A-tì-đạt-ma Câu-xá Luận), và những sách khác. Ở Mon, ông học các Mật Điển (Tantra) Jedor, Sangdu, và những sách khác dưới [sự hướng dẫn] của Đạo Sư Lodan Sherab, nhận lễ Khai Thị và những Chỉ Dạy Thiết Yếu cũng từ Đạo Sư này. Từ các Giáo sư Nyurumpa và Jhajogripa, Gambopa học nhiều giáo lý của Trường phái Ghadamba [Kadampa]. Suy nghĩ, "Bây giờ ta phải tu tập những giáo lý này," ông thiền định ở Jhajogri.

Jetsun Gambopa là người rất thông minh và từ bi, rất ít chấp trước và tham dục, tinh tấn và tin tưởng vào Pháp thì rất kỳ lạ, vô tình và xấc láo thì không đáng nói. Ban ngày ông cần mẫn nghiên cứu Phật Giáo, ban đêm ông nghiêm túc thiền định; hay đi nhiễu Phật và thực hiện những hành động công đức khác. [Vì ông từ bi và thanh tịnh], nên trên thân ông không bao giờ có thứ côn trùng nào.(4) Ông có thể sống một cách thoải mái mà không có thức ăn trong năm sáu ngày, và thân ông luôn luôn cảm thấy an lạc. Ông có thể nhập Định nhiều ngày, và tất cả các hình tướng thô lậu như tham, sân, và si tiêu tan trong ông. Như đã được tiên tri trong Kinh Kim Quang (5) tất cả những dấu hiệu thành đạt đi trước của Địa thứ Mười [Cảnh giới Giác Ngộ Cuối

cùng của một Bồ-tát] đã hiện ra không nhầm lẫn trong các giấc mộng của ông.

Một thời gian sau, Gambopa có một giấc mộng trong đó ông gặp một hành giả yoga màu xanh lục mặc giẻ rách, đặt một bàn tay lên đầu ông, và dùng một ngón tay thấm nước miếng búng nhẹ vào mặt ông. Ông [liền] cảm thấy Thiền Định của mình phát triển tốt hơn và sâu hơn. Hơn nữa, ông cũng đạt được tri kiến quyết định [và tức thời] về Chân Như. Trong một Kinh nghiệm đầy hân hoan, tâm ông trở nên trong sáng hơn, nhẹ nhàng hơn, và linh mẫn hơn bao giờ hết. Ông nói với một vài tăng nhân trong thị trấn về Kinh Nghiệm này, họ bình luận, "Huynh là một Tỳ kheo đã thọ giới, và đã giữ giới luật không tì vết. Một tăng nhân như huynh, nằm mộng thấy những hành giả yoga và những gì tương tự như thế, sẽ đi đến chỗ phải đương đầu với những khó khăn, vì những giấc mộng có điềm báo trước là do [quỉ] Behar triệu gọi. Vì thế huynh nên đến thầy của huynh, yêu cầu ông ta cho huynh một thần chú (6) để niệm, và mời một nhóm lớn tăng nhân gia trì cho huynh bằng nghi lễ Cúng Dường Một Trăm Dorma." Gambopa đã làm như thế, nhưng thị kiến về vị hành giả yoga ấy ngày càng xuất hiện thường hơn trước.

Vào lúc đó, ở Hang Ánh Mặt Trời An Lạc ở Draugmar Bouto, Jetsun Milarepa đang bắt đầu chuyển Pháp luân, cả Chân Lý Phương Tiện lẫn Cứu Cánh, cho các đệ tử trong lòng của ông: Rechung Dorje Dragpa, Shiwa Aui, và Ngan Tson Dunba; cho những người bảo trợ: Tsese ở Drin, Ku Ju, và những người khác. Một hôm, những trưởng lão trong các Repa nói với Milarepa, "Thưa Jetsun, bây giờ thầy đã lớn tuổi lắm rồi. Nếu ngày nào đó, thầy đi vào Tịnh Địa, chúng con những Repa sẽ cần một người nào đó có thể làm việc thay thầy giúp chúng con trong những lúc khó khăn và tiến bộ thêm nữa trên đường Đạo. Những người bảo trợ của chúng ta cũng cần một người lãnh đạo tinh thần để gia tăng công đức của họ. Thầy có nghĩ ai là người có thể đảm đương trách nhiệm này không? Bất cứ ai là người mà thầy nghĩ trong tâm sẽ ban cho tất cả những Chỉ Dạy Thiết Yếu không giữ lại gì, và sẽ đầu tư quyền lực và địa vị. Không

có một người như thế, giáo lý hay Truyền Thừa của chúng ta không thể truyền bá rộng rãi được, các đệ tử của chúng ta cũng không được dẫn dắt đúng cách." Nghe những yêu cầu của họ, ban đầu Jetsun có vẻ hơi không hài lòng. Rồi ông đáp, "Phải, thực ra ta sẽ có một đệ tử giỏi, y sẽ hoằng dương giáo lý của ta bao la. Chiều nay ta sẽ xem coi y ở đâu và [sẽ nói cho các con biết] nếu các con trở lại vào sáng sớm ngày mai."

Sáng hôm sau, Milarepa dậy sớm hơn thường lệ, triệu tập tất cả đệ tử và những người bảo trợ đến, và nói:

"Như một Pháp khí được làm đầy trở lại, người sẽ thọ nhận đầy đủ những Chỉ Dạy Thiết Yếu của ta sẽ đến sớm. Y là một tăng nhân đã thọ giới đầy đủ, mang danh hiệu 'Y sĩ,' sẽ giữ giáo pháp của ta và truyền bá nó khắp Mười Phương. Đêm hôm qua ta đã mộng thấy y đến với một cái bình thủy tinh trống rỗng, ta sẽ rót đầy cam lồ vào cái bình đó từ cái bình bằng bạc của ta. Người cha già này bây giờ đã có một nam tử sẽ làm lợi ích cho nhiều chúng sinh và sẽ chiếu sáng giáo pháp của Phật [trên trần gian] như ánh sáng mặt trời đang lên. Ôi, ta tràn ngập niềm vui và an lạc!" Trong niềm hân hoan to lớn, Milarepa hát:

Con cúi đầu đảnh lễ tất cả các Đạo Sư,
Con khẩn nguyện với chư Bậc Ân Huệ!

Ở phương Đông tìm được Sữa Sư Tử Trắng,
Nguồn sức mạnh tối thượng;
Trừ phi nếm nó, người ta sẽ
Không bao giờ hiểu được năng lực này.
Chỉ sau khi uống
Mới có thể cảm thấy sâu xa nhất sức mạnh ấy.
Song chỉ Thiên Đế Thích (Indra) là có thể hấp thụ được nó.

Ở phương Nam, con cọp lớn
Nhảy lên với tất cả sức mạnh của mình;
Hùng vĩ như sức mạnh ấy,
Người ta không bao giờ có thể hiểu được
Mà không có sự thi đua thực tế,

Chỉ có thi đua với cọp
Mới có thể thẩm định đầy đủ cái nhảy của nó,
Nhưng chỉ đại Dombhi Heruka là cưỡi được nó.
Ở phương Tây, con Cá Jurmo có túi mật đắng;
Trên thế gian này không thứ gì có thể đắng hơn,
Song, không nếm thử nó,
Không ai có thể tưởng tượng nó có cảm giác như thế nào.
Chỉ sau khi nếm nó
Mới có thể hiểu được trọn vẹn cái đắng ấy;
Nhưng chỉ Rồng Gawojobo là có kinh nghiệm về nó.

Ở phương Bắc, sức mạnh vĩ đại của Rồng Bích Ngọc,
Song, không chính thức thi đua,
Người ta không bao giờ cảm thấy được sức mạnh của nó.
Chỉ sau khi đã vật lộn với quái vật này
Mới có thể hiểu được hùng lực của nó,
Nhưng chỉ lực sĩ Thần Galugha sánh với nó.

Sữa của con Sư Tử Cái Trắng ở phương Đông
Phải được rót vào chén vàng,
Mà không rót vào dụng cụ thông thường nào [khác]
E rằng dụng cụ bị ấy vỡ và sữa ấy bị mất.

Thánh giáo của Naropa và Medripa
Thì sâu xa và sâu xa nhất,
Song nếu một người không tu tập nó
Sẽ không thấy sâu ở chỗ nào.
Chỉ sau khi tu tập nó
Người ta mới có thể hiểu đầy đủ độ sâu của nó.
Đây là giáo lý Cha Marpa đã có!
Đây là giáo lý Milarepa đã tu tập.

Kinh nghiệm, nội kiến, và những chỉ dạy của Milarepa
Luôn luôn có hiệu quả và chính xác nhất,
Song những kẻ ít trọng lượng không kham thọ nhận chúng.
Chỉ có thể ban chúng cho môn đệ có khả năng,

Song tất cả sẽ được truyền cho
Ông tăng ấy, người thừa kế của ta đang đến.

Một hôm Gambopa đi ra ngoài để kinh hành. Ở tại cổng tự viện ông ta chợt nghe tiếng của ba người ăn mày đang nói về nhu cầu khẩn cấp của họ, vì một nạn đói lớn đã xảy ra vào năm đó. Một người trong bọn họ nhận xét, "Vào lúc như thế này, những tăng nhân từ bi của chúng ta ở Jhajogri thuyết giảng cho tất cả Phật tử đúng lúc; họ cũng mời mọi người, không phân biệt gì cả, đến chia xẻ thực phẩm của họ. Sau khi ăn xong tại đó, chúng ta cũng có thể xin một lượng cháo còn thừa và mang đến một nơi nào thuận tiện gần đó cùng ăn với nhau." Một người khác đề nghị, "Tôi có một ý kiến hay hơn. Chúng ta hãy nhặt lấy một lượng đầy gạo nửa chín nửa sống, làm thành một cục bột, gia vị nó với tiêu; rồi chúng ta có thể cùng nhau im lặng thưởng thức nó ở một ngôi nhà bỏ hoang nào đó." Người lớn tuổi hơn hết nói, "Một kẻ tinh ranh luôn luôn cười và mỉm cười, ngay cả khi anh ta đang bị đói một cách tuyệt vọng, trong khi một con chim khôn luôn luôn bay như một con kên kên, ngay cả khi nó đang đói gần chết. Vì thế, chúng ta đừng nói bất cứ điều gì có thể phản lại sự thèm khát thức ăn của chúng ta. Nhìn kìa! Một Lạt-ma đang đi về hướng này! Tốt hơn chúng ta không để cho ông ta nghe cuộc nói chuyện của chúng ta. Chúng ta sẽ hổ thẹn nếu bất ngờ bị nghe như thế. Vả lại, nếu các anh muốn thề, tốt hơn nên thề lớn! Vì thế, thề sẽ trở thành vị Thiên tử không tì vết – vị đại Hoàng đế – bảo vệ và truyền bá thánh Pháp và ngự trị tất cả Tây Tạng ở đây và bây giờ; hay thề sẽ trở thành một hành giả yoga như Milarepa, vua của tất cả mọi hành giả yoga, sống cuộc sống khổ hạnh trong những núi tuyết ở phía Tây, sống chủ yếu bằng thực phẩm Thiền Định (Samadhi), chỉ mặc một manh áo vải, và giữ ấm cơ thể bằng nội nhiệt Dumo cực lạc. Ông ta là một hành giả yoga tu tập Đại Thủ Ấn chiếu sáng cả ngày lẫn đêm. Khi di chuyển từ chỗ này đến chỗ khác, ông ta bay. Nếu anh có thể từ bỏ thế gian và tu tập Pháp như *ông ta*, thì đó là điều tốt nhất; nhưng nếu anh không làm như

vậy, thì nên nguyện gặp mặt ông ta ít nhất một lần trong đời này." Nói xong, ông lão ấy rơi nhiều nước mắt.

Khi Jetsun Gambopa nghe nói đến tên của Milarepa, ông không thể ngăn được một niềm tin lớn tự động phát sinh hướng về Milarepa. Sự xúc động đập vào ông mạnh đến nỗi ông đã ngã xuống ngất xỉu nửa ngày. Khi tỉnh lại, ông đã khóc rất nhiều và lạy nhiều lần hướng về chỗ Milarepa ở. Rồi ông thành tâm khẩn nguyện, gọi nhiều lần, "Ôi, Jetsun, Jetsun, xin thương xót con! Xin chăm sóc con! Rồi ông dâng Bảy Hiến Vật Chính cúng dường Milarepa. Trong niềm phấn khởi lớn và không gián đoạn, Gambopa đã đạt được những Kinh Nghiệm phi thường, chưa từng có, trong Định. Dồn tất cả tâm lực với ý nghĩ tham kiến Milarepa, đêm đã trôi qua [một cách nhanh chóng].

Sáng hôm sau, Gambopa gọi ba người ăn mày vào, đãi họ thịt và đồ ăn vượt xa sự mong ước của họ, khiến họ hoàn toàn thỏa mãn và sung sướng. Rồi ông nói, "Tôi muốn viếng vị Lạt-ma mà các ông nhắc đến hôm qua. Dường như các ông biết nhiều về ông ta. Tôi sẽ cảm ơn các ông rất nhiều, nếu các ông dẫn tôi đến chỗ ông ấy ở. Tôi có mười sáu lạng vàng và sẽ cho các ông một nửa để học Pháp."

Hai người trẻ hơn nói, "Chúng tôi biết rất ít về vị Lạt-ma đó," nhưng người lớn tuổi hơn nói, "Được rồi, tôi sẽ dẫn thầy đến chỗ ông ta."

Chiều hôm đó, Gambopa làm lễ cúng dường và khẩn nguyện với Tam Bảo. Tối hôm đó, ông đã thổi cây kèn đồng dài khổng lồ, tiếng kèn hùng mạnh vang đến mọi xó góc của trái đất. Ngay cả ngày nay, ở khắp Tây Tạng [ở Weu và Tsang] (7) cũng không có cây kèn nào có âm thanh to lớn và vang xa hơn được.

Rồi Gambopa treo một cái trống trên không và đánh một điệu trống, tạo ra tiếng bum trang nghiêm, thích thú, và tràn ngập mà nhiều người và súc vật nghe thấy. Cũng vào đêm đó, ông đã có một thị kiến: Một cô gái, trông giống như người xứ Mon, đến nói với ông, "Thầy đánh trống cho loài người, nhưng nhiều thú vật [cũng] được âm thanh đó gia trì." Rồi cô ta trao cho ông một cái chén sọ người đầy sữa, nói, "Đã gia trì đến độ

cho cả súc vật, xin uống chén sữa này đi. [Không lâu] không những tất cả súc vật ở đây mà tất cả các sinh vật trong Sáu Nẻo cũng sẽ đến với ngài. Bây giờ tôi sẽ đi về phía Tây." Rồi cô ta biến mất.

Về sau, Gambopa có lời bình luận như vầy: "Những người đã nghe tiếng trống của tôi đêm đó là những người kém căn cơ phải đi qua nhiều giai đoạn kế tiếp nhau trên đường Đạo theo cách dần dần. Thực vĩ đại là những phần thưởng đã được các Lạt-ma [Ghadamba] (8) ban cho chúng tôi. Những súc vật đã nghe tiếng trống của tôi là những đại đệ tử hành giả yoga của tôi tu tập thiền định trong các hang động. Thị kiến này cũng ám chỉ rằng tôi sẽ đi đến Đạo Sư Milarepa và chỉ nương tựa vào những chỉ dạy của ngài trên Con Đường Thiện Xảo và Đại Thủ Ấn."

Rồi Gambopa và ông lão ra đi tìm Milarepa. Trên đường đi, Gambopa lúc thì thầm, lúc nói, lúc kêu to, "Ôi, khi nào thì tôi có thể gặp được Đạo Sư của tôi?" Sự ao ước gặp Jetsun nhiều đến nỗi nước mắt của ông không bao giờ khô, ý nghĩ về chuyện nghỉ ngơi thoải mái không bao giờ len vào tâm ông.

Khi họ đến Chỗ Mới, ở thượng Nyang, ông lão ngã bệnh. Ông ta nói với Gambopa, "Đường từ đây trở đi tôi không biết nhiều. Tuy nhiên, có một tu viện gọi là Sajya [gần đây]; thầy có thể đến đó mà hỏi." Rồi ông ta để Gambopa đi một mình.

Gambopa bước tiếp giống như một gã ăn mày mù lang thang trên vùng đất hoang vắng không người. Khi màn đêm buông xuống, ông lấy hai bàn tay bụm mặt lại, khom xuống đất, khóc cay đắng. [Bỗng nhiên] ông lão [lại xuất hiện] và nói, "Đừng có khóc cay đắng như vậy! Tôi sẽ chỉ đường cho thầy." Sau này, [Gambopa] nhận ra rằng tất cả ba người ăn xin là những hóa thân của Milarepa.

Gambopa tiếp tục cuộc hành trình, hỏi phương hướng dọc theo con đường. Khi đến Dronso Charwa, ông gặp một số thương nhân từ các vùng cao đến và hỏi họ về Milarepa. Một thương nhân từ Nya Non đến và gọi là Dawazungpo nói, "Đại sư Yoga, Milarepa, vị Đạo Sư thành tựu mà danh tiếng được biết đến khắp cả Tây Tạng, hiện giờ đang ở Chu Bar Drin." Nghe nói như vậy, Gambopa rất kích động đến nỗi ông nghĩ

thương nhân đó chính là Milarepa. Trong bối rối điên cuồng, ông ôm lấy thương nhân và bật khóc.

Với tin tức vừa có được, Gambopa bây giờ đi về hướng Drin Ri. Khi đến giữa một cánh đồng lớn, ông trở nên kiệt sức, và ngồi xuống nghỉ trên một tảng đá. Nhưng vì quá đói và mệt, toàn bộ hệ thống Khí của ông trở nên mất quân bình và hỗn loạn đến độ ông đã ngã từ tảng đá xuống và ngất xỉu, nằm bất tỉnh nửa ngày. Khi ông tỉnh lại, không một cọng tóc hay sợi lông nào trên thân ông, từ đầu đến chân, không cảm thấy đau đớn. Ông khát nước vô cùng, nhưng không ai đem nước cho ông. Ông ở lại đó không đồ ăn không nước uống hai ngày hai đêm. Rồi ông lập thệ nguyện, "Nếu ta không thể gặp được Jetsun trong đời này, ta thề rằng trong đời sau ta sẽ sinh ra gần ngài, và tâm ta sẽ được kết hợp và trở thành một với tâm ngài. Trong Ba Cảnh Giới Trung Gian sau khi ta chết, ta sẽ chỉ nhìn vào ngài làm nơi trú duy nhất của ta." Với lòng chân thành tột độ, và trong nước mắt, ông đã lập thệ nguyện như vậy.

Không lâu, một ông tăng Ghadamba từ Sha Yul đến gần, và hỏi Gambopa, "Thầy đang đi đâu?"

"Tôi đang đi Drin để viếng Jetsun Milarepa."

"Tôi cũng đi hướng đó. Nhưng không phải là thầy đang bị bệnh sao?"

"Vâng, đúng vậy, và tôi cũng rất khát nước. Thầy có thể cho tôi uống chút nước không?" Ông tăng cho Gambopa một chén nước và sau khi uống nước Gambopa tươi tỉnh lại hoàn toàn. Rồi, có ông tăng cùng đi, ông bắt đầu tiếp tục cuộc hành trình.

Trong khi đó, Jetsun, trong một tâm thái rất an lạc, đang giảng Pháp ở Đồi Vận May. Trong khi thuyết Pháp, thỉnh thoảng ông im lặng một lúc và rồi cười thành thật. Một nữ bảo trợ rất tài năng đến từ Drin, gọi là Tsese, hỏi ông, "Thưa Jetsun, tại sao ngài lúc thì cười thành thật lúc lại im lặng vậy? Có phải ngài cười là vì thấy một đệ tử nào đó tiến bộ, và ngài im lặng khi thấy những ý nghĩ sai lầm của một đệ tử không có khả năng?"

"Ta chẳng nghĩ đến chuyện phi công đức của những đệ tử dở cũng không nghĩ đến chuyện công đức của những đệ tử giỏi," Milarepa đáp.

"Vậy thì tại sao hôm nay ngài mỉm cười và cười lớn?"

"Đây là vì con trai ta, Tăng nhân từ Weu đến, bây giờ đã đến Drin Ri. Nó đã ngã ngất xỉu và bị đau bên cạnh một tảng đá. Với nước mắt tràn xuống mặt, trong nhiệt thành và tin tưởng rất nhiều, nó đã gọi ta giúp đỡ. Cảm thấy thương xót nó, ta đã gia trì cho nó trong Định (Samadhi); rồi ta trở nên rất vui và bật cười lớn." Khi nói như vậy, mắt ông đẫm lệ.

Tsese lại hỏi, "Khi nào thì ông ta đến?"

"Nó sẽ đến đây khoảng giữa ngày mai và ngày mốt."

"Chúng con có Nghiệp tốt gặp được ông ta không?"

"Có. Bất cứ người nào có cơ duyên sửa soạn chỗ ngồi cho nó khi nó đến sẽ được hưởng dưỡng chất của Thiền Định (Samadhi). Bất cứ người nào có cơ duyên trước hết thấy nó sẽ được hướng dẫn đến Tịnh Địa An Lạc của Giải Thoát."

Khi Gambopa và Lạt-ma Ghadamba đến giữa chợ, họ thấy một người đàn bà vẫy tay. "Chị có biết đại Hành giả Yoga Milarepa sống ở chỗ nào không?" Gambopa hỏi. "Thầy từ đâu đến?" bà ta hỏi.

"Từ tỉnh Weu như mặt trời vĩ đại đến, để viếng Jetsun Milarepa."

"Vậy thì hãy đến nhà tôi – tôi thích cúng dường thầy một ít đồ ăn."

Trà, bánh ngọt, và những món giải khát khác được dọn lên đãi họ. Rồi người nữ bảo trợ nói, "Sáng hôm qua Jetsun đã biết rằng thầy đang đến. Tôn giả (Jetsun) cũng đã tiên tri về tương lai của thầy. Biết thầy bị mệt và bệnh ở Drin Ri, Tôn giả đã ban sự gia trì cho thầy trong Định. Tôi được Tôn giả cho phép chào đón thầy."

Gambopa nghĩ, "Ấy là ơn huệ của Jetsun đã cứu mạng ta. Xét theo những tiên đoán về ta, ta phải là một người rất tài năng." Nghĩ như vậy, Gambopa trở nên có chút kiêu hãnh về mình. Biết sự tự phụ ấy, Milarepa từ chối gặp Gambopa trong nửa tháng để hạ lòng kiêu hãnh của ông ta xuống. Trong thời

gian này, Gambopa được bảo sống trong một hang đá, và Sevan Dunba cung cấp cho ông ta nhiên liệu và dụng cụ để nấu ăn.

[Nửa tháng đã qua], người nữ bảo trợ đưa Gambopa đến gặp Jetsun. Với năng lực thần thông, Milarepa đã biến cả hai Rechungpa và Shiwa Aui có tướng mạo của mình. Kết quả, Gambopa không thể nhận diện ra ai là Jetsun thật. Lúc ấy Rechungpa chỉ vào người ở chính giữa và nói, "Đây là Jetsun thật."

Do đó, Gambopa, Bậc Quí, dâng lên Milarepa mười sáu lạng vàng làm Man-đa-la, cùng với một khúc bánh trà, tự giới thiệu mình, và kể lại câu chuyện về cuộc hành trình từ Weu tới của ông ta. Rồi ông ta khẩn thiết xin Milarepa kể lại câu chuyện đời của mình.

Milarepa nhìn thẳng phía trước một hồi, một cách trang nghiêm, với mắt cố định nhặt một thỏi vàng từ Man-đa-la lên, ném nó vào không trung, và nói, "Con cúng dường [vật] này lên Marpa Lho Grauwa." Khi ông nói như vậy, nhạc trời và ánh sáng xuất hiện [chung quanh họ], trong vẻ tráng lệ vô tả. Milarepa lấy một cái chén sọ người đầy rượu nho và uống một nửa. Rồi ông đưa phần còn lại cho Gambopa, và nói, "Hãy uống đi!"

Gambopa lưỡng lự, nghĩ, "Đây trái với giáo luật, đặc biệt là ở trước nhiều người."

"Đừng suy nghĩ quá nhiều, uống đi!" Milarepa nói.

Sợ rằng sẽ làm hỏng điềm lành, Gambopa lập tức uống cạn cái chén sọ người, [bằng cách hành xử này] chứng tỏ rằng ông ta là pháp khí tốt, có khả năng thọ nhận những Chỉ Dạy Thiết Yếu, và sẽ trở thành người nắm giữ Dòng Truyền.

"Ông tên là gì?" Milarepa hỏi.

"Con tên là Sudnam Rinchin [Người Có Công Đức Quí]."

Lúc ấy Jetsun lặp lại ba lần: "Những công đức của anh ta có được bằng cách tích lũy một kho tàng Đức Hạnh; anh ta thực là Quí đối với tất cả chúng sinh!"

Milarepa tự nghĩ, "Bất cứ ai nghe tên của đứa con này của ta sẽ được giải thoát khỏi luân hồi, nhưng tốt hơn ta không nên nói chuyện đó bây giờ." [Một lúc sau] ông nói với Gambopa, "Thật

kỳ diệu là anh có niềm tin nơi ta và đến đây gặp ta. Ta không cần vàng hay trà của anh. Về câu chuyện đời của ta, ta sẽ hát cho anh một khúc hát." Rồi cùng với Rechungpa và Shiwa Aui hát kèm, Milarepa hát:

Trên bầu trời Pháp Thân, bên kia những trò chơi chữ,
Những đám mây Bi Tâm chảy mãi không ngừng tụ hội,
Con cúi đầu đảnh lễ dưới chân Marpa ân huệ,
Nơi nương náu của tất cả chúng sinh!

Ngồi bên phải ta là con trai Rechungpa,
Ngồi bên trái ta là Shiwa Aui;
Cả hai cùng ta hợp xướng, hát
Một bài cho anh, Y sĩ thân mến!

Ở thánh địa Ấn Độ,
Dù nhiều thầy khoác lác nhiều,
Hai Đạo Sư nổi tiếng nhất là
Đại Naropa và Medripa [Maitripa],
Giống như mặt trời và mặt trăng chiếu sáng thế gian.
Đứa con trong lòng của họ là Marpa, Dịch giả,
Đã nắm vững những lời Phật dạy,
Là chủ nhân đối với tất cả Man-đa-la, và
Đã lôi cuốn những đệ tử phú bẩm tốt.
Nghe nói về bậc đại sư, được
Tất cả Đa-ki-ni ca ngợi, ta ước mong được gặp Người.

Ta đã tìm Người với tất cả sức lực của ta,
Khi gặp Người, ta đã ngất xỉu xuất thần,
Đảnh lễ dưới chân Người, tìm chỉ dạy sâu xa
Đưa đến Phật quả trong đời này.
Phật Cha của ta nói,
"Nhờ Naropa từ ái
Ta có được giáo lý như dao bén này,
Đủ sức cắt đứt sợi xích luân hồi."

Tận dụng thân, khẩu, và ý,
Như một gã ăn mày, ta làm việc cực nhọc
để làm vui lòng Người.
Nhìn vào nhiệt tình và sùng mộ của ta
Với đôi mắt toàn tri, Người từ ái nói:
"Những lời Chỉ Dạy của Bốn Bộ (9)
Ngày nay không toàn hảo;
Một số thì khiếm khuyết, một số thì quá hạn.
Dù một người có thể liều chịu đau đầu
Truyền chúng cho các đệ tử,
Cũng chỉ đem lại lợi ích không bao nhiêu.
Vào những ngày ô nhiễm như thế này
Người ta ít có thời gian rỗi rảnh,
Trong khi sinh hoạt của họ vĩ đại.
Đừng lãng phí thì giờ trong nghiên cứu,
Mà hãy tu tập những Giáo Lý Cốt Yếu.

Để trả ơn Đạo Sư của ta
Và khắc phục nỗi sợ chết,
Ta đã thiền định khó nhọc và quyết tâm,
Chuyển hóa những ý nghĩ sai lầm của ta thành thiện phúc.
Nhận ra Ba Nhiễm (Kleśa) là gì,
Ta đã thấy Ba Thân Phổ Hiện.
Ta sẽ truyền cho những đệ tử có khả năng
Những Kinh Nghiệm bên trong và những sự gia trì;
Với anh, ta sẽ truyền những Chỉ Dạy Thiết Yếu sâu xa nhất;
Với tu tập, anh sẽ truyền niềm tin Phật rộng rãi.
Hãy giữ điều này trong tâm, hỡi Y sĩ thân mến của ta;
Anh sẽ sớm đạt đến Cảnh Giới Thư Giãn.
Đây là vắn tắt về câu chuyện đời ta;
Chi tiết có thể chờ vào lúc khác.

Ta, lão nhân, không muốn vàng của anh,
Ta cũng không có lò để nấu trà của anh.
Nếu anh muốn giáo pháp của Dòng Truyền Rỉ Tai,
Hãy theo con đường của ta và tu tập như ta.

Này Đại Đức, để trả lời,
Ta đã hát khúc hát này.

Rồi Milarepa bình luận, "Đây là sự tiếp nhận của ta về vị Giáo-Y-sĩ tôn kính của chúng ta." Rồi Gambopa nấu trà và mang đến cho Jetsun và nói, "Xin vui lòng nhận Phẩm Vật cúng dường này, đây là biểu tượng tôn kính của con đối với ngài."

Milarepa nhận trà với sự hân hoan. Ông nói với Rechungpa, "Đáp lại, chúng ta nên cúng dường ông tăng này một ít trà. Bây giờ hãy đi góp mọi Repa ở đây mỗi người một ít." Vâng theo, Rechungpa [làm như vậy, và] chuẩn bị trà. Milarepa tiếp tục, "Bây giờ chúng ta cần một ít gia vị." Nói như vậy rồi ông rót nước vào cái ấm, làm cho trà ngon phi thường.

Vị Lạt-ma Ghadamba lúc ấy yêu cầu Jetsun gia trì cho ông ta và, để thiết lập một mối quan hệ Pháp, ban cho ông ta một ít chỉ dạy.

Jetsun hỏi, "Ông sẽ cho tôi cái gì để đáp lại sự thọ nhận sự gia trì của tôi?"

Vị Lạt-ma đáp, "Tôi chẳng có gì tặng lại cả."

"Thật xấu hổ cho ông nói rằng ông không có gì để cho khi tôi thấy ông có rất nhiều vàng mang theo. Cuối cùng, gia trì cho kẻ không có lòng tin hay tặng những Chỉ Dạy Thiết Yếu cho kẻ bất quyết thì có ích dụng gì? Tôi nghĩ có lẽ tốt hơn ông nên bắt đầu trở lại chuyến kinh doanh của ông đến Nepal để không bị gián đoạn."

"Không thể lừa dối được Jetsun," Gambopa nghĩ, "Phải cẩn thận khi nghĩ điều gì trước mặt ông." Do đó, Gambopa tin chắc rằng Jetsun là một với Phật toàn hảo.

"Trước kia anh có thọ nhận sự khai thị nào không?" Milarepa hỏi Gambopa. "Dạ có," ông ta đáp, và rồi miêu tả chi tiết những lễ khai thị và những lời chỉ dạy mà ông ta đã được các Đạo Sư khác của ông ta ban cho, cùng với những Kinh Nghiệm và sự đạt Định của ông ta.

Jetsun cười, nói, "Người ta không thể trích dầu từ cát, vì dầu sản xuất từ hạt. Trước tiên hãy tu tập Yoga Nhiệt của ta để thấy Tự Tánh của Tâm. Nói vậy, ta không có ý nói rằng những lễ

khai thị trước kia của anh là không đủ tốt, ta chỉ muốn nhấn mạnh tầm quan trọng của mối quan hệ đúng đắn của Nghiệp, và nhu cầu tuyệt đối cho anh để thọ nhận sự gia trì từ Dòng Truyền của ta."

Do đó, Milarepa ban sự gia trì cho Gambopa và khai thị cho ông ta trong phép tu Pagmo của Dòng Truyền Rỉ Tai, trong Man-đa-la vẽ bằng châu sa, và rồi ông ta được ban cho những Chỉ Dạy Thiết Yếu. Sau khi tu tập theo những chỉ dạy đó một thời gian, Gambopa đã được những Kinh Nghiệm tốt. Ông ta so sánh những lời dạy của Milarepa với những lời dạy mà ông ta đã thọ nhận từ những Đạo Sư khác, kết quả trong tâm ông ta có nhiều nghi ngờ phát sinh. Để nhổ rễ những nghi ngờ đó, Gambopa đến gặp Milarepa vì những điều thiết yếu về Thấy, Tu, và Hành. Lúc ấy, để đánh tan tất cả những nghi ngờ của Gambopa, Milarepa hát một bài nói về lời dạy của Mật Điển theo các truyền thống Ghagyuba:

Tu-Y-sĩ thân mến của ta,
Thấy Tối Hậu là quán tâm mình
Một cách đều đặn với quyết tâm.
Nếu tìm Thấy bên ngoài tâm mình,
Thì giống như một quái vật [mù]
Phí công tìm vàng.

Tu-Y-sĩ thân mến của ta,
Tu Tối Hậu là không xem
Phân tán và hôn trầm là lầm lỗi.
Làm như thế để đánh tan chúng thì giống như
Đốt đèn giữa ánh sáng ban ngày.

Tu-Y-sĩ thân mến của ta,
Hành Tối Hậu là ngừng lấy và bỏ.
Lấy và bỏ thì
Giống như con ong mắc lưới.

Tu-Y-sĩ thân mến của ta,

Giới Luật Tối Hậu là yên nghỉ
Dễ dàng trong Thấy.
Nếu tìm Giới Luật Không Qui Luật
Bên ngoài [tâm mình], thì giống như
Giở cái cổng ngăn lụt của cái đập ngăn nước.

Tu-Y-sĩ thân mến của ta,
Thành Tựu Tối Hậu
Là niềm tin quyết đầy đủ của tâm mình.
Nếu tìm Thành Tựu Vô hữu ở nơi nào khác,
Thì giống như con rùa cố gắng
Nhảy lên trời.

Tu-Y-sĩ thân mến của ta,
Đạo Sư Tối Hậu là tâm mình.
Nếu tìm Đạo Sư ở nơi nào khác,
Thì giống như cố gắng
Loại bỏ tâm mình [chỉ hoài công vô ích].
Tóm lại, Tu-Y-sĩ tốt của ta,
Anh nên biết rằng tất cả hình tướng
Chỉ là tâm.

Gambopa nghĩ, "Những gì Jetsun vừa nói rất đúng," vì vậy ông ta rất tinh tấn kiên trì trong thiền định. Đêm đầu tiên ông ta tu tập trần truồng trong một cái hang, nhưng hơi ấm và xuất thần tự động phát sinh bên trong ông ta. Trước khi hừng đông ông ta rơi vào giấc ngủ, nhưng thân vẫn giữ thẳng đứng, vững như một tảng đá.

Ông ta tiếp tục thiền định như thế bảy ngày liên tiếp, hơi ấm và cực lạc phát sinh một cách không gắng sức. Rồi ông ta thấy Năm vị Phật ở Năm Hướng. Bình luận về điều này Milarepa nói, "Kinh Nghiệm này giống như một người lấy tay đè lên mắt mình và thấy hai mặt trăng trước mặt. Những gì anh kinh nghiệm chỉ vì anh đã kiểm soát năm Khí (Prāṇas). Nó chẳng tốt cũng chẳng xấu."

Mặc dù Jetsun bảo rằng kinh nghiệm của ông ta không có [ý nghĩa hoặc] công đức gì, Gambopa vẫn đầy hăng hái, và trong tâm thái hân hoan đã tiếp tục thiền định ba tháng nữa. Rồi một buổi sáng vào lúc rạng đông, ông ta [bỗng nhiên] tràn ngập cảm giác rằng tất cả Ba Ngàn Đại Thiên Thế Giới trong Vũ trụ quay tròn như một bánh xe. Ông ta nôn mửa nhiều lần, và ngã xuống mặt đất ngất xỉu trong một thời gian. Ông ta trình kinh nghiệm này với Jetsun, người bình luận, "Đây là vì Tig Le [Bindu, Giọt Tinh Chất] trong Xa Luân Đại Cực Lạc [ở Trung Khu Đầu của ông] đang gia tăng. Ấy chẳng tốt cũng chẳng xấu. Cứ tiếp tục thiền định."

Lại một chiều nọ, Gambopa thấy Ngục Đốm Đen. (10) Vì thị kiến này, ngực trên (11) của ông ta bị nghẽn, và một dòng Tâm-Khí mạnh phát sinh [và khuấy động toàn thân]. Ông ta trình việc này với Jetsun, người nói, "Đây là vì sợi dây đai thiền định (12) của anh quá ngắn và nó buộc các Kênh quá chặt, vậy hãy nới lỏng nó ra. Kinh nghiệm này là do sự co thắt của các Khí đi lên. Nó không tốt cũng không xấu. Hãy tiếp tục thiền định."

Một hôm Gambopa thấy rõ ràng Trời Tham Dục (13) và tất cả các Trời khác của Sáu Cõi; ông ta thấy rằng các thiên trong các Cõi cao hơn làm mưa cam lồ xuống nuôi các thiên ở các Cõi thấp hơn khiến tất cả thỏa mãn – [nhưng riêng Gambopa không thể uống được mưa cam lồ, và chết dưới một lưỡi dao [?]. Hỏi Milarepa về thị kiến này, ông ta được bảo cho biết, "Mưa xuống cam lồ là vì Tig Le [Bindu: Giọt Tinh Chất] gia tăng trong các Kênh Phải và Trái [Roma và Jhunma] ở Trung Khu Cổ Họng. Anh không thể uống được là vì Kênh Giữa của anh chưa mở. Anh nên tập những bài thể dục mạnh." Nói vậy rồi, Jetsun dạy Gambopa một vài bài thể dục mạnh [gồm cả nhảy và té ngã].

Gambopa tu tập một tháng nữa, rồi một hôm thân ông ta bắt đầu rùng mình, run rẩy, và lay động không ngừng. Ông ta nghĩ, "Chuyện gì xảy ra đây? Ta bị quỉ ám chăng?" Ông ta báo cho Jetsun biết, người nói, "Đây là vì Tig Le gia tăng trong Xa Luân Pháp ở Trung Khu Trái Tim. Nó chẳng tốt cũng chẳng xấu. Bây

giờ anh nên tập trung vào các bài tập thể dục, và chớ ngừng lại."

Từ đó trở đi, Gambopa cần một ít thức ăn. Một hôm ông ta thấy cả mặt trời lẫn mặt trăng bị [rồng] Rahu có hai đuôi mỏng che phủ. Jetsun bình luận, "Đây là vì các Khí ở Kênh Phải [Roma, Idā] và Kênh Trái [Jhunma, Piṇgalā] bây giờ đang đi vào Kênh Giữa [Avadhūtī]; ấy chẳng tốt cũng chẳng xấu." Rồi Milarepa lặp lại ba lần: "Y là một con linh thứu hùng dũng, bây giờ là lúc, bây giờ là lúc."

Gambopa tu tập một cách cần mẫn nhất một tháng nữa, và rồi ông ta thấy một Man-đa-la Hevajra màu đỏ trước mặt mình. Ông ta nghĩ, "Lần vừa qua, Jetsun nói, 'Bây giờ là lúc, bây giờ là lúc.' Đó phải là đã thấy trước Man-đa-la này về vị Phật Thủ Hộ của ta." Ông ta hỏi Jetsun về thị kiến này, người đáp, "Đây là vì Tig Le màu Đỏ (14) ở Xa Luân Pháp của Trung Khu Trái Tim, từ phía dưới đi lên, bây giờ đã ổn định. Ấy chẳng tốt cũng chẳng xấu. Bây giờ anh nên thiền định theo cách thư giãn và tự phát."

Gambopa tiếp tục tu tập trong một thời gian lâu hơn, và rồi một hôm ông ta thấy một Man-đa-la Dem Chog Luyipa giống như một bộ xương người. (15) Jetsun giải thích, "Đây là vì Tig Le gia tăng trong Xa Luân Chuyển Hóa ở Trung Khu Rốn. Ấy chẳng tốt cũng chẳng xấu."

Gambopa lại cần mẫn tu tập mười bốn ngày, rồi một đêm ông ta cảm thấy thân mình trở nên bao la như bầu trời. Từ đỉnh đầu đến các đầu ngón chân, toàn thân, kể cả tứ chi, đầy chúng sinh, đa số họ uống sữa. Một số lấy và uống sữa từ các ngôi sao. Ông ta cũng nghe tiếng động ầm ầm như tiếng bão lớn, nhưng không biết nó từ đâu đến. Vào lúc bình minh, ông ta nới lỏng sợi dây đai thiền định của mình, và rồi tiếng động ngừng lại. Gambopa trình kinh nghiệm này với Jetsun, người giải thích, "Đây là vì các Nghiệp Khí đã đưa tất cả Tig Le vào hàng trăm ngàn Kênh trong khắp thân thể ông. Bây giờ các Khí của Nghiệp này đã chuyển thành các Khí Trí Tuệ." Do đó, Milarepa truyền cho ông ta lời Chỉ Dạy Nội nhiệt Dumo Siêu Tuyệt (16) và bảo ông ta tu tập.

Một hôm toàn thể thung lũng hiện ra trước Gambopa đầy khói, vì thế vào buổi chiều tất cả trở thành đen tối đối với ông ta. Giống như một người mù, ông ta đã bò và mò đường đến chỗ ở của Jetsun. Jetsun nói, "Đây chẳng có vấn đề gì hết. Cứ ngồi thư thả và thiền định." Rồi ông dạy Gambopa phương pháp dẹp bỏ các chướng ngại ở phần thân trên; kết quả, khói tan đi như [bóng tối lúc] bình minh.

Rồi một buổi chiều, toàn thân của Gambopa hiện ra như không có thịt hay máu, mà chỉ có xương nối liền với nhau bằng một số Kênh. Ông ta hỏi Jetsun về kinh nghiệm này, người đáp, "Đây là vì anh làm việc quá khó nhọc: Khí của anh đã trở nên quá thô, vì thế hãy tu tập dịu dàng." Do đó, Gambopa tu tập Yoga Phật Hộ Trì vào buổi chiều, và Yoga Đạo Sư, với nhiều lời khẩn nguyện, vào nửa đêm. Trước khi bình minh, ông ta tu tập Khí Sống, ông ta ngủ một giấc ngắn vào lúc bình minh.

[Sau một thời gian] hai mươi dấu hiệu tốt, không mang mối liên hệ nào với tất cả sự suy nghĩ theo thói quen trước kia, hiện ra trong các giấc mộng của ông ta. Khi tỉnh giấc ông ta nghĩ, "Những giấc mộng này là những dấu hiệu tốt hay xấu?" Ông ta trở nên nghi ngờ, và do dự. Rồi ông ta nghĩ, "Đạo Sư của ta quả thực chính là Phật toàn tri; tại sao ta không hỏi ông?" Nghĩ như vậy, ông ta lập tức chỗi dậy và đi ngay đến Milarepa, quên cả mặc y vào.

Lúc đó Jetsun đang ngủ trong một cái hang ở Chu Bar với cái gối làm bằng chiếc y cuộn lại. Gambopa đảnh lễ trước Jetsun và nói, "Thưa Jetsun, con có một sự việc quan trọng cần trình với thầy. Xin đừng ngủ! Xin hãy thức dậy!"

"Sáng nay ta thấy rằng một vài ý nghĩ phân tán đã phát sinh trong tâm con," Milarepa nói. "Bây giờ hãy nói ta nghe, cái gì quấy rầy con vậy?"

Gambopa đáp, "Ôi Đạo Sư quí của con! Đêm qua con có một vài giấc mộng. Con muốn biết chúng là những điềm tốt hay là xấu. Xin thầy giải thích giùm con." Rồi ông ta hát:

Ôi Jetsun Hành giả Yoga kỳ diệu,
Người Áo vải, tu tập những hành vi khổ hạnh!

Với tất cả chúng sinh, thầy, Mila danh tiếng,
Là vinh quang, tôn kính, và trang nghiêm.

Lần đầu tiên nghe tên ngài
Con tràn đầy niềm vui và phấn khởi.
Với nhiệt tâm vĩ đại và bất chấp
Khó khăn, con đã ra đi tìm thầy –
Như vị Bồ-tát Lúc Nào Cũng Khóc. (17)

Suốt cuộc hành trình gai góc của con
Con đã khóc với lòng mong ước:
"Khi nào thì con có thể gặp Jetsun Đạo Sư của con?"
Giống như vị Bồ-tát Lúc Nào Cũng Khóc.

Khi con đến được một chỗ cách đây
Một ngày rưỡi hành trình,
Con đã đến gần cái chết – nằm
Giữa đường như một cục đá vất đi.

Vì ý chí của con không nhượng bộ
Và niềm tin không khuất phục,
Con đã có thể hoàn tất cuộc hành trình
Để gặp thầy, Jetsun Cha của con,
Ở chỗ kỳ diệu này, Đồi Cát Tường.
[Kinh nghiệm này nhắc con nhớ]
Câu chuyện Gặp Gỡ Chupoa Thánh Thiện (18)
Nơi Lầu Hương ở phương Đông.

Khi con thấy thầy, tóc con dựng lên mừng rỡ.
Niềm vui của con không thể nào tả được,
Khi ước mong thấy thầy của con thành hiện thực.

Con chỉ có chút ít dâng lên thầy;
Con ghê tởm luân hồi,
Sợ hãi sự nhọc nhằn của sống và chết.
Con ghét tất cả sự vật thế gian.

Từ tận đáy lòng con
Âm vang này chỗi dậy:
"Hãy đi tu tập! Hãy đi thiền định!"

Nguyện Jetsun Đạo Sư của con, xin hãy luôn
nhớ đến con
Và hãy ôm con bằng bi tâm của thầy!
Xin hãy lắng nghe kẻ hầu hạ của thầy,
Sáng nay có điều trình báo.

Đêm hôm qua con đã niệm Chân Ngôn Yi-đam,
Nửa đêm con đã khẩn nguyện với thầy,
Jetsun Đạo Sư của con,
Rồi con tu tập Khí Sống.
Trước bình minh con rơi vào giấc ngủ
Và đã có những giấc mộng lạ lùng này,
Rõ ràng không phải do những ý nghĩ
theo thói quen mà có.

Con đã mộng thấy con đội một cái mũ vành lụa
Được làm đẹp bằng lông thú viền quanh
Trên đó là hình con chim ưng.

Con đã mộng thấy con mang một đôi ủng
màu lục nhạt
Kiểu đẹp, nạm đồng
Và cài cúc bạc.

Con đã mộng thấy con mặc một chiếc y lụa trắng,
Có chấm đỏ và trang điểm
Bằng ngọc và những sợi chỉ vàng.

Con đã mộng thấy một dây đai đeo ở eo
Làm bằng vải xứ Mon
Và thêu những bông hoa đẹp,
Những cái tua bằng lụa, và [nhiều] viên ngọc.

Con đã mộng thấy quấn quanh cổ con
Một chiếc khăn quàng bằng nỉ trắng, không cắt kiểu
Với những đóa hoa lài bằng bạc.

Con đã mộng thấy con cầm một cây gậy
Chiên đàn [Tsandar],
Trang điểm bằng bảy viên đá quí
Và thiết kế theo hình mắt lưới bằng vàng.

Con đã mộng thấy trên bàn tay trái của con là
Một cái sọ chứa đầy cam lồ vàng.
Lúc ấy con nói: "Để tôi dùng
Cái này là chén để uống của tôi."

Con đã mộng thấy một túi xách có nhiều màu sắc
Chứa đầy hai lố gạo.
Lúc ấy con nói: "Để tôi dùng
Cái này để làm Pháp thực của tôi."
Rồi con đeo nó lên vai.

Con đã mộng thấy tấm da của một con dã thú,
Còn dính đầu và móng vuốt.
Lúc ấy con nói: "Để tôi dùng nó
Làm bồ đoàn để ngồi."
Rồi con mang nó lên vai.

Nhìn bên phải con thấy
Một đồng cỏ mầu mỡ, hoa vàng,
Ở đó có nhiều cừu và súc vật gặm cỏ.
Con nhìn chúng gần gũi như một kẻ chăn cừu.

Nhìn bên trái con thấy
Một đồng cỏ xanh như bích ngọc đầy
Những hoa nhiều loại,
Ở đó nhiều phụ nữ cúi chào con.
Ở giữa đồng cỏ trên một mô đất cao

Có những đóa hoa vàng, một Bồ-tát ngồi
Xếp chân trên một Tòa Sen,
Vàng và nhiều màu sắc.
Con đã mộng thấy phía trước vị Bồ-tát ấy
Một con suối vui đùa, và sau lưng ngài
Một vòng hào quang sáng chói.
Chung quanh ngài lửa cháy chói chang,
Trong khi từ trái tim ngài mặt trời và mặt trăng chiếu sáng.

Đây là những điều kỳ lạ mà con mộng thấy.
Con không biết đó là những điềm lành hay dữ.
Ôi đại Hành giả Yoga, người thấy quá khứ, hiện tại,
Và vị lai, xin người giải thích rõ ràng giúp con.

Jetsun đáp, "Tăng-Y-sĩ thân mến, con ta, chớ cảm thấy bất an, hãy thư thả và để tâm con yên nghỉ. Chớ để những ý nghĩ phân tán dẫn dắt con sai lạc vào cái bẫy ngã chấp. Hãy để cho những cái nút nghi ngờ tự chúng mở ra, hãy cắt đứt sự chấp trước nhị nguyên ngay tại độ dài vi tế nhất, và hãy xuyên thủng "cái khung" dịu dàng và vi tế nhất của suy nghĩ do tập khí. Đừng tự khuấy động mình và suy nghĩ quá nhiều, nhưng hãy để tâm con thư thái ở trong trạng thái tự nhiên, chớ tạo ra bất cứ nỗ lực nào. Ta là một hành giả yoga đã làm chủ trọn vẹn thân hư huyễn này. Với hiểu biết đầy đủ và chứng ngộ trực tiếp về chính yếu tánh của tất cả những giấc mộng như vậy, dĩ nhiên ta có thể giải thích cũng như biến đổi chúng. Hôm nay ta, người cha già của con, sẽ giải thích ý nghĩa của chúng cho con. Bây giờ con hãy hết sức chú ý và lắng nghe kỹ bài hát của ta:

Đây, Y sĩ thân mến,
Là câu trả lời của ta.
Hãy lắng nghe cẩn thận những gì ta nói!

Con ơi, con đã học giáo lý
Dem Chog theo truyền thống Zung Ghar;
Cũng đã học giáo lý Ghadamba, ở Thượng Weu.

Con đã nắm vững và ổn định
Định (Samadhi) tốt. Ta luôn luôn nghĩ
Rằng con tuyệt diệu và phi thường.

Nhưng bây giờ, trong đại nhiệt tình,
Con đã bị kẹt trong các giấc mộng của con.
Đây là do thiếu hiểu biết,
Hay chỉ là một sự giả vờ? Con đã không
Đọc Kinh và nhiều Mật Điển đấy ư?
Mộng thì không thực và lừa dối, như đã được
Chính đức Phật dạy, trong Chân Lý Tối Hậu Ba-la-mật-đa.
Góp nhặt, cung cấp, và nghiên cứu chúng
Sẽ đem lại lợi ích chẳng bao nhiêu.
Nên Phật dùng mộng làm một trong Tám Ngụ ngôn
Để chứng minh bản tánh hư huyễn của tất cả chúng sinh.
Chắc con nhớ những giáo lịnh đó chứ?
Song các giấc mộng của con tuyệt diệu –
Những điềm kỳ diệu báo trước những điều sẽ đến.
Ta, Hành giả Yoga, đã làm chủ được mộng thuật,
Và sẽ giải thích tính huyễn ảo của chúng cho con.

Cái mũ trắng trên đầu con ám chỉ
Rằng cái Thấy của con sẽ vượt qua "thấp" và "cao."
Cái viền đẹp trên vành mũ là dấu hiệu
Rằng con sẽ thuyết minh Pháp Yếu
Vi tế nhưng thâm sâu.
Những màu sắc dễ thương của tấm da thú ám chỉ
Rằng con sẽ giảng giải nhiều giáo lý
Của những Tông phái khác nhau mà không lẫn lộn.
Con ó bay trên đỉnh có nghĩa là
Con sẽ đạt Đại Thủ Ấn, cái Thấy tối hậu –
Và sẽ thấy Tự Tánh của Bất Sinh.

Đôi giày ống Mông cổ con mộng thấy con mang
Minh họa con leo từ Hạ Thừa lên Thượng Thừa.
Những chỗ nạm nổi màu xanh, trang trí

Có nghĩa là con sẽ đạt Bốn Thân của Phật.
"Đôi" chứng tỏ sự gia tăng của Hai Lương Thực.
Sợi dây buộc bằng bạc trên đôi giày ống
Là sự vắng mặt của những tu tập sai;
Nó cũng báo trước rằng
Con sẽ giống như một người con của Phật –
Khiêm cung và nhẫn nhục,
Tấm gương của tất cả những Phật hạnh.

Chiếc y lụa con đã mộng mặc
Chỉ ra rằng con sẽ không bị tật xấu nào ô nhiễm.
Những sợi chỉ bằng vàng
Tượng trưng cho tâm xứng đáng và vững vàng.
Những đốm đỏ báo trước
Bi tâm và vì người.

Sợi đai có trang điểm con mộng mang
Có nghĩa là con sẽ "buộc chặt" Ba Cõi. (19)
Ngọc, hoa trắng, và những đồ trang điểm bằng lụa
Chứng tỏ đồ trang sức của con là do Tam Học (20)
Và sự hướng dẫn những đệ tử đức hạnh.

Gậy Chiên-đàn con đã mộng cầm
Chứng tỏ con có một Đạo Sư hoàn hảo;
Bảy viên ngọc trên gậy
Tượng trưng cho công đức vĩ đại của Đạo Sư.
Sự tinh luyện của tác phẩm mắt lưới bằng vàng
Báo trước con sẽ nuôi dưỡng các đệ tử của con
Bằng những Chỉ Dạy Thiết Yếu của Dòng Truyền Rỉ Tai.
Cầm gậy nơi tay phải
Và bước dài tới với niềm vui thích
Chứng tỏ rằng con sẽ ở trong Tịnh Địa.

Chiếc xương sọ Kim cương (Vajra) mỹ lệ con đã mộng cầm
Cho thấy rằng con sẽ minh họa chân lý Tánh Không.
Cam lồ, đổ đầy chiếc sọ,

Có nghĩa là sự vui hưởng đại cực lạc của con.
Ánh sáng cam lồ vàng rực rỡ
Ám chỉ rằng con sẽ làm sáng các hình tướng.
Ý nghĩ về chiếc sọ người là cái chén để uống của con
Có nghĩa là sự hòa lẫn của ba niềm hân hoan trước.
Cầm sọ người nơi tay trái chứng tỏ rằng
Kinh nghiệm bên trong sẽ không bao giờ rời bỏ con.

Cái túi nhiều màu con đã mộng thấy
Chứng tỏ rằng con sẽ mang tất cả hình tướng
vào đường Đạo.
Hai lố [gạo] mang trên vai con
Báo trước sự phát triển của con theo Đường Đại Thừa
Qua tu tập Trí Tuệ và Thiện Xảo.
Gạo trong đó – ý nghĩ
Dùng nó để sinh tồn –
Có nghĩa là con sẽ vui hưởng sức khỏe tốt,
Sống lâu, và thức ăn của Định (Samadhi).

Con mộng thấy tấm da thú trên vai trái của con
Chứng tỏ sự chú tâm, miễn nhiễm tạp niệm.
Đầu và bốn móng vuốt tượng trưng cho
Tâm Bồ-đề của con vĩnh viễn tăng trưởng
Và với Bốn Thiện Ý (21)
Con sẽ làm người ta vơi đi đau đớn.
Ý nghĩ dùng da làm bồ đoàn
Có nghĩa là con sẽ chứng ngộ tính liên đới
Của Tánh Không – Bi Tâm trong tâm con.

Giấc mộng của con về những đóa hoa vàng ở bên phải
Cho thấy công đức của con tăng trưởng cả bên trong
lẫn bên ngoài.
Con cừu và những súc vật gặm cỏ trên cánh đồng
Tượng trưng cho sự qui y trong Pháp
Sẽ hoàn thành ước muốn của tất cả chúng sinh.
Ý nghĩ chăn nuôi chúng ám chỉ

Rằng con sẽ luôn luôn thương xót
Giúp những người đau khổ, không ai giúp đỡ.

Giấc mộng của con về cánh đồng cỏ xanh như ngọc
ở bên trái
Ám chỉ rằng con sẽ biết Cực Lạc-Trí Tuệ
Qua tu tập không ngừng Định Vô dục (22)
Hoa đang nở nhiều loại cho thấy làm thế nào
Nhiều kinh nghiệm khác nhau về những cảnh giới khác nhau
Sẽ phát triển từng bước bên trong con.
Nhiều nữ nhân đảnh lễ trước con
Báo điềm rằng con sẽ làm chủ tất cả các thiên nữ Đa-ki-ni
Cư ngụ trong tất cả các Kênh [Nādīs]
và những Giọt Tinh Chất [Tig Les].

Ụ đất có hoa vàng ở giữa
Ám chỉ rằng với Chứng Ngộ, Định,
Và trì giữ giới luật không tì vết,
Con sẽ thu hút quanh con nhiều tăng nhân
Giống như những đám mây tụ hội trên bầu trời.

Những chiếc lá vàng sang trọng
Trên tòa sen ám chỉ
Tâm con sẽ không bao giờ bị luân hồi làm hoen ố,
Giống như đóa hoa sen giữ đầu nó bên trên bùn.
Vị Bồ-tát trong Tư thế Hoa sen
Có nghĩa là con, Bồ-tát trẻ,
Sẽ không ở nơi Niết Bàn,
Nhưng với tâm đại bi
Sẽ biến thân con ra nhiều hình tướng để trợ giúp
Những chúng sinh như mẹ trong luân hồi.

Con suối vui chơi phía trước con cho thấy
Rằng dòng suối Pháp của con sẽ mãi mãi tưới phun.
Vầng hào quang sáng chói phía sau con
Có nghĩa là đức hạnh của con sẽ thanh tịnh Tây Tạng.

Lửa bừng cháy từ thân con tượng trưng cho
Trí Tuệ ấm và đầy cực lạc của Nhiệt Dumo
Sẽ làm tan băng giá của những ý nghĩ lang thang.
Mặt trời và mặt trăng từ tâm con chiếu ra
Điềm báo trước con sẽ vĩnh viễn ở trong
Cõi Đại Quang không bao giờ đến cũng không bao giờ đi.

Con thân mến của ta, mộng của con
Rất tốt, không tệ đâu.

Tiên tri bằng phán đoán đúng các dấu hiệu
Là một điều tốt được Pháp cho phép;
Nhưng bị ràng buộc
Và yêu thích đoán điềm giải mộng thì có hại,
Do đó gặp phải bệnh tật và chướng ngại.
Biết rằng "mộng mị"chỉ là ảo ảnh
Con có thể đưa chúng đến đường Đạo.

Làm sao con có thể giải thích mộng
Mà không biết thấu đáo?
Một vài mộng xấu có vẻ như tốt –
[Nhưng chỉ người chuyên môn] thấy chúng là điềm xấu;
Duy chỉ bậc thầy trong nghệ thuật
Là có thể nhận ra mộng lành
Khi chúng mang tướng báo điềm
Tu sĩ tốt, đừng tự buộc mình vào
Những dấu hiệu tốt hoặc xấu!
Tăng thân mến, hãy ghi nhớ những lời này trong tâm!

Milarepa tiếp tục, "Tu-Y-sĩ, con thân mến của ta, tất cả những giấc mộng của con báo trước rằng Pháp sẽ nở hoa đầy đủ bên trong con. Ta, người cha già của con, với tri kiến và lòng tin vô cùng, đã giải thích chi tiết cho con những ý nghĩa tượng trưng các giấc mộng của con. Đừng quên những tiên đoán của ta, và hãy xem chúng có xuất hiện hay không. Khi thời gian đến, chúng sẽ được chứng thực, một niềm tin tối thượng hướng

về ta, không giống như niềm tin con có bây giờ, sẽ phát sinh trong con. Rồi con sẽ nhận ra rằng Tự Tánh của Tâm không dùng công sức theo cách phi thường. Lúc ấy và tại đấy con sẽ đạt giải thoát khỏi sinh và tử.

Lại nữa, con ơi, nếu con muốn làm một hành giả yoga sùng mộ, đừng bao giờ nên bám vào những giấc mộng, bởi vì làm như thế, cuối cùng con sẽ tự phô mình cho ảnh hưởng của ác quỉ. Nếu một người không vâng theo những chỉ dạy của Đạo Sư, bất kể lời khuyên tốt của những người khác, và bám vào tự phụ, về lâu về dài y sẽ thành kẻ mất trí. Con ơi, con không nên nhìn vào lỗi của bạn bè, cũng không nên sinh ý ác và tự mình vùng vẫy trong nhiều hoạt động. Thất bại luôn luôn là kết quả của sự ngu dốt của mình về tâm người khác. Hơn nữa, con nên biết rằng đời này chỉ là một phần của *Cảnh Giới Trung Gian của Sinh Tử*; những kinh nghiệm về nó thì không thực và hư huyễn, một hình thức của mộng được tăng thêm sức mạnh. Hoạt động tâm trí ban ngày [tạo ra một hình thức tiềm tàng của] những niệm tưởng do tập khí mà ban đêm chúng lại tự biến thành những ảo ảnh hư huyễn khác nhau được [tiềm] thức nhận biết. Đây gọi là *Cảnh Giới Trung Gian của Mộng* lừa dối và giống như ảo thuật.

"Khi những niệm tưởng do tập khí đã đâm rễ sâu, đưa đẩy người ta vào những hoạt động tốt và xấu, như vậy sinh ra *Cảnh Giới Trung Gian của Sinh Tử* và thúc đẩy người ta kinh nghiệm khoái lạc và đau khổ. Để thanh tịnh [vòng luân hồi ác hại] này, người ta nên tu tập Yoga Mộng và Yoga Thân Huyễn. Ai có thể làm chủ được các Yoga này, thì có thể giác ngộ được Báo Thân trong Cảnh Giới Trung Gian. Vì thế, con nên tinh tấn tu tập các Yoga ấy cho đến khi con đạt đến mức hoàn thiện.

Lúc ấy Gambopa xin Jetsun ban cho một lời dạy dễ và thực tiễn về các Cảnh Giới Trung Gian khác nhau này. Đáp lại, Milarepa hát:

Con cúi đầu đảnh lễ tất cả chư Jetsun Đạo Sư!
Con đặc biệt qui y nơi Người
Đã ban cho con nhiều ơn huệ.

Để trả lời yêu cầu của con, con của ta,
Vì con, ta hát bài hát này về Cảnh Giới Trung Gian.
Chúng sinh trong luân hồi
Chư Phật nơi Niết Bàn
Bình đẳng trong bản tánh, và đồng nhất trong tự tánh.
Con ơi, đây là Cảnh Giới Trung Gian của Thấy!

Các [Khí] Đỏ và Trắng hóa hiện tất cả (23)
Và Tự Tánh của Tâm không miêu tả được
Chỉ là cảnh giới vô phân biệt chân thực.
Con ơi, đây là Cảnh Giới Trung Gian của Tu!

Vạn hình tướng hư huyễn
Và Tự Tâm bất sinh
Là một, không hai, trong Bẩm Sinh.
Con ơi, đây là Cảnh Giới Trung Gian của Hành!

Những giấc mộng đêm qua do niệm tưởng tập khí,
Và kiến thức sáng nay về chúng không tự thể,
Trong ánh sáng Ảo hóa (Maya) chỉ là một.
Con ơi, đây là Cảnh Giới Trung Gian của Mộng!

Năm Uẩn bất tịnh và
Chư Phật thanh tịnh trong Năm Hướng
Chỉ là một trong Yoga Hoàn Thiện –
Cảnh giới vô phân biệt.
Con ơi, đây là Cảnh Giới Trung Gian của Yoga Phát Sinh
Và Yoga Hoàn Thiện, Cảnh Giới Trung Gian của đường Đạo!

Các Mật Điển Cha đến từ Thiện Xảo
Và các Mật Điển Mẹ đến từ Trí Tuệ
Là một, trong lễ Khai Thị Thứ Ba về Bẩm Sinh.
Con ơi, đây là Cảnh Giới Trung Gian của Tinh Yếu!

Tự lợi ích phản ảnh trong Pháp Thân bất biến

Những hành vi vị tha do Sắc thân (24) luôn luôn
hóa hiện làm,
Nhưng, trong cảnh giới nguyên sơ, chúng chỉ là một.
Con ơi, đây là Cảnh Giới Trung Gian của Ba Thân!

Thân huyễn bất tịnh của cửa tử cung
Và tướng thanh tịnh của Thân Phật
Là một, trong đại quang của Cảnh Giới Trung Gian,
Con ơi, đây là Cảnh Giới Trung Gian của Thành Tựu!

Rồi Jetsun nói với Gambopa, Rechungpa, và Shiwa Aui, "Hãy nhớ những giấc mộng đêm nay của các con và tường thuật cho ta vào sáng mai. Lúc ấy ta sẽ giải thích cho các con."

Sáng hôm sau Shiwa Aui đến [gặp Jetsun] trước và nói, "Jetsun! Đêm hôm qua con đã có một giấc mộng rất tốt. Con đã mộng thấy một mặt trời ấm áp chiếu sáng ở phương Đông, và rồi đi vào tim con." Rechungpa tiếp theo sau và nói, "Con đã mộng thấy con đến ba thung lũng lớn và hét to lên." Rồi Gambopa đi vào với nước mắt hối hận, nói, "Con đã có một giấc mộng rất xấu." Milarepa đáp, "Chúng ta không biết nó tốt hay xấu; đừng kết luận một cách quá vội vã. Bây giờ hãy kể ra cho chúng ta nghe ."

"Con đã mộng thấy rằng con đã sát hại nhiều người thuộc các chủng tộc khác nhau, và chặn hơi thở của họ lại. Ôi, con phải là một người đầy tội lỗi với những ác Nghiệp!" Milarepa từ ái nói, "Con thân mến của ta, đừng khóc cay đắng như vậy – hãy đưa bàn tay con cho ta." Khi nói như vậy, ông nắm lấy bàn tay của Gambopa và tiếp tục, "Con à! Con sẽ hoàn thành những gì con ước muốn. Nhiều chúng sinh sẽ đặt hy vọng của họ nơi con để giải thoát họ khỏi luân hồi, và ước muốn của họ sẽ được thực hiện. Con ta đã sinh! Bây giờ người cha già đã chia xẻ phần phụng sự Pháp!" [Rồi quay sang những người kia,] ông nói, "Ô, Shiwa Aui, mộng của con chỉ là một giấc mộng bình thường. Bởi vì thệ nguyện của con [phụng sự Pháp] không đủ to lớn, con không thể làm lợi ích nhiều chúng sinh. Tuy nhiên, con sẽ có thể đi đến Tịnh Địa của Phật. Rechungpa, bởi vì con đã vi

phạm giáo lệnh của ta ba lần vì ảnh hưởng xấu, con sẽ tái sinh ba lần nữa, trong ba thung lũng khác nhau, làm học giả Phật Giáo có danh tiếng vang xa."

Rồi Jetsun Gambopa, Y sĩ xứ Nyal, thiền định vô cùng tinh tấn một tháng nữa. Ban đầu ông ta thấy Bảy Vị Dược Phật. (25) Cả ngày ông ta chỉ cần không hơn một hơi thở. Sau một hơi thở ra, Khí (Prāṇa) tự động tiêu tan. Một buổi chiều ông ta giữ hơi thở lại và thấy Tịnh Địa của Báo Thân Phật, với cái Thấy vô cùng về những điều Kỳ lạ. Bị phân tán và kinh ngạc vì những cảnh tượng lạ lùng này, ông ta [phải] buông hơi thở của mình ra – [và chợt] thấy trời đã tối. Ông ta nghĩ nói cho Đạo Sư của mình biết, nhưng sợ quấy rầy sự thiền định của Jetsun Milarepa, nên ông ta không đi gặp Jetsun vào tối hôm đó. Vào thời thiền định lúc bình minh, ông ta lại giữ hơi thở của mình, và thấy Phật Thích Ca Mâu Ni xuất hiện làm Chủ Trì giữa một ngàn đức Phật.

Vào lúc rạng đông, Gambopa đến và đảnh lễ Jetsun. Jetsun nói, " Con không cần phải nói với ta về những thị kiến của con. Ta đã biết rồi. Bây giờ con đã thấy cả hai Hóa Thân và Báo Thân của Phật Hộ Trì của con. Nhưng con vẫn chưa thấy Pháp Thân. Con à, mặc dù con thích ở với ta, bởi vì thệ nguyện của con trong [các đời] quá khứ, bây giờ con phải đi đến Trung tâm Tây Tạng. Vậy con hãy đi đi, và hãy thiền định ở đó. Những nguy hiểm mà con đã gặp cho đến bây giờ thì ta cũng đã gặp rồi. Từ đây về sau, con sẽ gặp một nguy hiểm nữa, nguy hiểm của năng lực thần thông. [Nghĩa là], khi con đạt được các năng lực thần thông này, thì con Quỉ Thiên Tử sẽ tìm đến con; và đó là thời gian con nên hết sức cảnh giác, [và cẩn thận] trong sự giữ gìn những năng lực này bí mật nhất. Nói chung, Giáo pháp Mật Ngữ (26) [Mật Giáo] là lời dạy bí mật. Thành Tựu cũng sinh ra qua bí mật. Một người tài năng phi thường với khả năng phát triển cao độ sẽ không bị những ảnh hưởng xấu tác động. Con là một người thuộc loại này; do đó không quỉ nào có thể ảnh hưởng con mãi được. Vì lợi ích tất cả chúng sinh, con nên tụ tập môn đồ và dạy chúng.

"Con có thể bắt đầu dạy và truyền bá Pháp khi con thấy và ổn định sự chứng ngộ về Tự Tánh của Tâm. Đến lúc con sẽ thấy nó một cách rõ ràng hơn, nó sẽ là một kinh nghiệm hoàn toàn khác hẳn với những kinh nghiệm hiện giờ con đang có. Lúc ấy con sẽ thấy ta chính là vị Phật hoàn hảo. Niềm tin quyết sâu xa và không lay chuyển này sẽ phát sinh trong con. Lúc ấy con có thể bắt đầu dạy. Người nào có thể đem Khí của mình đến đầu các ngón tay thì có thể vượt qua tất cả mọi chướng ngại của Khí. Hãy thử xem bây giờ con có thể làm được như vậy hay không."

Lúc ấy Gambopa đặt một đống tro lên một phiến đá. Vận Khí vào các ngón tay, ông ta chỉ vào đống tro. Đến nửa đêm, (27) tro bắt đầu tan biến.

Sáng hôm sau Gambopa trình với Jetsun sự việc xảy ra, người nói, "Con chưa làm chủ được Khí, mà chỉ kiểm soát chúng được phần nào. Tuy nhiên, con sẽ sớm đạt được cả những Năng Lực Thần Thông Thông thường và Đặc biệt, và thi triển biến hóa. Vì bây giờ con không cần ở với ta lâu hơn nữa, hãy đi đến Núi Gambo Dar, ở phía Đông. Ở đó con sẽ thấy một ngọn đồi có hình giống như một ông vua ngự trên ngai, đỉnh của nó trông giống như một cái mũ sắt trang điểm giống như cái mũ ta đang đội bây giờ; rừng cây của nó giống như một Man-đa-la bằng vàng. Phía trước ngọn đồi này là bảy ngọn đồi khác có hình giống như những đống ngọc; chúng có vẻ giống như bảy quan thượng thư quì lạy trước nhà vua. Con sẽ tìm thấy các đệ tử của con trên cổ ngọn đồi này. Bây giờ hãy đến đó làm lợi ích chúng." Đến đây Milarepa hát:

Ôi Tăng Đáng Kính, con ta!
Con sẽ đi đến Trung tâm Tây Tạng không?
Nếu đi, con có thể nghĩ đến những bữa ăn ngon.
Bất cứ khi nào ham muốn như thế nổi lên,
Hãy ăn thức ăn Thiền Định thần diệu
Và nhận ra rằng thức ăn chỉ là mê hoặc.
Vì thế, hãy mang tất cả kinh nghiệm
Đến Cõi Pháp Thân!

Đôi khi con có thể nghĩ đến quê hương.
Bất cứ khi nào sự mong muốn như thế nổi lên,
Hãy nhận thức rằng quê hương chân thật của con
Là ở trong Pháp Tánh,
Và hãy biết rằng tất cả xứ sở đều là mê hoặc.
Vì thế, hãy mang tất cả kinh nghiệm
Đến Cõi Pháp Thân!

Đôi khi con có thể nghĩ đến châu báu và tiền.
Bất cứ khi nào mong muốn như thế nổi lên,
Hãy xem Bảy Báu của cõi Trời
Và nhận ra rằng châu báu và giàu sang chỉ là ảo ảnh.
Vì thế, hãy mang tất cả kinh nghiệm
Đến Cõi Pháp Thân!

Đôi khi con có thể nghĩ đến bạn đồng hành.
Bất cứ khi nào mong muốn như vậy nổi lên
Hãy nghĩ đến Trí Tự sinh là người phối ngẫu.
Hãy tự nhắc mình rằng tất cả bạn bè
Đều là tạm thời và giả dối.
Vì thế, hãy mang tất cả kinh nghiệm
Đến Cõi Pháp Thân!

Đôi khi con sẽ nghĩ đến Đạo Sư của con.
Bất cứ khi nào mong muốn như thế nổi lên,
Hãy quán tưởng Ông ta đang ở trên đầu con
Và để được sự gia trì của Đạo Sư, hãy khẩn nguyện.
Hãy quán tưởng Ông ta đang ngồi
Giữa trái tim con,
Và đừng bao giờ quên Đạo Sư.
Nhưng con nên biết rằng ngay cả Đạo Sư của con
Cũng là mê hoặc và như mộng.
Rằng tất cả sự vật đều là không thực và như ảo thuật.

Núi Gambo Dar ở phương Đông
Giống như vua ngự trên ngai,

Ngọn đồi phía sau giống như chiếc khăn quàng phất phới,
Ngọn đồi phía trước là một đống ngọc,
Đỉnh của nó là chiếc mũ sắt nạm ngọc.
Vây quanh nó là bảy ngọn đồi nhỏ
Cúi đầu giống như các quan thượng thư lễ bái
trước nhà vua,
Trong khi rừng cây thì giống như một Man-đa-la vàng.

Trên cổ ngọn núi này
Con sẽ tìm thấy các đệ tử của con.
Hãy đến đó – con sẽ giúp chúng sinh!
Hãy đến đó – con sẽ thành tựu những việc làm
vì người khác!

Milarepa tiếp tục, "Bây giờ ta cho con cái tên là Tỳ-kheo Kim-cương Thủ Vinh Quang Thế Giới." Sau đó ông khai thị cho Gambopa, và ban cho tất cả những Chỉ Dạy và sự gia trì. Rồi Jetsun trao cho Gambopa một Ahrura (28) vàng và dùng lưỡi cùng nước miếng của ông gia trì cho nó. Một túi bùi nhùi [để nhóm lửa] cũng được trao cho như món quà giã biệt. Rồi Milarepa nói, "Bây giờ con có thể đi đến chỗ của con và thiền định ở đó."

Khi Gambopa khởi hành đi đến miền Trung Tây Tạng, Milarepa đi theo tiễn ông ta xa đến tận Shamboche. Khi họ đến một chiếc cầu đá, Jetsun nói, "Tăng Đáng Kính xứ Weu, để là điềm lành, chúng ta không [cùng nhau] qua sông. Bây giờ hãy để đồ của con xuống, chúng ta hãy, như cha và con, nói chuyện một lúc. Ôi Tăng xứ Weu, hãy từ bỏ kiêu hãnh và vị kỷ, hãy cắt đứt những sợi dây ái và ràng buộc, và hãy bỏ tất cả những ham muốn thế gian của đời này như một Phật tử tốt nên làm. Hãy hòa lẫn tất cả các giáo lý thành một pháp tu. Hãy luôn luôn khẩn nguyện với ta; đừng bao giờ kết giao với kẻ xấu, những kẻ tham lam quá độ, oán hận, và vô minh, là tốt lắm, e rằng con sẽ bị tiêm nhiễm cái bóng tội lỗi của họ. Có những người chỉ thấy những lỗi lầm của người khác và coi tất cả là kẻ thù của họ. Họ gièm pha người khác, chỉ trích Pháp, và đem ảnh hưởng xấu

cho tất cả, vì trong cùng tận trái tim của họ lửa thù hận luôn luôn bùng cháy. Thí dụ, con rắn không bao giờ có cánh, chân hay tay – về mặt lý luận nó sẽ là một sinh vật yếu ớt, hiền hòa; nhưng vừa nhìn thấy nó người ta cảm thấy gớm ghét. Điều này phản ảnh sự oán ghét to lớn hiện hữu bên trong con rắn. Kẻ nào ấp ủ oán ghét bên trong, sẽ xem tất cả mọi người là kẻ thù. Lại nữa, một số người rất hạ tiện – họ chộp lấy và cất giữ mọi thứ, ngay cả một que củi hay một giỏ đá. Họ nói, 'Khi già, chúng ta sẽ cần phương tiện để sống; khi chết, chúng ta sẽ cần thực phẩm để hiến tế trong nghĩa trang.' Họ nói rằng người ta không thể tu tập Pháp mà không có tiền, rằng ngay cả một Bồ-tát cũng cần tiền để tích lũy Lương thực Tinh thần của mình. Rồi họ đắm mình trong cho vay cắt cổ và tất cả mọi hình thức kiếm lời. Máu họ luôn luôn sôi sục tham lam. Lại nữa, một số người sẽ nói, 'Bây giờ không phải là lúc cho chúng ta tu tập các giáo lý siêu việt. Ai không tu dưỡng bi tâm, sẽ rơi vào con đường Tiểu Thừa. Người ta không bao giờ nên dính mắc vào một giáo lý duy nhất, hoặc là y sẽ bị cuồng tín và tâm địa hẹp hòi chiếm hữu.' Những người này bị màn vô minh vĩ đại che mờ – con không bao giờ nên kết giao với họ hay chú ý đến chuyện tầm phào của họ. Nếu con nói chuyện với họ, họ sẽ hỏi thầy của con là ai và con tu tập loại Pháp môn gì. Nhưng câu trả lời của con cuối cùng sẽ làm họ tức giận. Bởi vì tâm địa họ hẹp hòi, lời khuyên tốt sẽ không bao giờ làm họ tốt chút nào, mà chỉ khiến cho họ chửi mắng. Kết quả, họ sẽ mất nơi ẩn náu và bị kết tội. Nói cách khác, lời khuyên tốt của một người sẽ làm cho người khác phạm tội. Đây là lý do tại sao con không nên kết giao với những người bị Ba Dục Vọng Độc Hại luôn luôn gia tăng chế ngự. [Thánh Điển nói:]

'Ở bảy ngày trong chùa Tiểu Thừa
[Đem hại, không đem lợi, cho hành giả Mật Giáo.]
Giống như con chim sẻ nhỏ, cẩn thận, hãy canh chừng
Cách hành xử của con với mối quan tâm lớn nhất!'

Con ơi, chớ lấy làm kiêu hãnh trong sự tiết dục và giới luật. Hãy hòa hợp với tất cả; hãy nhẫn nhục, kiên trì, đức hạnh, và cao quí; hãy hạn chế những tạp niệm. Luôn luôn nói ít và tự hạn chế mình khỏi những phân tán. Luôn luôn ở nơi am vắng và dùng tất cả thời gian cho Tam Học của con. Con có thể đã giác ngộ rằng Tự Tâm của con chính là Phật, nhưng không bao giờ nên bỏ Đạo Sư của con. Con có thể đã biết rằng tất cả những hành vi vốn thanh tịnh, nhưng không bao giờ nên bỏ ngay cả một đức hạnh nào dù nhỏ nhất. Con có thể đã giác ngộ rằng tất cả nguyên nhân và Nghiệp là *không*, nhưng con nên giữ mình không vi phạm ngay cả điều nhỏ nhất. Con có thể đã giác ngộ rằng ta và người là một trong Đại Bình Đẳng, nhưng con không nên bài bác Pháp và bỏ rơi chúng sinh. Con ơi, vào năm Con Thỏ, tháng Con Ngựa, vào ngày mười bốn tháng đó, con nên đến gặp ta. Bây giờ hãy lắng nghe bài hát của ta:

Con ơi, khi Cảnh Giới Ở Bên Kia Những
Trò Chơi Chữ xuất hiện trong tâm,
Đừng để mình đắm chìm trong thuyết thoại
Kẻo con trở thành kiêu hãnh và lắm lời,
Bị những thỉnh cầu thế gian lôi kéo.
Quan trọng là khiêm cung và tiết độ.
Con hiểu không, Tăng Đáng Kính xứ Weu?

Khi Tự Giải Thoát xuất hiện bên trong,
Chớ dấn mình vào luận lý và suy diễn
Kẻo những hoạt động vô nghĩa can thiệp vào.
Con ơi, hãy thong dong yên nghỉ không suy nghĩ lang thang.
Con hiểu không, Tăng Đáng Kính xứ Weu?

Khi con thấy Tánh Không của Tâm,
Chớ phân tích nó là một hay nhiều
Kẻo con rơi vào hư vô đoạn diệt!
Con ơi, hãy thong dong yên nghỉ trong tinh cầu
bên kia lời nói.
Con hiểu không, Tăng Đáng Kính xứ Weu?

Khi con tu tập Đại Thủ Ấn,
Chớ tu tập những hành vi đạo đức bằng thân hay miệng
Kẻo Trí Vô Phân Biệt của con biến mất.
Con ơi, hãy thong dong yên nghỉ trong cảnh giới vô vi.
Con hiểu không, Tăng Đáng Kính xứ Weu?

Khi mật khải và tiên tri tiết lộ,
Chớ tự kiêu hay quá vui
Kẻo con bị những báo điềm quỉ ma lừa gạt.
Con ơi, hãy thong dong yên nghỉ trong cảnh giới
không chấp trước.
Con hiểu không, Tăng Đáng Kính xứ Weu?

Khi con quán tâm con thấu suốt,
Chớ khuấy động đam mê nồng nàn hay dính mắc
Kẻo quỉ dục vọng sẽ chiếm lấy con.
Con ơi, hãy thong dong yên nghỉ không hy vọng.
Con hiểu không, Tăng Đáng Kính xứ Weu?

Rồi Milarepa đặt các bàn chân ông lên đầu Gambopa và nói, "Tăng Đáng Kính xứ Weu! Ta vừa truyền cho con tất cả Bốn Khai Thị. Bây giờ con hãy sung sướng và hân hoan." Như thế [trong một hành động duy nhất] Jetsun đã ban cho Gambopa, [thứ nhất,] sự Khai Thị về Diệu Thân, gia trì cho thân ông ta thành Man-đa-la của Phật; [thứ nhì,] sự Khai Thị về Diệu Ngữ, gia trì cho lời nói của ông ta thành Chân Ngôn (Mantra); [thứ ba,] sự Khai Thị về Diệu Pháp, làm tâm ông ta giác ngộ thành Pháp Thân. Chính hành động đặt chân ông lên đầu Gambopa tượng trưng cho Milarepa đã ban cho đệ tử sự Khai Thị về Đạo Sư Kim Cương, tấn phong ông ta làm Bậc Thầy thực thụ về Mật Điển. Lại nữa, Jetsun còn ban cho Gambopa sự Khai Thị về Định Biểu Thị [?] (Anh: *Expression-Samadhi*) và nói, "Ta có một Chỉ Dạy Thiết Yếu sâu xa phi thường, nhưng nó quá quí báu để ban cho. Bây giờ con có thể đi!"

Rồi Milarepa bảo Gambopa lên đường hành trình, còn ông thì ở lại tại chỗ. Khi Gambopa đã vượt qua con sông và đến một

quãng xa mà ông ta còn có thể nghe được rõ ràng giọng nói của Jetsun, Milarepa gọi ông ta lại, nói, "Còn ai khác hơn con đáng được thọ nhận Chỉ Dạy Thiết Yếu quí báu này, dù cho nó có giá trị quá lớn để cho? Bây giờ hãy đến đây, và ta sẽ truyền cho con." Rất hân hoan, Gambopa hỏi, "Bây giờ con nên dâng lên thầy một Man-đa-la không?" "Không, không cần thiết phải tặng ta gì cả. Ta chỉ hy vọng rằng con sẽ ấp ủ giáo lý này và không bao giờ lãng phí nó. Bây giờ hãy nhìn!" *Khi nói như vậy Milarepa kéo tấm y lên, lộ thân trần truồng phủ đầy những mảng chai lì.* "Không giáo lý nào sâu xa hơn [giáo lý] này. Hãy nhìn những khó nhọc ta đã trải qua. Giáo lý sâu xa nhất trong Phật Giáo là *'tu tập.'* Một cách đơn giản là nhờ nỗ lực liên tục mà ta đạt được Công Đức và Thành Tựu. Con cũng nên kiên trì tận hết sức mình trong thiền định."

[Cảnh tượng không thể quên được này] đã ghi một ấn tượng không thể phai mờ lên Gambopa, người vâng theo sự chỉ dạy của Đạo Sư, bắt đầu cuộc hành trình về hướng Đông.

Về câu chuyện cuộc đời của Gambopa, và những thành đạt vĩ đại của ngài trong sự truyền bá Pháp và lợi ích chúng sinh, độc giả nên tham khảo Tiểu sử riêng của Gambopa và có thể tìm thấy nhiều chi tiết trong đó.

Rồi Jetsun Milarepa đi Chu Bar, tập họp tất cả các đệ tử lại và nói, "Ông tăng-y-sĩ đó sẽ làm lợi ích lớn cho nhiều chúng sinh. Đêm hôm qua ta mộng thấy một con chim ưng bay từ đây đến Weu và trên chóp sáng ngời một viên ngọc quí. Rồi nhiều ngỗng trời tụ tập thành đàn chung quanh con chim ưng đó. Sau một thời gian ngắn chúng phân tán theo nhiều hướng khác nhau, mỗi con ngỗng trời lại tụ tập khoảng năm trăm bạn đồng hành nữa. Như thế tất cả đồng bằng và thung lũng đầy ngỗng trời. Giấc mộng này ám chỉ rằng mặc dù ta là một hành giả yoga [cư sĩ], nhiều người theo Dòng Truyền của ta sẽ là tăng nhân. Ta an lạc không lời nào diễn tả được, ta bây giờ đã hoàn tất việc phụng sự Pháp của ta!" Milarepa nói với cảm xúc sâu xa và đại hoan hỉ.

Đây là câu chuyện về người đệ tử trong lòng, lỗi lạc nhất của Milarepa – đức Gambopa.

Chú Thích Chuyện 41

(1) Để tiên đoán sự phát triển của phái Ghagyuba (Khẩu Truyền), một hôm Marpa đã bảo các đệ tử ghi nhớ những giấc mộng đêm hôm đó và tường thuật lại cho ông vào sáng hôm sau. Milarepa đã mộng thấy bốn cây trụ khổng lồ ở Bốn Hướng, trên mỗi trụ các con vật thực hiện những hành động khác nhau. Marpa đã giải thích chi tiết giấc mộng này, trong đó ông tiên đoán về những thành tựu khác nhau của bốn đại đệ tử của ông và sự xuất hiện của Gambopa. Xem "Tibet's Great Yogi, Milarepa" của W.Y. Evan-Wentz. [Cũng xem, "*Milarepa, Con Người Siêu Việt*," ND].

(2) Kinh Liên Hoa Đại Bi: T.T.: sNnin.rJe.Chen.Po.Padma.dKar.Pohi.mDo.; Phạn: Mahakaruna-pundarikasutra.

(3) Tsa Tsa: Xem Chuyện 45, Chú thích 10.

(4) Người ta tin rằng một vị Bồ-tát thực sự có bi tâm thì miễn nhiễm đối với những tấn công của côn trùng hay dã thú. Các lạt-ma Tây Tạng còn dùng niềm tin này như một thước đo để phán định và đo lường bi tâm của các lạt-ma đạo hữu.

(5) Kinh Kim Quang: T.T.: gSer.Hod.Dam.Pahi.mDo.; Phạn: Suvarṇaprabhāsottamsūtra.

(6) Đây là phóng dịch. Nghĩa đen là: "…hãy yêu cầu ông ta truyền cho huynh một tụng ngôn (T.T.: Lun.) của [Chân Ngôn] [Nữ Thần] Trắng Bất Động." Nữ Thần Trắng Bất Động dường như là Nữ thần gDugs.dKar.

(7) Weu (T.T.: dWus.): Trung Tây Tạng; Tsang (T.T.: gTan.): Tây Nam Tây Tạng.

(8) Dịch giả ngờ rằng một vài lỗi do sự in ấn có thể đã len vào bản văn ở đây. Dường như càng thích hợp hơn cho Gambopa tự nhắc nhở mình về những ơn huệ ông đã thọ nhận từ các Lạt-ma Ghadampa (T.T.: bKah. gDams.Pa.), mặc dù bản văn viết, "…bKah.sDom.Gyi.-bLa.Ma…," có nghĩa

là các Lạt-ma bị các Giáo lệnh ràng buộc. Ghadampa là môn phái độc lập của Phật Giáo Tây Tạng, do Atisha và các đệ tử của ông sáng lập, và Gambopa trước kia đã kết giao với Phái này trước khi ông gặp Milarepa.

(9) Nghĩa đen: "Những Chỉ Dạy của Bốn Hướng" (T.T.: bKah. Babs.BShi.). Dịch giả cho rằng đây ám chỉ Bốn Mật Điển (Tantras).

(10) Ngục Đốm Đen: T.T.: dMyal.Wa.Thig.Nag.

(11) Ngực Trên, nghĩa đen, phần trên của trái tim (T.T.: sNhn. sTod.Du.).

(12) Sợi đai thiền định: một cái nịt bằng vải mềm buộc quanh thân của hành giả yoga để giúp ông ta giữ cho tư thế thẳng đứng và thăng bằng trong khi thiền định.

(13) Trời Tham Dục (T.T.: hDod.lHa.): Đây ám chỉ các Thần hay Thiên ở trong Cõi Dục (T.T.: hDod.Khams.).

(14) Tig Le màu Đỏ (T.T.: Thig.Le.dMar.Po.): Tinh chất của nữ hay lực âm .

(15) Dem Chog Luyipa (T.T.: bDe.mChog.Lu.Yi.Pa.): một tướng của thần Samvara Mật Giáo.

(16) Chỉ Dạy Dumo Siêu Tuyệt (T.T.: mChog.Ge.gTum.Mo.): Đây dường như là một chỉ dạy đặc biệt chỉ truyền cho những hành giả yoga cao cấp nhất, không gồm trong phép tu tập Dumo tổng quát.

(17) Bồ-tát Lúc Nào Cũng Khóc (T.T.: rTag.Du.Nu.): một vị Bồ-tát mong muốn giáo lý Bát-nhã-ba-la-mật-đa nhưng không thể có được. Trong cuộc tìm kiếm lâu dài giáo lý ấy, ông đã du hành qua nhiều lãnh thổ và trải qua nhiều thử thách. Những ưu phiền và thất vọng xảy ra nhiều lần mà ông đã gặp phải trong hành trình khiến ông lúc nào cũng khóc. Câu chuyện đầy đủ được kể lại trong kinh Đại Bát-nhã Ba-la-mật-đa.

(18) Chupoa Thánh Thiện: T.T.: Chu.nPhags.

(19) Ba Cõi hay Ba Vương Quốc (T.T.: Khams.gSums.): tức là, các Cõi Dục, Sắc, và Vô sắc, bao gồm tất cả các cõi trong vũ trụ. Xem Chuyện 5, Chú thích 21.

(20) Tam Học hay Ba Học: là các ngành học về Giới, Định, và Tuệ.

(21) Bốn Thiện Ý, hay Bốn Thiện Chí Vô Lượng (T.T.: Tsad.Med.bShi.): Đó là (1) nguyện tất cả chúng sinh được gia trì và nuôi dưỡng "hạt giống" an lạc, (2) nguyện tất cả chúng sinh xa lìa tất cả đau khổ và nguyên nhân gây đau khổ, (3) nguyện tất cả chúng sinh được an lạc thanh tịnh – không vướng vào đau khổ bất cứ loại nào, và (4) nguyện tất cả chúng sinh thoát khỏi được và mất, ham muốn và oán ghét, hy vọng và sợ hãi, và có thể ở trong Cảnh Giới Bình Đẳng.

(22) Định Vô Lậu hay Định Siêu Việt (T.T.: Zag.Med.Tin. hDsin.): "Zag. Pa.," mặc dù nghĩa đen là "lậu" hay rỉ chảy, ở đây có nghĩa là tham dục hay Kleśas. Do đó, "Zag.Med.," có nghĩa là Định không có tham dục hay Định Siêu Việt.

(23) Đỏ và Trắng (T.T.: dKar.dMar.): ở đây ám chỉ các lực âm và dương.

(24) Sắc thân (T.T.: gZugs.sKu.): Đây ám chỉ cả Hóa Thân và Báo Thân.

(25) Bảy Vị Dược Phật: T.T.: sMan.bLa.mChed.bDun.

(26) Giáo pháp Mật Ngữ (T.T.: gSun.sNags.): hay giáo lý Kim Cương Thừa (Vajrayāna).

(27) Đây là một dấu hiệu khá quan trọng về sự làm chủ Khí (Prana) của một hành giả yoga, nhưng không may, bản văn không nói một cách cụ thể thời gian Gambopa bắt đầu thử nghiệm. Ở đây bản văn viết: "…Nam.Phyed. Tsam.Na.Thal.Wa.Bun.Dun.hDug." "Nam. Phyed." thường có nghĩa là nửa đêm; tuy nhiên, trong trường hợp này, có thể giải thích là "nửa ngày." Như vậy, nó có thể có nghĩa là Gambopa mất nửa ngày để làm tan đống tro.

(28) Ahrura (T.T.: A.Ru.Ra.): một thứ thuốc phổ biến được cho là có thể trị được tất cả các bệnh, có lẽ là cây duốt núi hay cây kha lê lặc dùng để chữa bệnh (myrobalan). Xem chuyện 27.

42. SỰ CẢI HÓA CỦA HỌC GIẢ LODUN

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Khi Jetsun Milarepa ở trong Khu Rừng Tân Hà Liễu Nhỏ, (1) một ông tăng tên Lodun Gedun, một người theo Rechungpa và Sevan Repa, đến viếng ông, nhưng trước kia ông ta là người hợp tác với ông tăng Dhar Lho, người đã có lần tranh luận với Jetsun. (2) Sau khi đảnh lễ nhiều lần trước Milarepa, ông ta nói, "Jetsun quí nhất, lần đầu thấy ngài con đã ngưỡng mộ ngài rất nhiều và khi chứng kiến bạn của con [Dhar Lho] chết như thế nào, song lúc ấy con không thể quyết định Pháp mà chúng con tu tập là đúng hay sai. Tuy nhiên, khi con từ giã ngài, con kính trọng ngài rất nhiều. Bây giờ con đến đây để xin chỉ dạy. Xin ngài từ bi chỉ dạy cho con."

Jetsun đáp, "Sự tu tập Pháp của một người đắm mình trong sai lệch mà không nhớ đến cái chết, sẽ ít hữu dụng, bởi vì y không thể giảm bớt được những việc làm sai lầm và cũng không tăng thêm được đức hạnh của mình. Bây giờ hãy lắng nghe bài hát của tôi":

Đức Phật của chúng ta thuyết Pháp
Để chinh phục những mong ước thế gian,
Song những học giả tự kiêu ấy
Là những nô lệ cho dục vọng của họ.

Đức Phật lập nên những luật lệ tu hành
Như thế để có thể từ bỏ thế gian,
Song những tăng nhân giữ mình và "trinh trắng"đó
Bị thế gian chiếm trọn.

Phật đã tán thán cách sống của bậc ẩn tu
Vậy những ràng buộc thế gian nên từ bỏ,
Song nhiều "ẩn sĩ" ngày nay
Bị thế gian ràng buộc nhiều hơn.

Nếu ông quên rằng chết sẽ đến,
Sự tu tập Pháp của ông ít ý nghĩa và không giúp ích.

"Tiếc rằng, con đã luôn luôn như thế," Lodun nói. "Từ bây giờ trở đi, con sẽ mãi mãi tự nhắc nhở mình về chết đang đến. Bây giờ xin ngài ban cho con một vài chỉ dạy để tu tập." Jetsun, suy nghĩ, "Ta sẽ xem ông ta thực sự có thể hiến mình cho thiền định không," đáp, "Bất cứ ai có ít dục vọng trong đời này, có thể thành Phật bằng cách tu tập Phật Giáo kinh viện, mặc dù mất nhiều thời gian hơn." Ông hát chi tiết:

Con cúi đầu đảnh lễ tất cả chư Đạo Sư.

Hãy Lắng nghe, hỡi Tăng Đáng Kính!
Giới Luật Căn Bản của Tu Sĩ
Là những cây trụ vĩ đại của Lâu Đài Phật Giáo.
Nên dựng thẳng chúng lên,
Giữ cho không nghiêng ngả.

Nghiên cứu luận lý học và Kinh Điển
Là sự thanh lọc quí của Phật Giáo,
Tẩy đi bụi ý tưởng sai lầm.

Giới Luật của Tam Học (3)
Là bạn của Phật Giáo;
Không nên đối xử chúng như kẻ thù.

Luận lý học và kiến giải của Đại Thừa
Chinh phục kẻ ngu tranh luận,
Giác ngộ họ trong tối tăm.

Nhưng Lodun nói, "Cho đến bây giờ con chỉ tu tập Pháp bằng lời nói. Xin ngài ban cho con những Giáo Lý tinh hoa." Với nhiệt tâm to lớn, ông ta tiếp tục cầu xin Jetsun.

Biết rằng đã đến lúc Lodun cần khai thị, ban đầu Milarepa ngồi im lặng và giả vờ cau mày. Vì vậy, Lodun cầu cứu Rechungpa, Sevan Repa và những đệ tử khác nói giúp cho ông ta. Milarepa, rất hài lòng sự thỉnh cầu chân thành của họ, cuối cùng ông bằng lòng và nói, "Ta không cưỡng lại được sự thuyết phục quá mạnh của hai Repa. Ông tăng đáng kính của chúng ta cũng là người tài có khả năng tu tập chân thật." [Rồi quay sang Lodun Gedun, ông tiếp tục], "Trong những hoàn cảnh như thế này, ta sẽ cho anh những lời chỉ dạy, và ta mong anh sẽ tu tập Pháp, kết quả sẽ như thế này." Và rồi, ông hát:

Đảnh lễ tất cả chư Đạo Sư!

Cả hai các anh, tu sĩ và hành giả yoga đã nói giúp.
Người thỉnh cầu là tăng nhân đáng kính của chúng ta,
Một người học thức, nổi danh ba thung lũng.
Anh ta hỏi xin lời chỉ dạy để nhập Đạo;
Anh ta và những người trợ giúp đều thiện chí.

Ta là Hành giả Yoga Milarepa,
Đứa con yêu mến của Phật Marpa.
Ta không nói vì tin đồn hay khoa trương,
Lời ta nói có ý nghĩa và từ trái tim,
Chúng sẽ đứng vững trước phê bình và phân tích.
Vậy hãy trân trọng lắng nghe những gì ông già này nói:

Ai không tu tập Pháp với lòng sùng mộ,
Tối đa có thể trở thành một Ngạ quỉ (4) đi trên trời.
Những chúng sinh đi trên trời này
Rất có tài về tu từ và luận lý.
Biết nhiều Mật Điển, họ sở hữu
Những huyền lực và làm những điều kỳ lạ.
Sống trong tiện nghi, hưởng tất cả những khoái lạc.

Nhưng vì không thực sự tu tập Pháp
Và cũng không chú ý đến những lỗi nhỏ của mình,
Họ không bao giờ có thể giải thoát được mình
Khỏi những dục vọng thế gian và tự phụ.
Như thế Tánh Không-Bi Tâm sẽ không bao giờ
phát sinh trong họ,
Và những chồi non đau khổ trong họ sẽ không héo tàn.
Họ sẽ vĩnh viễn vùng vẫy trong biển Sinh Tử.

Nhiều kiến thức, thông minh sắc bén,
và ảo thuật phi thường –
Những năng lực này như lửa và củi, đốt cháy tâm mình.
Có thể chắc chắn rằng bất hạnh
Sẽ đến với họ từ những hành vi tội lỗi.
Tu tập Pháp là con đường không nhầm lẫn.

Thuốc Cải Tử Hồi Sinh (5) là đồ cứu mạng
Nhưng vô dụng nếu không chịu uống.
Người bị bệnh nếu muốn được lành
Y nên dùng đúng thuốc.

Cam lồ trường thọ của trời
Sẵn sàng cho các A-tu-la.
Nếu không uống, họ sẽ đau khổ vì chết không đúng lúc,
Thuốc trường sinh có gì tốt với họ?
Muốn tránh chết không đúng lúc,
Hãy rót cam lồ vào miệng và uống đi.

Trong kho tàng Dạ-ma (Yama) nhiều thực phẩm
Chứa hàng trăm mùi vị khác nhau.
Nhưng nhiều Dạ-ma không ăn,
Và chết vì đói.
Thức ăn ấy có ích gì cho họ?
Ai muốn làm dịu cơn đói
Nên bỏ thực phẩm vào miệng và ăn.

Với niềm tin to lớn, Lodun nói, "Mỗi lời của ngài in sâu vào con với niềm tin quyết. Sự thuyết giảng của ngài quả thật sâu xa. Bây giờ xin ngài từ bi chỉ dạy cho con về cốt yếu của Sáu Ba-la-mật." Để trả lời Milarepa hát:

Ta không thiện nghệ về ngôn từ,
Chẳng phải giảng sư học giả,
Song người thỉnh cầu này thành thật và tốt.

Sáu Ba-la-mật chứa tất cả những giáo lý Phật Giáo.
Với những người tu tập Pháp,
Giàu sang chỉ là nguyên nhân của sai lệch.
Kẻ nào cho tất cả của cải của mình,
Sẽ được sinh làm hoàng tử cõi Trời.
Từ thiện là pháp môn tu tập cao quí!

Giới Luật đạo đức là chiếc thang đưa đến Giải Thoát
Dù tăng nhân hay cư sĩ cũng không thể bỏ đi.
Tất cả Phật tử nên tu tập pháp này.

Nhẫn nhục của Phật Giáo, mà Drang Sung (6) làm gương,
Là đạo hạnh mà đức Phật đã ấp ủ nhiều nhất.
Nó là chiếc y khó mặc,
Song tất cả công đức phát sinh khi mặc nó vào.

Tinh tấn là con đường ngắn đưa đến tự do
Và cần thiết cho tu tập Pháp.
Không có nó, không gì thành được.
Vậy hãy cưỡi lên con ngựa chuyên cần.

Bốn Pháp này đem công đức cho người,
Bất khả phân ly cho tất cả.
Bây giờ ta sẽ nói về Trí Tuệ.

Thiền định là giáo lý giữa hai cái này,
Vì nó áp dụng cho sự tu tập cả Trí Tuệ và Công Đức.

Với nó, có thể vượt qua tất cả mọi phân tán.
Trong tất cả phép tu Phật Giáo, nó là quan trọng nhất.

Trí Tuệ Ba-la-mật là giáo lý về Chân Lý Tối Hậu,
Kho tàng thân thiết nhất của tất cả chư Phật.
Vui hưởng nó thì không cùng tận;
Nó là ngọc như ý của Trời,
Thực hiện những hy vọng của tất cả chúng sinh.
Với những người có thể từ bỏ hoạt động,
Thì Trí Tuệ Ba-la-mật sẽ đem đến sự an nghỉ cuối cùng.
Sự cung cấp của Trí Tuệ này quí nhất;
Nhờ nó người ta có thể đạt hoàn thiện từng bước một.

Đây là lời đáp của ta, hỡi Tăng Đáng Kính.
Hãy nhớ lấy và tu tập nó với niềm vui!

Nghe bài hát này, nhiều đệ tử được sự tiến bộ lớn. Lúc ấy Jetsun nói với Rechungpa và Sevan Repa, "Hãy chuẩn bị phẩm vật cúng dường; ta sẽ khai thị cho vị tăng đáng kính của chúng ta." Như thế lễ Khai Thị và những Chỉ Dạy Thiết Yếu đã được ban cho Lodun.

Sau khi thiền định được một thời gian, Lodun đã đạt được nhiều Kinh Nghiệm. Một hôm ông ta đến gặp Milarepa, trong khi một số đệ tử cũng đã tụ họp ở đó, và nói, "[Trong khi con thiền định] quá nhiều ý nghĩ lang thang và thị kiến điên cuồng đến với con. Dù con cố gắng khó nhọc đến đâu, con cũng không thể giữ tâm con yên tĩnh được. Con không biết đó là tốt hay xấu; nếu là xấu, xin ngài dạy cho con làm cách nào để vượt qua được; nếu là tốt, xin ngài chỉ cho con cách tiến thêm."

"Anh ta thực sự đã khổ công tu tập," Milarepa nghĩ, rồi nhận xét, "Anh có thể đã có nhiều tạp niệm và thị kiến điên rồ, nhưng [trong thực chất] chúng chỉ là một. Vấn đề không phải là chúng tốt hay xấu. Những gì anh nên làm là tập trung nỗ lực vào việc tu tập Thấy. Bây giờ hãy lắng nghe":

Chí tâm kính lễ tất cả chư Đạo Sư!

Hãy lắng nghe, hỡi Lodun và các con những người khác.
Các anh có biết tâm phóng tưởng là gì không?
Nó tạo ra và hóa hiện tất cả sự vật.
Những ai không hiểu,
Mãi mãi lang thang trong Luân Hồi.
Với những người chứng ngộ, tất cả hiện tướng
là Pháp Thân.
Họ không cần tìm cái Thấy nào khác.

Tăng Đáng Kính, anh có biết
Làm thế nào cho tâm yên nghỉ?
Bí mật nằm trong buông xả –
Không dụng công và không làm gì cả,
Để cho tâm yên nghỉ tự nhiên
Như trẻ con ngủ dễ dàng,
Hay như đại dương yên tĩnh không sóng…
Rồi yên nghỉ trong Quang Minh
Như ngọn đèn sáng và rực rỡ.

Nên yên nghỉ tâm mình trong an ổn,
Như xác chết không kiêu hãnh.
Hãy để tâm yên nghỉ vững vàng;
Như ngọn núi, không dao động.
Vì Tự Tánh của Tâm
Chẳng có khẳng định sai lầm nào hết.

Tăng Đáng Kính, anh có biết
Tất cả những ý nghĩ phát sinh như thế nào?
Như mộng không thực thể,
Như bầu trời mênh mông không bờ mép,
Mặt trăng trong nước,
Cầu vồng ảo ảnh– ý nghĩ phát sinh giống như
tất cả những thứ này.
Đừng bao giờ ý thức phủ nhận chúng,
Vì khi ánh sáng Trí Tuệ chiếu
Chúng biến mất không lưu dấu vết

Như bóng tối trong ánh mặt trời.

Tăng Đáng Kính, anh có biết
Làm sao đương đầu với những ý nghĩ phân vân?
Hay thay đổi là những đám mây bay,
Song chúng không tách lìa khỏi bầu trời.
Hùng mạnh là những làn sóng biển,
Song chúng không tách lìa khỏi đại dương.
Nặng và dày là những lớp sương mù,
Song chúng không lìa khỏi không trung.
Tâm chạy điên cuồng trong trống rỗng,
Song nó không bao giờ xa lìa khỏi cái Không.
Ai có thể "cân" được Tỉnh Giác
Sẽ hiểu giáo lý
Tâm Cưỡi trên Hơi Thở. (7)
Ai thấy những ý nghĩ lang thang
Lẻn vào như những tên trộm,
Sẽ hiểu lời chỉ dạy
Canh chừng những ý nghĩ xâm nhập này.
Ai kinh nghiệm tâm mình lang thang bên ngoài,
Sẽ hiểu ngụ ngôn
Chim Bồ Câu Và Chiếc Thuyền Trên Biển. (8)

Tăng Đáng Kính, anh có biết hành động như thế nào?
Như con sư tử bạo gan, như con voi say rượu,
Như tấm gương trong, như hoa sen không tì vết
Mọc lên từ bùn, anh nên hành động như thế.

Tăng Đáng Kính, anh có biết
Làm thế nào để đạt được những Thành Tựu?
Pháp Thân đạt được qua Không Phân Biệt,
Báo Thân qua Cực Lạc,
Hóa Thân qua Quang Minh,
Thân Tự Tánh (Svābhāvikakāya)(9) qua Phú Bẩm.
Ta là người đạt cả bốn Thân này,
Song không có sự lưu chuyển hay thay đổi nào

trong Pháp Giới

Thấy, Tu, và Kinh Nghiệm,
Phương Thuốc, Hành Động, và Thành Tựu,
Là sáu cái chủ yếu
Hành giả yoga đối mặt trong sùng mộ;
Hãy học và áp dụng chúng trong tu tập của anh.

Theo các chỉ dạy của Đạo Sư, Lodun tiếp tục thiền định với sự tinh tấn và kiên trì to lớn. Kết quả, ông ta đạt được những Kinh Nghiệm tuyệt vời mà ông ta đã trình với Jetsun trong bài hát này:

Con kính lễ tất cả chư Sư Phụ!

Ở bên kia sinh và diệt
Là Tự Tâm quang minh này!
Cưỡi trên các Khí di chuyển, nó chạy
Đến tất cả mọi nơi theo mọi phương hướng.
Vì sự linh hoạt hùng mạnh ấy của tâm
Trong tự thể nó ở bên kia tất cả cái biết.
Mọi thứ con muốn tìm thấy
Trong kho-tàng-tâm bên trong.

Không hình tướng và không màu sắc,
Vượt lên trên các thức giới
Là tâm kỳ diệu này
Từ và ngữ không với tới.

Bằng tu tập lời Chỉ Dạy sâu xa,
Nhiệt và cực lạc tuôn ra bên ngoài;
Kết quả, thâm hiểu phát triển bên trong;
Rồi người ta vĩnh viễn thoát khỏi tất cả giả mạo.

Thành tựu không bao giờ có thể đạt được
Khi lạc khỏi Con Đường Thiện Xảo;

Kỳ diệu là những chỉ dạy này
Của Dòng Truyền Rỉ Tai.
Bằng cách theo Con Đường Thiện Xảo thâm sâu này,
Sự giác ngộ mà con, Hành giả Yoga, đã đạt được.
Những giáo lý kỳ diệu này quả thật tốt để tu!

Milarepa khuyên Lodun, "Tăng Đáng Kính, đừng buộc tâm mình vào bất cứ "chỗ" nào, đừng đóng kín nó lại trước bất cứ sự tiếp xúc nào, đừng rơi vào cuồng tín hay cực đoan. Tâm của anh là cái không bao giờ có thể diễn tả, giải thích, hay chỉ định được, song anh có thể gọi nó là bất cứ gì anh thích, khi anh chứng ngộ đầy đủ chân lý này."

Rồi Lodun tiếp tục thiền định trong núi và đạt thêm Chứng Ngộ. Nhờ nghiên cứu, ông ta đã tẩy sạch tất cả những nghi ngờ bên ngoài, và qua thực tế tu tập ông ta đã quét sạch tất cả những ý tưởng sai lầm bên trong cho đến khi, là một tăng nhân hành giả yoga, ông ta trở thành người con thân cận giống như sư tử tuyết của Milarepa.

Đây là câu chuyện về ông tăng Lodun.

Chú Thích Chuyện 42

(1) Khu Rừng Tân Hà Liễu Nhỏ (T.T.: Hom.Chun.dPal. Gyi. Nags.): nghĩa đen, Rừng Công Đức Tân hà liễu Nhỏ.

(2) Xem Chuyện 34.

(3) Tam Học (T.T.: Slobs.gSum.): Các sự học về Giới Luật, về Thiền Định và về Trí Tuệ, là ba Chủ đề chính của Phật học.

(4) Ngạ quỉ đi trên trời: Ở đây, chữ Ngạ quỉ (Preta, T.T.: Yi.Dags.), không ám chỉ Ngạ quỉ hay Quỉ đói thường được biết như là cư dân của một trong

Ba Cõi khốn khổ thấp hơn. Nó được dùng ở đây theo nghĩa một cảm giác rất lơi lỏng để chỉ các ma đi trên trời.

(5) Thuốc Cải Tử Hồi Sinh (T.T.: Ci.Sos.sMan.Gyi.bDud.rTsi.): nghĩa đen, Thuốc Cam Lồ Cải Tử Hồi Sinh.

(6) T.T.: Dran.Sron.; Phạn: rsi: Đây chỉ câu chuyện về Ksantyrsi đã nhẫn nhục chịu đựng sự sỉ nhục và đau đớn, tức là, một tiền thân của Phật Thích Ca Mâu Ni trong đời trước, đau khổ cắt một phần thân thể để cải hóa Kaliraja.

(7) Giáo Lý Tâm Cưỡi trên Hơi Thở: Theo giáo lý chính của Mật Giáo, nghĩa là, lý thuyết về tính Đồng Nhất của Tâm và Khí (T.T.: Rlun.Sems. dWyer. Med.), tâm không thể vận hành mà không nương tựa, hay "cưỡi trên" hơi thở hay Khí (Prāṇa). Ấy là Khí làm cho tâm di động. Xem *Lời Nói Đầu* của dịch giả trong quyển "Tibetan Yoga and Secret Doctrines" do W.Y. Evan-Wentz hiệu đính, Oxford University Press xuất bản, tại Luân đôn, 1958.

(8) Bay từ thuyền ra biển, một con chim bồ câu không thể nào bay thật xa trước khi nó bị bắt buộc quay về thuyền bởi vì không tìm thấy chỗ đậu. Ẩn dụ này ám chỉ sự kiện rằng những ý nghĩ lang thang, dù chúng có điên cuồng và không thể kiềm chế đến đâu, cuối cùng cũng sẽ trở về với Tự Tánh của Tâm, vì không chỗ nào khác để đi.

(9) Thân Tự Tánh (Svābhāvikakāya), được biết như là "Thân Thứ Tư" của Phật. Thực ra nó là hình thái hợp nhất của Ba Thân.

43. KHÚC CA TÁM NIỀM VUI KỲ DIỆU

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Khi Jetsun Milarepa đang lưu trú trên Vùng Cao Đá Đỏ ở Drin, một ông tăng thuộc Bộ Lạc Dre, trước kia chưa bao giờ gặp Jetsun, nhưng có ấn tượng rất nhiều vì danh tiếng của Jetsun, đến viếng ông với niềm tin to lớn nơi ông. Khi đến chỗ Milarepa ở, ông ta chỉ thấy cái nồi nấu ăn trong hang và nghĩ, "Ở đây chẳng có gì cả – không một trang kinh Phật, không một hình tượng Phật, một biểu tượng của Pháp cũng không, kể chi đến những vật dụng cần thiết để sống vui! [Vì không có thánh tượng nào cả] như là Kinh hay tượng Phật để ông ấy có thể nương tựa hoàn toàn (1), ta muốn biết cái gì sẽ xảy ra khi ông ấy chết?"

Jetsun biết ngay ông ta nghĩ gì và nói, "Tăng Đáng Kính, anh không cần lo chuyện ấy. Tôi có Thánh Thư, hình tượng, chỗ nương tựa nơi Pháp của tôi. Tôi sẽ không có gì hối tiếc, nhưng tôi sẽ rất vui khi tôi chết. Bây giờ hãy lắng nghe bài hát của tôi":

Con đảnh lễ tất cả chư Sư Phụ!

Thân ta chính là Man-đa-la Thánh Thiện,
Trong đây cư ngụ chư Phật của tất mọi Thời.
Với sự gia trì của họ ta được giải thoát
Khỏi tất cả những nhu cầu và ràng buộc.
Ngày và đêm ta cúng dường họ;
An lạc là ta không cúng dường những đồ vật chất.

Biết rằng tất cả chúng sinh trong Sáu Giới
Là những vị Phật tiềm tàng, và tất cả Ba Cõi
Cung điện Tự Tạo ở bên kia đo lường,
Bất cứ điều gì ta làm đều là trò chơi của Pháp giới;
Bất cứ ai cùng với ta đều là Thần Thủ Hộ;
Bất cứ nơi nào ta ở lại đều là chỗ Phật ở.
Với đại Trí Tuệ ta thấy rõ tất cả.
An lạc là ta đi trước sự trợ giúp và những
biểu tượng bên ngoài!

Trên "giấy" các Lực Đỏ và Trắng
Ta dùng "mực" Trí Tuệ,
Viết những chữ Năm Giác Quan.
Rồi tất cả hình tướng trở thành Pháp Thân.
An lạc là ta không có những sách ngu xuẩn ấy.

Tất cả chúng sinh trong luân hồi
Có "Tánh-đó", nhưng không nhận ra nó.
Áp dụng những Chỉ Dạy thâm sâu, ta tự thấm nhập
Trong Định Ba thân Ba-trong-Một.

Ôi, chết có thể đến bất cứ lúc nào
Ta sẽ chỉ cảm thấy vui!

Ông tăng nghĩ, "Quả thật đúng là ông ấy có thần thông, điều này cũng chứng tỏ rằng những lời tuyên bố khác về ông ấy phải đúng." Niềm tin của ông ta được xác định, với nhiệt tâm phi thường ông ta xin Milarepa chấp nhận ông ta làm đệ tử.

Nhận thấy ông tăng này có phú bẩm tốt, Milarepa ban cho ông ta sự Khai Thị và những chỉ dạy bằng miệng và rồi xếp đặt cho ông ta thiền định. [Sau một thời gian] ông tăng đạt được kinh nghiệm cực lạc tuyệt vời. Một hôm ông tăng đến gặp Jetsun trong lúc nhiều đệ tử khác cũng đang tụ họp ở đó, và nói, "Trong quá khứ con không có kinh nghiệm về niềm vui bên trong, do đó lòng ham muốn giàu sang và vật chất của con rất to lớn. Nhưng thầy, Jetsun không có sự ràng buộc nào cả, lúc nào

cũng có niềm vui to lớn bên trong. Từ bây giờ trở đi con sẽ đi theo con đường của thầy, thiền định trong am suốt quãng đời còn lại của con, như vậy con cũng có thể luôn luôn vui như vậy."

Milarepa quá đỗi hài lòng. Ông đáp, "Điều đó rất đúng. Kẻ nào bám giữ am vắng sẽ luôn luôn an lạc và cuối cùng có thể trở thành người dẫn đạo giỏi [trên Con Đường Đạo Pháp]." Và rồi Milarepa hát ca khúc "Tám Niềm Vui Kỳ Diệu":

Con cúi đầu đảnh lễ Ngài, Vua của các Vua,
Hóa Thân như ý của Phật,
Ngọn đuốc sáng ngời đánh tan bóng tối vô minh.
Với Người, Dịch giả Marpa, con kính lễ chân thành nhất.

Tháp canh bầu trời của Vùng Cao Đá Đỏ
Là nơi các Đa-ki-ni họp mặt,
Một nơi thích thú mang lại
Nhiều hứng khởi cho ta.
Ôi những đệ tử Trí Tuệ và kiên trì
Hãy chú ý lắng nghe bài hát
Ông già này hát với niềm vui.

Trong am yên tĩnh này
Không có người bộ phái
Một hướng đạo mãi mãi ở trong Định.
Ông ta biết Đường Đạo, một người an lạc
Nhận ra thân mình là ngôi Chùa Thánh Thiện.
Ôi, thật tuyệt vời là biết
Bản tánh của Tâm giống như bầu trời thanh tịnh!

Niềm tin vững chắc là người hướng đạo
Có thể đưa anh ra khỏi luân hồi.
Ở đây có ai có người hướng đạo đó?
Ô, an lạc là thấy cả hai
Luân hồi và niết bàn là tự giải thoát;
Ôi, tuyệt diệu là nhận ra

Bốn Thân của Phật
Lúc nào cũng hiện hữu trong tâm mình.
Tiếp xúc với sự vật [không chấp trước]
Bằng Sáu Thức, là kẻ dẫn đạo
Biến tất cả chướng ngại thành trợ giúp.
Ở đây có ai có người dẫn đạo này?
An lạc là đến bờ Vô Dục,
Và tuyệt vời là thoát khỏi tất cả nhị nguyên.

Một Đạo Sư trung trực với Truyền Thừa [chân chính]
Là người dẫn đạo tẩy sạch những nghi ngờ
và vô minh của anh.
Ở đây có ai có người dẫn đạo ấy?
Ôi, hạnh phức là làm người
Phụng sự Đạo Sư mình như một vị Phật.
Kỳ diệu thay là thấy Bộ Mặt Tự Tâm!

Tấm y vải này là người dẫn đạo
Bảo vệ ta trong núi tuyết
Khỏi bị lạnh và nóng.
Ở đây có ai có người dẫn đạo này?
Ôi, tuyệt diệu là nằm trần truồng trong tuyết núi,
An lạc là không sợ nóng hay lạnh!

Lời chỉ dạy về Đồng Nhất,
Chuyển Hóa, và Hợp Nhất (2) là người dẫn đạo
Có thể nghiền nát tất cả sợ hãi của Cảnh Giới Trung Gian.
Ở đây có ai có người dẫn đạo này?
Ôi, tuyệt diệu là đến nhà Thực Tại,
An lạc là người không sinh cũng không tử.

Con Đường Thiện Xảo của Dòng Truyền Rỉ Tai
là người dẫn đạo
Có thể phân biệt tâm thuần khiết và tâm pha trộn.
Ở đây có ai có người dẫn đạo này?
Ôi, tuyệt diệu là cảm thấy Khí-Sống

Chạy qua Kênh Giữa!
An lạc là có tâm và thân
Luôn luôn thong dong trong Cực Lạc!

Hành giả yoga tu tập Tánh Không và Bi Tâm
Là người dẫn đạo cắt đứt ẩn ngữ và những trò chơi chữ.
Ở đây có ai có người dẫn đạo này?
Ôi, an lạc là có những người giác ngộ vây quanh
Và kỳ diệu là có được những đệ tử qua chuyển hóa!

Đây là Khúc Ca Tám Niềm Vui,
Do ông già này hát cho các anh với niềm thích thú.
Để làm sạch tâm của các đệ tử,
Ta vui vẻ hát những lời này;
Chớ có quên, mà hãy ghi nhớ trong tâm!

Nghe ca khúc này, Dre Dun và các đệ tử khác tất cả đều vui mừng và phấn khởi vô cùng. Rồi Dre Dun nói với Jetsun, "Tất cả những gì thầy vừa nói là tuyệt diệu nhất. Bây giờ xin thầy vui lòng ban cho con lời Chỉ Dạy về Thấy, Tu, Hành, và Thành Tựu dễ hiểu, dễ tu tập, và dễ 'mang theo.'"

Đáp lại, Milarepa hát:

Con kính lễ tất cả chư Sư Phụ.

Khi anh làm sâu cái Thấy qua ý nghĩ sâu xa,
Chớ để bị kiến thức ngôn từ dẫn dắt sai lạc.

Trước khi anh nhận ra Tỉnh Giác trong tự thể,
Chớ bép xép về cái Thấy Tánh Không!

Tất cả hóa hiện
Chẳng thật như tiếng vang,
Song không bao giờ không tạo ra
Một ảnh hưởng tương ứng.

Nghiệp và đức hạnh, do đó
Không bao giờ nên chểnh mảng.
Chớ chửi mắng người khác
Với cuồng tín và vị kỷ,
Đừng cố chấp những định kiến mà
Không hiểu Chân Lý Tối Thượng.
Trước, hãy nhận ra Tự Tánh
Và nhổ rễ tất cả sai lầm từ bên trong.

Trước khi đại Quang Minh
Chiếu trong tâm anh, chớ bám lấy
Cơn xuất thần dịu ngọt và Tánh Không.
Dù tất cả sự vật là Hiện Thân của Tánh Không,
Đừng bao giờ lăn lộn trong vũng bùn khoái lạc,
Hay chờ mong phiền não của anh biến mất
mà không nỗ lực.

Sự vật trong tự thể là không,
Vậy đừng bao giờ bám lấy Tánh Không
Kẻo anh rơi vào chủ nghĩa hình thức.

Khi, trong cơn triều cực lạc thế tục
Những ý nghĩ thô lậu, lang thang lắng xuống,
Thì xuất thần ngây ngất sẽ phát sinh.
Nhưng kẻ nào bị nó ràng buộc, y sẽ lạc đường.

Trước khi Chứng Ngộ chiếu sáng bên trong,
Hay một người có thể gia trì cho tất cả đối tượng
và hiện tướng,
Trước khi tất cả kinh nghiệm của năm giác quan
trở thành đại cực lạc
Hay tất cả những ý nghĩ mê hoặc chấm dứt,
Đừng dấn mình vào những hành động tự ý khác thường,
Kẻo lạc đường trong tu tập các Hạnh Bình Đẳng. (3)

Khi đem Thành Tựu cuối cùng vào hiện thực,

Không nên tìm Phật ở nơi nào khác.
Trước khi thấy rõ ràng yếu tánh của Tự Tâm
Hãy coi chừng rơi vào hy vọng và sợ hãi.

Nếu các con, những đệ tử, nghĩ thân mình là thân Phật,
Đừng bao giờ cho rằng nó là Hóa Thân chân thật.
Nếu những ý nghĩ chao đảo của các con
biến mất trong Pháp Thân,
Đừng bao giờ nghĩ chúng là thực thể
Bây giờ đã tịch diệt thành không.

Đại Công Đức, Hành Động, và Tịnh Địa
Là những hóa hiện tự nhiên của Trí thanh tịnh;
Đừng bao giờ xem chúng
Là những vật chân thật ở thế giới bên ngoài.

Nghe bài hát này, Dre Dun đạt được tri kiến quyết định. Ông ta thiền định một thời gian lâu trong am và cuối cùng đạt được những Kinh Nghiệm và công đức thượng đẳng. Rồi ông ta có danh là Dre Dun Drashi Bar, và trở thành một trong những người con thân cận của Jetsun thuộc hàng những Repa thâm niên, như Dungon Repa.

Đây là câu chuyện về Dre Dun.

Chú Thích Chuyện 43

(1) Nơi nương tựa (T.T.: rTan.): bất cứ biểu tượng nào của Pháp mà người ta đặt sự tin tưởng vào đó. Đây có thể là một quyển Kinh, một hình tượng Phật, hay một thánh tích của một vị Thánh Phật Giáo.

(2) Đây ám chỉ giáo lý về nhận ra tất cả hóa hiện như là Ma-ya (Huyễn hóa), chuyển hóa tất cả hiện thân thành hình tướng thanh tịnh, và hợp nhất tất cả hiện thân với Pháp Thân. Nếu người nào có thể làm được điều này, y sẽ có thể vượt qua tất cả những sợ hãi trong Cảnh Giới Trung Gian (Bardo).

(3) Hạnh Bình Đẳng (T.T.: sPyod.Pa.Ro.sNoms.): Ở giai đoạn cao, những hành giả yoga thực hành nhiều hành động dị thường để nhổ rễ tất cả những ý nghĩ và thói quen ước lệ, như thế là bình đẳng hóa tất cả những ý kiến phản đề và nhị nguyên.

44. MILAREPA CẢI HÓA NHỮNG NGƯỜI BẤT TÍN BẰNG PHÉP THẦN THÔNG

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Một hôm Jetsun Milarepa quyết định viếng ngôi chùa mà các tăng nhân ở đó thù ghét ông cực độ, lên án ông là kẻ tà giáo theo chủ nghĩa hư vô. Tất cả các đệ tử của ông yêu cầu ông đừng đi, nhưng ông không để ý điều đó. Khi ông đến gần cổng chánh điện, hội chúng, tất cả tăng chúng đều thấy ông đang đi đến. Họ chạy xả vào ông, đánh ông một cách dã man, lôi ông vào chánh điện, và trói ông vào cột nhà. Nhưng một lúc sau, Milarepa lại xuất hiện bên ngoài chùa! Tăng chúng lại tụ tập chung quanh ông một lần nữa, đánh ông trầm trọng, lôi ông vào chùa trở lại, đánh đập và trừng phạt ông bằng mọi cách có thể có được. Nhưng quả thật kỳ lạ, dù họ nắm giật và lôi kéo ông dữ dội và mạnh như thế nào, Milarepa vẫn y như một pho tượng, họ không thể di chuyển ông được một phân.

Rồi họ gọi thêm tăng chúng, và họ cố gắng di chuyển ông bằng mọi cách, nhưng vô ích. Cuối cùng họ dùng dây thừng buộc ông – thử kéo ông từ phía trước và đẩy ông từ phía sau. Nhưng ông vẫn đứng trơ trơ như một tảng đá lớn, nặng. Tăng chúng, hoàn toàn kiệt lực vì việc làm này, bỏ cuộc trong kinh ngạc và thất vọng.

Vài người trong bọn họ bắt đầu yêu cầu Milarepa hãy đi đi, trong khi những người khác hỏi ông, "Khi chúng tôi giữ ông trong chùa, ông bỗng nhiên xuất hiện bên ngoài, khi chúng tôi cố cưỡng bách ông ra bên ngoài, ông lại bướng bỉnh ở lại bên trong. Làm sao lại xảy ra như vậy?" Milarepa đáp, "Tôi là một người tà giáo theo chủ nghĩa hư vô, vậy nếu tôi bị giết chết, tôi

không là cái gì hết; nếu tôi bị đánh, tôi không đau khổ gì hết. Khi tôi bị giam trong chùa hay bị đuổi ra ngoài, tôi vẫn không là cái gì hết. Vì tôi đã diệt hết sự chấp trước cả Sinh Tử và Niết Bàn, dĩ nhiên, tôi có thể làm tất cả những việc này!"

Rồi các trưởng lão trong bọn họ nói, "Vì vô minh, chúng tôi không nhận ra ngài là một hành giả yoga thành tựu. Xin tha thứ cho chúng tôi vì đã hành xử không đúng, và cho chúng tôi ở lại." Lúc ấy Jetsun đáp, "Tôi không biết tôi có phải là một hành giả yoga thành tựu hay không. Tôi cũng không biết tìm một hành giả yoga như thế ở đâu, và ông ấy làm gì bây giờ. Nhưng các ông, những tăng nhân không nên quá kiêu hãnh về mình và sai lầm về người khác đến độ như thế. Các ông nên biết rằng chửi mắng và làm những chuyện sai lầm đối với người vô tội thì còn tệ hơn là phạm Mười Điều Ác, trong khi đắm mình trong tự phụ chính là dấu hiệu của ngã chấp và là nguyên nhân rơi vào luân hồi."

"Chúng tôi hoàn toàn tin chắc rằng ngài là một hành giả yoga thành tựu," các tăng nhân ấy nói. "Xin vui lòng cho chúng tôi biết tại sao ngài hôm nay đến đây nói chuyện với chúng tôi."

Để trả lời, Milarepa hát:

Như tâm pha lê trong suốt ở Cảnh Giới Trung Gian,
Không gì có thể làm hư hại hay cản trở tôi được,
Cứ bắt tôi hay thả tôi đi.

Kích phát giống như sao xẹt,
Tôi, Milarepa, hôm nay đã làm những điều kỳ lạ
Để cải hóa những người bất tín.
Vì tôi chắc rằng tất cả những bất kính
Và quan niệm sai lầm đều bị hủy diệt.

Lúc ấy vài tăng nhân hỏi, "Đây quả thật là kỳ diệu, nhưng tại sao ngài bảo là sẽ không làm phép thần thông nữa?"

"Chỉ có ba cơ hội nên thị hiện thần thông," Jetsun đáp, và hát:

Cải hóa những người bất tín,
Cho những Kinh Nghiệm Thiền Định tốt hơn,
Và để nhận ra Ba Thành Tựu
Nên thi triển phép thần thông và kỳ tích.
Vào những lúc khác, nên dấu chúng đi.
Đây là mệnh lệnh của Jetsun Đạo Sư của tôi.

Một ông tăng nói, "Với sự thâm hiểu về Tánh Không của Hiện tướng, chắc chắn người ta có thể nghiên cứu giáo lý Phật Giáo dễ dàng và thích thú." Milarepa đáp, "Khi tôi học những giáo lý này, tôi không bao giờ ngẩng đầu lên cao. À, tôi có thể đã nghiên cứu nhiều các giáo lý ấy, nhưng bây giờ tôi đã quên hết rồi. Tôi nghĩ điều ấy hoàn toàn đúng cho tôi làm như vậy. Bây giờ hãy nghe":

Sự quên thân quyến đến
Với ai chứng ngộ tính Bình Đẳng
Lúc ấy thích hợp cho y
Quên dục vọng và ràng buộc.

Sự quên cái này và cái kia sẽ đến
Với người chứng ngộ Trí Tuệ bên kia ý nghĩ.
Lúc ấy thích hợp cho y
Lãng quên tất cả đau đớn và vui.

Sự quên tu tập thiền định đến
Với người chứng ngộ vô niệm và vô thức.
Lúc ấy thích hợp cho y
Không quan tâm đến tất cả được và mất.

Sự quên các Thần của Yoga Phát Sinh (1) đến
Với người chứng ngộ tự tánh của Ba Thân.
Lúc ấy thích hợp cho y
Làm ngơ tất cả những lời dạy khái niệm.

Sự quên cố gắng vì thành tựu đến

Với người chứng ngộ Quả vốn có bên trong.
Lúc ấy thích hợp cho y
Quên tất cả mọi pháp thấp hơn. (2)

Sự quên tất cả lời nói và thuyết thoại đến
Với người tu tập những Chỉ Dạy của Dòng Truyền Rỉ Tai.
Lúc ấy thích hợp cho y
Quên những cái học đầy kiêu hãnh.

Sự quên những quyển sách in mực đen tự đến
Với người chứng ngộ tất cả sự vật là thánh thư.
Lúc ấy thích hợp cho y
Quên những sách Phật Giáo.

Rồi một ông tăng khác nói, "Trước khi một người thành Phật, người ta cho rằng người ấy sẽ gặp nhiều chướng ngại, sai lệch, và nghi ngờ. Lúc ấy không thể khuyên quên đi những giáo lý Phật Giáo [thông thường]!" Đáp lại, Milarepa hát:

Người nào hiểu rằng tất cả những lầm lẫn
Là do tâm tạo và tin chắc về
Vô hữu, sẽ ngừng nỗ lực,
Sung sướng thưởng thức Chân Lý bất động.

Người nào chứng ngộ Chân Lý Tối Hậu,
Không còn phân biệt giữa các pháp;
Rồi trong hân hoan y kinh nghiệm
Sự sụp đổ của vô minh!

Khi một người chứng ngộ Chân Lý Bất Diệt,
Hy vọng và sợ hãi sẽ không phát sinh nữa trong tâm;
Rồi trong hân hoan, y kinh nghiệm
Sự ra đi của lầm lẫn!

Do vô minh một người lang thang trong Sinh Tử,
Nhưng nhờ những Chỉ Dạy Thiết Yếu của Đạo Sư thành tựu

Y có thể giải thoát mình khỏi vướng mắc và tham dục.
Đây là vinh quang tột đỉnh của Tăng-già!
Những triết lý do tâm tạo ra
Và những ngôn từ suy lý không bao nhiêu ý nghĩa,
Vì chúng vô dụng
Trong chinh phục phiền não.
Hãy cố gắng lắng dịu lòng tự phụ của mình,
Hỡi những giáo sĩ và học giả thân mến.

Trong Giác Ngộ người ta thấy rằng
Yếu tánh của nhận thức và nhầm lẫn là một.
Ôi những người theo Pháp,
Chớ bỏ rơi luân hồi,
Mà yên nghỉ tâm mình
Không gắng sức, thong dong.
Rồi với Tánh Không mênh mông,
Các ông sẽ tự nhận ra mình.
Đây là lời dạy của tất cả chư Phật!

Nhân đó tất cả các tăng nhân ấy đầy một niềm tin mới hướng về Milarepa, và thôi ấp ủ những ý nghĩ bất tín và độc hại đối với ông.

Trong các giáo sĩ, có một tăng nhân khác biệt gọi là Ligor Sharu được Milarepa nhận làm đệ tử hầu cận và khai thị cho ông ta với những Chỉ Dạy Thiết Yếu. Sau một thời gian thiền định, Ligor Sharu đạt được những Kinh Nghiệm tốt. Rồi ông ta nghĩ, "Nếu Jetsun, với năng lực và sự gia trì to lớn như vậy, có thể thích ứng với người và tập tục một chút, thì nhiều học giả xuất sắc ở Weu và Tsang [Trung và Tây Tây Tạng] sẽ đến với ông ấy nữa. Khi danh tiếng và uy tín của ông ấy tăng lên, ông ấy sẽ có thể làm lợi ích nhiều hơn cho người và phụng sự Pháp ở một tầm mức vĩ đại hơn." Nghĩ như thế, ông ta đến gặp Milarepa và nói ra ý kiến của mình. Nhưng Jetsun đáp, "Tôi chỉ hành động theo giáo lệnh của Đạo Sư tôi, ngoài ra, tôi không làm gì khác hơn trong đời này. Những người chú tâm đến sự

việc thế gian có thể làm những gì họ thích, nhưng tôi không thích thú những kế hoạch của họ. Bây giờ hãy lắng nghe":

Con cúi đầu đảnh lễ Marpa, Dịch giả.

Thức ngộ rằng danh tiếng thì không thực, như tiếng vang,
Ta không bỏ lối sống khổ hạnh,
Đang vất đi tất cả quan tâm và chuẩn bị.
Bất cứ thanh danh nào ta có được,
Ta sẽ luôn luôn an lạc và hài lòng.

Thức ngộ rằng tất cả sự vật là hư huyễn,
Ta vất đi những gì sở hữu;
Vì giàu sang có được do tranh tụng
Ta chẳng muốn chút nào!
Bất cứ phương tiện và uy tín gì ta có,
Ta sẽ luôn luôn an lạc và hài lòng.

Thức ngộ rằng tất cả tín đồ là ảo tưởng,
Ta không quan tâm mối quan hệ con người
Và du hành nơi nào ta thích –
Không giống như những giáo sĩ – học giả giả tạo
Hành động với thận trọng và ức chế.
Bất cứ địa vị nào ta có được,
Ta sẽ luôn luôn an lạc và bằng lòng.

Thức ngộ rằng dục vọng và đau khổ
Chính là đại Bình Đẳng,
Ta cắt đứt sợi thừng phiền não và oán ghét.
Dù có kết giao hay không
Ta sẽ luôn luôn an lạc và hài lòng.

Bản tánh của hiện thể thì ở bên kia những trò chơi chữ;
Ràng buộc với bất cứ giáo pháp hay khái niệm nào
Chỉ là chuyện tự mình lầm lẫn.
Mở sợi xích tri và sở tri,

Bất cứ ta trở thành gì và ở nơi đâu,
Ta sẽ luôn luôn an lạc và hài lòng.

Trong chính Tâm Đại Quang Minh,
Ta thấy không có ô nhiễm do những ý nghĩ lang thang.
Khi ném đi tất cả lý luận và quan sát,
Bất cứ lời nào ta nghe hay nói,
Ta sẽ luôn luôn an lạc và hài lòng.

Lúc ấy Ligor Sharu, nhà sư đệ tử, nói, "Thưa Jetsun, đối với ngài, dĩ nhiên, như thế là trọn vẹn. Nhưng con hỏi là vì lợi ích của những chúng sinh thấp kém và để quảng bá giáo lý của phái Ghagyupa." Milarepa đáp, "Ngay từ khi khởi đầu tôi đã lập trọng thệ sống theo cách này; tôi đã sống như vậy cho đến bây giờ, và tôi sẽ sống như vậy trong tương lai. Tôi hoàn toàn chắc chắn rằng bằng cách sống như vậy, tôi có thể làm lợi ích cho nhiều chúng sinh và phụng sự tốt cho Pháp."

"Ngài đã lập thệ nguyện như thế nào?" ông tăng hỏi. "Đây," Milarepa đáp, " và tôi hy vọng rằng các anh, những đệ tử của tôi, cũng sẽ lập một thệ nguyện khác giống như vậy." Do đó, ông hát:

Bởi vì ta sợ luân hồi, và vì ân huệ của Đạo Sư ta,
Ta nguyện rằng sẽ không bao giờ theo đuổi sự vật
ở thế giới bên ngoài
Trước khi ta thưởng thức hương vị tuyệt vời
của Thánh Pháp.

Ta nguyện rằng sẽ không bao giờ tìm thực phẩm
cho riêng ta
Trước khi ta thực hiện những giáo lệnh của Đạo Sư.

Ta nguyện rằng sẽ không bao giờ phô bày
những Mật Hạnh
Trước khi ta làm chủ hoàn toàn Con Đường Thiện Xảo.

Ta nguyện rằng sẽ không bao giờ gánh vác
Giáo Pháp Ghagyupa
Mà coi thường những khuyến dạy của [Sư tổ] Naropa.
Ta nguyện rằng sẽ không bao giờ tu tập Pháp vì
lợi ích cho riêng mình;
Đây là thệ nguyện ta đã lập đầu tiên khi ta phát Tâm Bồ-đề.

Ta nguyện rằng sẽ không bao giờ truyền bá giáo lý
của [Sư phụ] Marpa
[Theo cách giả tạo], vì Người sẽ hành động trong bí mật
Để truyền bá giáo lý khắp Tây Tạng.

Để làm hài lòng Đạo Sư là tu tập và thiền định
ngay bây giờ!
Ngoài cách đó, ta không biết cách nào khác để làm
anh hài lòng!

Nhờ sự gia trì của Jetsun, Ligor Sharu thay đổi quan niệm của ông ta và, theo gương Đạo Sư của mình, ông cũng lập thệ nguyện giống như vậy. Với quyết tâm to lớn, ông ta liên tục thiền định trong am vắng, và kết quả, ông ta đã đạt được những Công Đức phi thường của đường Đạo và các Địa. (3) Cuối cùng, ông ta đã trở thành một trong những người con của Jetsun trong hàng đệ tử hành-giả-yoga-tu-sĩ, và có danh là Ligor Sharuwa.

Đây là câu chuyện về Ligor Sharu.

Những câu chuyện [góp nhặt] từ trước đến đây liên quan đến Milarepa và những đệ tử thiên phú của ông, những người đã trở thành những người con thân cận của Jetsun.

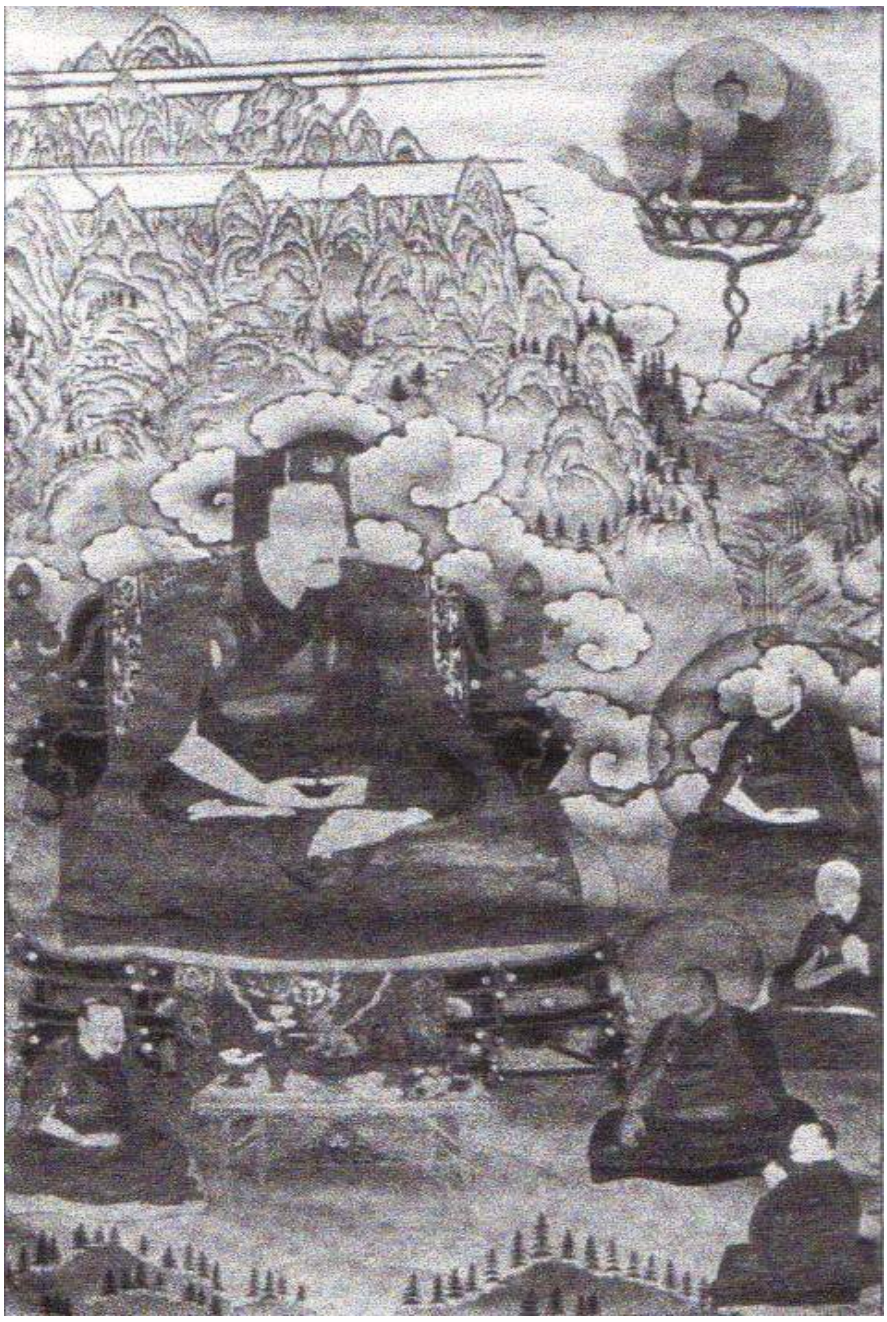
Chú Thích Chuyện 44

(1) Trong tu tập Yoga Phát Sinh, hành giả yoga lúc nào cũng cố gắng nhớ và duy trì thị kiến về Ngã-Phật. Nhưng vì đây là việc làm của ý thức nỗ lực qua

tâm thế tục, sự tu tập Yoga này không có bản chất siêu việt, chỉ được thiết kế như là pháp tu tập chuẩn bị cho các Yoga cao hơn.

(2) Nghĩa đen: "Quên các pháp thế tục."

(3) Địa (Phạn: Bhūmi; T.T.: Sa.), nghĩa đen là đất, nhưng thuật ngữ này được dùng trong hầu hết những Kinh Điển Đại Thừa để chỉ những giai đoạn cao hơn của đường Đạo. Thông thường có mười giai đoạn chính, hay Địa. Xem Chuyện 54, Chú thích 2 .



Gambopa, đệ tử hàng đầu của Milarepa, vị khai sáng Dòng Truyền Thừa Kagyu

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

PHẦN BA

NHỮNG CHUYỆN HỖN HỢP

45. NHỮNG CHUYỆN NGẮN KHÁC NHAU

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Khi Jetsun Milarepa đang sống ở một chỗ hẻo lánh gọi Ku Ju, Rechungpa xin ông dạy một giáo lý mà ông ta có thể tu tập sùng mộ với cả thân, khẩu, và ý. Để trả lời, Milarepa hát:

Tu tập sùng mộ với thân
Là giữ giới luật Không Phân Biệt;
Tu tập sùng mộ với khẩu
Là giữ miệng khép kín như trâu câm;
Tu tập sùng mộ với ý
Là thấy bản tánh của Không Hiện Hữu.

Rechungpa lại hỏi:

Bởi vì con vô minh,
Nên vẫn chưa hiểu
Giữ giới của thân cách nào,
Kiểm soát khẩu cách nào,
Quán Tự Tánh của Tâm cách nào.

Jetsun đáp:

Giữ giới của thân
Là giữ các Luật của Tam Học, (1)
Giữ giới của khẩu
Là giữ im lặng và thư thái,
Thấy Tự Tánh của Tâm

Là quán nó theo cách không chấp trước.
Để quảng diễn lời chỉ dạy của Đạo Sư, Rechungpa hát:

Trong Pháp Thân bẩm sinh, tự tại,
Là khái niệm về Báo Thân.
[Như vậy] Hóa Thân có thể phục vụ vô số chúng sinh.
Căn bản là tinh thần Từ bỏ,
Con Đường là Tâm Bồ-đề và Hạnh Bồ-đề,
Quả là giữ các luật Samaya [Mật nguyện].

Từ bỏ Tám Dục Vọng thế gian,
Bỏ tất cả việc của đời này,
Thề bỏ khoái lạc và giàu sang,
Bỏ hẳn bất lương và sống ác.
Như một người điên, không chú ý đến thân;
Như một người câm, lúc nào cũng ngậm miệng;
Như một em bé, để tâm tự do không chấp trước;
Đây là những cách người ta tu tập sùng mộ.

Lúc ấy Jetsun bình luận, "Nhưng ai không biết những điểm trọng yếu thì sẽ sai lầm như vầy":

Kẻ nào cố gắng vì Giải Thoát với ý nghĩ
Về "ta," sẽ không bao giờ đạt được nó.
Kẻ nào cố gắng nới lỏng những cái nút của tâm
Khi tinh thần y không quảng đại hay tự do,
Sẽ chỉ trở nên thêm căng thẳng.
Kẻ nào không có Chứng Ngộ
Lang thang trong bóng tối như người mù.
Kẻ nào không thể giữ giới luật
Không có thật tinh thần từ bỏ.
Không với Tâm Bồ-đề,
Không thể giúp người khác.
Nếu không có Mật Điển,
Sẽ không có các Giáo Lý dẫn đường.
Tám Pháp là những cám dỗ của thế gian này.

Dục vọng và phiền não khiến người ta phá tan đức hạnh;
Do tinh ranh và chấp trước, người ta bị nhốt
trong luân hồi.
Nếu ý nghĩ dấy lên, thì cái "hai" cũng vậy.
Ngôn từ, do thuyết thoại, không thể siêu việt được.
Giáo lý không có Dòng Truyền sẽ bị đứt đoạn.
Không giữ giới sẽ đem Diêm vương (Yama) đến.
Nếu bị ràng buộc với thân nhân
Và kẻ thù, sẽ rơi vào lầm lẫn.
Nếu nghĩ đến "hữu"
Ý niệm về lấy và chối từ sẽ đến.
Từ khái niệm về "hiện hữu,"
Chấp trước liền theo sau.
Không có Chân Giác Ngộ,
Tâm người sẽ bị ước muốn ám ảnh.
Tất cả thuyết thoại sẽ trở thành vô nghĩa hoàn toàn
Nếu người ta không thể giải minh Chân Lý!

... ...

Một lần khác, Milarepa che kín cả đầu lẫn mặt trong khi ngồi ở chỗ thiền định. Một Repa trẻ đến hỏi ông, "Jetsun Cha, làm sao mà sư phụ có vẻ như ngủ gục vậy?" Để trả lời, Milarepa hát:

Khi ta che kín cả đầu và mặt
Ta có thể thấy những nơi xa xôi,
Mà những người thế gian không thấy
Bằng đôi mắt mở to của họ.
Khi ta ngủ với thân trần truồng
Ta thực hiện Pháp.

Tám Dục Vọng Thế Gian
Là những nguyên nhân phân tán.
Tất cả các hạnh được hoàn thành
Bên trong tâm.
Kỳ diệu làm sao là kinh nghiệm

Xuất thần không dứt!
Ta, Hành giả Yoga, đã hoàn thành sùng mộ,
Luôn luôn cảm thấy vui trong bất cứ việc gì ta làm!

… … …

Một dịp khác, khi Jetsun Milarepa đang ở Tsiba Gonti Tson, Rechungpa hỏi ông, "Nếu năng lực [thần thông], Kinh Nghiệm, và Chứng Ngộ của một hành giả yoga đủ vĩ đại rồi, ông ta cũng phải giữ bí mật sự thành tựu của mình hay có thể biểu diễn chúng nếu ông ta thích?" Để trả lời, Milarepa hát:

Con sư tử trên núi tuyết,
Con cọp trong rừng,
Và con cá voi trong đại dương –
Đây là ba con vật dẫn đầu.
Nếu chúng có thể tự dấu mình
Sẽ tuyệt diệu cho chúng,
Vì lúc ấy chúng sẽ tránh được kẻ thù của chúng.
Đây là ngụ ngôn bên ngoài của ta.
Bây giờ hãy lắng nghe các ngụ ngôn bên trong:

Thân thể của hành giả yoga,
Con Đường Thiện Xảo của Mật Điển,
Và sự Thành Tựu qua Sùng mộ,
[Đây là ba vật quí].
Nếu một hành giả yoga có thể dấu chúng,
Thì tuyệt diệu cho y,
Vì bấy giờ y sẽ có ít kẻ thù hơn.
Hỡi ôi, ít hành giả yoga ở Tây Tạng
Bây giờ có thể dấu được ba thứ này.
Vì thế nên ở đây
Có thể thấy một vài người thành tựu.

… … …

Một lần khác, Shangon Repa đến nói với Jetsun rằng trong tâm ông ta có nhiều nghi ngờ. Jetsun trả lời ông ta một cách chi tiết, rồi hát kết luận:

Không chứng ngộ chân lý Nhiều-Là-Một,
Dù cho thiền định về Đại Quang,
Anh chỉ tu tập cái Thấy Chấp Trước.
Không chứng ngộ chân lý nhất thể của Cực Lạc và Không,
Dù cho anh thiền định về Không,
Anh chỉ tu tập Hư vô chủ nghĩa [đoạn diệt].
Nếu anh không thể thiền định
Bất cứ lúc nào và bất cứ ở đâu,
Thiền định vô niệm của anh chỉ là mê hoặc.
Nếu anh không chứng ngộ tâm bình thường, (2)
Tu tập về Bất Nhị của anh
Không thể vượt qua nỗ lực và tận sức.
Nếu anh không chứng ngộ tự tâm là không hiện hữu,
Tu tập không phân biệt của anh
Không thể vượt qua cố gắng và nỗ lực.
Nếu trong tâm anh
Sự từ bỏ thâm sâu chưa phát khởi,
Những hành động vô vi của anh
Vẫn còn bị hy vọng và sợ hãi ràng buộc.
Những hành vi đạo đức biến thành thói xấu
Nếu anh không biết [cái gì] ở bên kia khước từ
và chấp nhận.
Tất cả việc anh làm sẽ bủa lưới
Anh trong lao nhọc luân hồi
Nếu anh không biết [cái gì] ở bên kia sinh và tử.

... ...

Sau đó, một cơn hạn hán nghiêm trọng xảy ra trong khi Jetsun Milarepa đang ở Động Thủy Mộc Thủy Tinh (3) bên Sông Từ Thiện, có tên là cái Cổ của Nữ Thần Trường Thọ. Bởi vì khan hiếm nước, những người bảo trợ của Drin cãi lộn và đánh nhau tranh quyền về nước. Cuối cùng, tất cả họ cùng đến

nhờ Jetsun làm trọng tài. Ông nói với họ, "Tôi không biết gì về những chuyện thế gian. Mưa sẽ đến, các anh chị không phải đánh nhau." Tuy nhiên, Rechungpa vẫn thúc giục Jetsun giảng hòa cho họ, vì vậy Milarepa đáp, "Chúng ta những hành giả yoga không liên quan gì đến việc làm trọng tài thế gian. Bây giờ hãy nghe bài hát của ta:

Người là kho tàng của những đức hạnh hoàn hảo,
Là nguồn thỏa mãn tất cả mọi dục vọng;
Với Người, đại Dịch giả Marpa,
Con đảnh lễ với lòng tôn kính sâu xa nhất.

Người cố vấn, người hòa gải, và người trung gian –
Ba người này gây bất hòa và đau đớn.
Ai muốn tự do và trung lập nên giữ
Im lặng như người câm và không đứng bên nào.

Tài sản, thân quyến, và quê hương –
Ba cái này giam hãm người ta trong các cõi luân hồi.
Ai băng qua con sông khốn khổ
Nên cắt đứt sợi xiềng ràng buộc không do dự.

Tự phụ, mánh lới, và giả vờ –
Ba cái này lôi người ta xuống những Cõi thấp hơn.
Ai đạt đến bình diện cao hơn và Con Đường Giải Thoát,
Nên giữ tâm mình trung trực và ngay thẳng.

Thuyết thoại, thảo luận, và học vấn –
Ba cái này gây ganh tị và kiêu hãnh.
Ai tu tập thánh Pháp,
Nên khiêm cung và tiết độ.

Nhà bếp, việc nhà, và chăm sóc –
Ba cái này làm hỏng sự thiền định của hành giả yoga.
Ai giữ gìn Trí Tuệ bẩm sinh,
Nên tăng cường tự trọng.

Thầy, đệ tử, và học thức –
Ba cái này là gánh nặng và làm tâm phân tán.
Ai thiền định trong cô tịch,
Nên tránh cả ba.
Phù thủy, huyền thuật, và To Tse, (4)
Ba cái này khiến hành giả yoga chịu ảnh hưởng xấu.
Ai hoàn thành tu tập Pháp,
Nên nhớ chim ca hát Jolmo. (5)

Đến bây giờ ta đã hát
Bảy điều phi công đức trái với Pháp
Và bảy thứ giải độc,
Có được qua kinh nghiệm của riêng ta.
Với công đức này ta hy vọng
Con sẽ sớm đạt Giác Ngộ.

Rồi Milarepa khấn nguyện với Tam Bảo; nhờ đó mưa lớn đã rơi, và tất cả tranh cãi lắng xuống. Những đệ tử tâm phúc và các tăng nhân tụ tập ở đó lúc ấy cầu xin sự gia trì từ Jetsun, yêu cầu ông ban cho họ giáo lý thiết yếu của Đại Thủ Ấn và của Sáu Yoga. Ông đáp, "Nếu các anh có thể tu tập mà không bỏ, ta sẽ dạy. Đây là những điểm rất quan trọng các anh nên nhớ tất cả trong tâm":

Mặc dù Sư Phụ, Người có vẻ như
Đã nhập Niết Bàn,
Sự thực Người đang ở Tịnh Địa của Báo Thân,
Làm những hành vi phúc thiện cho tất cả
Chúng sinh trong Ba Cõi.
Với Người, Dịch giả Marpa, con xin tỏ
Lòng tôn kính chân thành nhất.

Dewashun, Shiwa Aui, Ngan Tson Dunba,
Và những đệ tử thiên phú của ta tụ hội nơi này
Thân thiết với ta như con của ta,
Đã hỏi ta những chỉ dạy về thiền định.

Để trả lời, ta hát Mười Điều Cốt Yếu.

Quan trọng là biết
Rằng Thân Phật cầu vồng
Thì trống rỗng song hiển hiện.

Quan trọng là biết
Rằng quỉ và ma là không hiện hữu;
Thân huyễn thuật của chúng chỉ là
Phù phép của tâm.

Quan trọng là lúc nào cũng có
Niềm tôn kính vĩ đại nhất
Đối với Jetsun Đạo Sư ân huệ.

Quan trọng là biết
Rằng nên khước từ
Chuyện thế gian bất tận.

Quan trọng là làm việc khó nhọc mà không phân tán
Vì những Kinh Nghiệm ấm áp và Cực Lạc
Của các phép tu tập Khí và Kênh.

Quan trọng là có ý chí mạnh để hợp nhất
Phép tu tập phối hợp Yoga Mộng
Và Yoga Thân Huyễn.

Quan trọng là hành trì thiền định ở Bên kia biểu tượng
Vì Tự Tánh chiếu sáng, trần truồng.

Quan trọng là chú ý lời Chỉ Dạy Cắt Đứt (6)
Vì Tánh Không Hóa Hiện tất cả.

Quan trọng là có lòng thương xót và từ tâm
Hướng về những chúng sinh không giác ngộ.
Quan trọng là có lòng tin quyết không hy vọng và

không sợ hãi
Về Pháp Thân bất sinh của Tự Tâm.

Các con thân mến của ta, đây là
Những điều quan trọng mà các con
Nên nhớ trong tâm và tu tập.

Tất cả các đệ tử vô cùng phấn khởi. Rồi Rechungpa xin Jetsun nói chi tiết về giáo lý gọi là "Chỉ Ra Trí Tuệ của Bốn Cực Lạc." Yêu cầu này đã được ban cho, và để kết luận, Milarepa hát:

Ở chỗ vắng vẻ, như một khu rừng,
Hành giả yoga nên tu tập Bốn Hạnh (7)
Và cân bằng Bốn Đại Bên Trong.
Như thế, Trí Tuệ của Bốn Cực Lạc
Sẽ xuất hiện trong tâm.

... ...

Một dịp khác, Jetsun Milarepa đến Phuyagzha thuộc Drin để xin của bố thí. Một người bảo trợ nói với ông, "Gần chùa Lhaze có một cái động rất hấp dẫn. Nếu thầy thích ở đó, tôi sẽ phục vụ thầy, nhưng tôi không biết nữ quỉ trong vùng có thân thiện với thầy hay không." Milarepa hỏi, "Cái động thuộc loại nào, và quỉ đó là ai?" Người đàn ông nói, "Cái động rất yên tĩnh và hấp dẫn, nhưng phiền là nữ quỉ đó sẽ nuốt ngấu nghiến bất cứ ai ở đó. Thầy có thể, nếu thầy nghĩ mình có thể, ở trong cái động đó và làm bạn với nó."

Rồi Milarepa đến cái động và ở lại đó. Nửa đêm, một người đàn bà xuất hiện và gầm lên như sấm với giọng đe dọa, "Ai đang ở trong nhà ta đó?" Milarepa không chú ý, nhưng vẫn ở trong tâm thái từ bi. Rồi nữ quỉ kêu lên, "Dịch vật nó đi! Trông như lão ta có ý định ở đây thật!" Vì vậy nữ quỉ gọi một đại quân quỉ ném đá núi và mưa đá cục vào Jetsun, và làm phép biến hóa ra nhiều ảo cảnh dữ tợn để làm ông kinh hoảng. Nhưng chúng không làm gì được ông ngay cả làm trầy trụa da ông vì ông ở

trong Định. Rồi tất cả bọn quỉ kêu lên, "Bất cứ lý do gì đưa nhà ngươi đến đây, bây giờ hãy đi đi, hãy trở về chỗ cũ của nhà ngươi đi! Nếu nhà ngươi không đi, tụi tao sẽ gọi thêm nhiều đạo binh nữa tới đây để uống máu nhà ngươi, ăn thịt nhà ngươi!" Nhưng Milarepa hát đáp lại với tâm đại bi:

Hãy lắng nghe cho kỹ, các ngươi đoàn quân quỉ,
Các ngươi lũ Quỉ đói xấu xa và ác độc,
Các ngươi có biết các ngươi là những kẻ
Bị Nghiệp của mình trừng phạt,
Rằng càng nghĩ ác
Đau khổ càng nhiều?
Các ngươi có biết rằng vận may
Sẽ biến mất vì ác ý,
Càng tham lam
Càng khó tìm ra thực phẩm?
Các ngươi bị đói thúc bách
Bị đoạt mất nhiều cơ hội,
Do quá yêu thích di chuyển
Mà các ngươi mất nhà và giường ngủ của các ngươi.
Vì quá gắng sức
Nên các ngươi khó có thể hoàn tất việc mình làm.
Vì ác Nghiệp của mình
Các ngươi khó thành tựu được gì.
Vì các ngươi nói quá nhiều,
Kẻ thù của mình, các ngươi không thể chinh phục được.
Những ma cảnh quái ác các người phù phép biến ra
Đối với ta thật là đáng đón mừng và vui nhất.
Đối với thuật phù thủy nhơ nhớp, mê hoặc của các ngươi
Ta, Hành giả Yoga, có nhiều để nói.
Các ngươi nên nguyện với ta bằng những lời ca tụng
Nếu các ngươi muốn trở về nhà và giường ngủ
của các ngươi.
Nếu các ngươi có gì tranh luận
Hãy cùng nhau tham khảo và đưa ra đi.

Đây là nơi vấp ngã của nhiều hành giả yoga;
Bây giờ ta đến đây chỉ để kỷ luật các ngươi!
Đây là chỗ ta và các ngươi gặp mặt.
Nhưng ta là người mà ước muốn được hoàn thành.
Các ngươi lũ ma đã tụ hội nơi này,
Đừng bỏ đi, mà hãy ở lại
Và hãy gọi bạn bè của các ngươi đến nhập bọn
với các ngươi!

Lúc ấy nữ quỉ, lãnh đạo của bọn yêu tinh, nói với Milarepa, "Bởi vì ngài mặc chiếc áo giáp Bi-Không, nên chúng tôi không thể làm hại được ngài bằng bất cứ cách nào chúng tôi đã thử!" Nói vậy rồi, nữ quỉ và tất cả bọn quỉ tự quì lạy trước Jetsun, hiến dâng Milarepa sự sống và trái tim của chúng, cùng với lời hứa trang nghiêm [cải hóa]. Lúc ấy Milarepa giảng chân lý Nghiệp và luật lệ đạo đức cho họ.

Khi Milarepa trở lại, người bảo trợ hỏi ông, "Nữ quỉ có chịu hàng phục không?" Milarepa trả lời, "Có, thực vậy; bây giờ xin hãy lắng nghe bài hát của tôi":

Trong chùa Lhaze ở Drin
Ta đã ngồi với thân ma này,
Tréo chân, thấm nhập trong Thiền-na Bất Nhị.
Không phân tán, ta đã chiêm nghiệm chân lý vô hữu,
Cải hóa nữ quỉ xấu xa đến Bồ-đề.
Từ bỏ ác tính, trở thành đệ tử của ta.
Từ giờ trở đi, bất cứ ai thiền định
Ở đó sẽ không gặp phiền nữa,
Bất cứ ai ở lại đó cũng sẽ tiến bộ.

Chỗ đó đã trở thành Động Cát Tường của các Nữ thần;
Nữ chủ nhân ở đó bây giờ là một Phật tử cư sĩ –
Một trong những tín đồ thành tín của ta,
Một người bạn hữu ích cho tất cả.
Bất cứ ai ở lại đó đều được bảo đảm
Về sức khỏe, sống lâu, và Thành Tựu.

Nghe bài hát này, những người bảo trợ đều thích thú. Với niềm tin chân thành, họ phục vụ Jetsun với lòng hiếu khách vô cùng trong nửa ngày ông ở đó. Một người chăn cừu thành tín [trong bọn họ] cầu xin Milarepa cho anh ta một vài giáo lý Phật Giáo hữu ích cho tâm anh ta. Milarepa nói, "Giảng giáo lý Phật Giáo đối với tôi thì dễ, nhưng tìm được người thực sự có thể tu tập giáo lý thì khó."

Mặc dù giảng giải và thúc giục từ bỏ
Ưu phiền trong đại dương Sinh Tử,
Ít người thực sự tin theo
Và quyết tâm từ bỏ.
Mặc dù biết sinh sẽ luôn luôn biến thành tử,
Ít người cảm thấy không dễ gì, hay nghĩ rằng
nó sẽ chấm dứt.
Mặc dù đời được gia trì với những triển vọng tốt,
Chỉ ít người có thể tu tập kiêng cữ một ngày.
Mặc dù an lạc của Giải Thoát được xiển dương
Và đau khổ của luân hồi được nhấn mạnh,
Ít người thực sự có thể vào cửa Pháp.
Mặc dù những Chỉ Dạy Thiết Yếu sâu xa
Của Dòng Truyền Rỉ Tai được ban cho không hà tiện,
Ít người có thể tu tập chúng mà không thất bại.
Mặc dù giáo lý Đại Thủ Ấn được xiển dương
Và chứng minh phép Chỉ Ra được thi triển,
Ít người thực sự có thể hiểu được Tự Tánh của Tâm.
Đối với đời ẩn sĩ và ước muốn của Đạo Sư
Người ta có thể luôn luôn ngưỡng vọng
Nhưng ít người có thể đưa nó vào thực hành.
Con Đường Thiện Xảo của Naropa
Có thể chỉ ra không che dấu,
Nhưng những người thực sự có thể theo nó
Thì rất và rất ít. Người trẻ tuổi thân mến của ta,
Anh nên theo bước chân ta
Nếu trong đời này, anh muốn làm
Một điều gì xứng đáng.

Niềm tin của anh ta đối với Milarepa cuối cùng đã được xác minh, người chăn cừu đi theo ông như một người hầu cận và được khai thị với những Chỉ Dạy Thiết Yếu. Sau khi thiền định một thời gian, kết quả anh ta trở thành một hành giả yoga với những Chứng Ngộ tốt.

… … …

Một lần khác, vì lợi ích chúng sinh, Jetsun Milarepa đi ra ngoài xin của bố thí. Khi đến một ngôi làng ở giữa một cánh đồng, ông thấy nhiều người đang vui chơi. Một số đang chơi xúc xắc, cờ, và những trò chơi khác, trong khi những người khác đang ném đá và bắn tên, và một vài người đàn bà đang đan len. Milarepa đến gần họ và xin bố thí. Một cô gái trẻ nói, "Thưa Lạt-ma, ông có thân nhân – cha, mẹ, anh, chị, em không? Ông có nhà hay đất không?" Jetsun đáp, "Có. Tôi có tất cả, và của tôi tốt hơn của đa số người khác."

"Trong trường hợp đó, họ sẽ cung cấp cho ông tất cả những thứ cần cho sùng mộ," cô gái đáp. "Nhưng hãy nói cho tôi biết điều gì về thân nhân của ông đi." Để trả lời, Milarepa hát:

Quê hương của ta là Thiên Đường Hoàn Hảo,
Nông trại của ta thiện chí cho tất cả,
Nhà của ta đại Bi Tâm,
Cha của ta thuộc dòng Như Lai.
Chú bác của ta là những nhà truyền giáo
Truyền bá Pháp khắp mọi nơi.
Tổ tiên ta là Tilopa và Naropa,
Cha ta là Vua Thiện Xảo,
Mẹ ta là Nữ Nhân Trí Tuệ xinh đẹp.
Anh trai ta là giới luật thanh tịnh.
Em trai ta, tinh tấn chuyên cần,
Em gái ta là niềm tin vững chắc, và chính ta
Là con cháu của tự phát.
Các thành tố của thân ta là những Công Đức,
Khách duy nhất của ta là các vị thần.
Về trồng trọt, ta chỉ

Cày Pháp Thân.

Tất cả những người chơi trong buổi hội tụ tập thành đám đông quanh Milarepa trong khi ông hát. Rồi cô gái nói với Milarepa, "Thưa Lạt-ma, những điều thầy hát rất kỳ diệu. Vì thầy rất giàu, tôi mời thầy ở lại đây làm thầy tinh thần của tôi, một người tôi có thể ký thác sự tin cậy của tôi trong lúc bất hạnh và đặt hy vọng cho an lạc hiện tại và tương lai của tôi. Tôi sẽ cung cấp cho thầy tất cả những vật cần để phụng sự chư thần và những biểu tượng thánh linh của họ. Quả thực, thầy trông có vẻ như một người có những năng lực gia trì vĩ đại."

Rồi một vài thanh niên nói, "Thưa Hành giả Yoga, những trò chơi hấp dẫn của chúng tôi và những tác phẩm thích thú của các cô gái là những dấu hiệu của niềm vui và an lạc của chúng tôi. Chư thiên cũng có những khoái lạc như chúng tôi chứ? Ngài dường như có giọng rất tốt. Xin hãy hát một bài bình luận cho chúng tôi về những điều này." Jetsun đáp, "Cái vui của các anh không giống niềm vui của chư thiên. Ta sẽ nói cho các anh những khác nhau trong bài hát này."

Trong những căn nhà của các ngươi những người, thần ác
Và những biểu tượng thánh linh là cội rễ của tội lỗi.
Những ngọn đèn dầu cháy trong những trái tim hạ tiện
của các ngươi
Giống như những đống lửa lớn trước những người thu thuế tham lam.
Những chủ nhân có nhiều gia súc
Giống như bộ răng của những kẻ ăn thịt.
Những cha mẹ có nhiều con cái
Giống như những miếng thịt luộc
Trong nắm tay của một người đói.
Những lão trượng gầy mòn, những người quét dọn nhà cửa
Bị bỏ quên, giống những con ruồi cô độc.
Miếng bã có mùi thơm giữa những đổ nát.
Người chủ của vận may lớn
Giống như quỉ bảo vệ, Gordag. (8)

Những trò chơi ném đá, bắn tên
Giống như những cuộc đánh nhau dữ dội giữa chư thiên và A-tu-la.
Trò chơi cờ giống như
Những âm mưu nhơ bẩn giữa các ông vua.
Những kẻ chơi trò đổ xúc xắc và tạt nước
Giống như những con quỉ nắm lấy thực phẩm tế sinh.
Những gánh nặng và vướng mắc trong nghề nghiệp của các ngươi
Giống như những mạng nhện giăng trên cây.
Sự ca hát và nhảy múa của các ngươi
Giống như trò chơi ngu ngốc của bọn quỉ lùn giữ của dưới đất.
Khán giả của những trò chơi của các ngươi
Là những con vật ngu ngốc
Chăm chú nhìn ảo ảnh.
Những kẻ bình luận những trò chơi của các ngươi
Là những con rắn oằn oại không đầu.
Những kẻ ham thích trò chơi và những trò tiêu khiển
Giống như những tên ma đói, những kẻ ăn hương,
Tham lam hít lấy những thức ăn săn đuổi.

Nghe bài hát này, tất cả những người lắng nghe đã tự quì lạy trước Jetsun với niềm tin và tôn kính. Rồi cô gái mời Milarepa vào nhà cô ta và phục vụ ông với lòng hiếu khách. Sau đó, cô ta tu tập những chỉ dạy thọ nhận nơi ông và đã có thể đi vào đường Đạo trong lúc chết.

… … …

Một dịp khác, khi Jetsun [lại] đi ra ngoài xin của bố thí, ông đến giữa một cánh đồng lớn và thấy nhiều người đang làm nhà. Rồi ông nằm xuống trên mặt đất [gần đó tựa như không có gì xảy ra]. Bà chủ nói với ông, "Hành giả Yoga thân mến, ông dường như chẳng có việc gì làm – đây là một vài dụng cụ, xin hãy dùng chúng làm việc cho chúng tôi một chút và tôi sẽ đem thức ăn nóng đến cho ông." Một lúc sau bà ta trở lại, thấy

Milarepa vẫn nằm đó, nói, "Không lạ gì người ta nói rằng một vài người đáng được đối xử như rác rến vô tích sự! Ông có nhiều thì giờ trong tay, song chẳng làm *bất cứ việc gì*, ngay cả một chút việc đắp vá. Ông vô dụng!" Nói như vậy rồi, bà ta bỏ đi để lại Milarepa một mình.

Rồi Milarepa đi theo bà ta vào nhà nơi những người thợ đang ăn cơm chiều, và xin một ít đồ ăn. Bà chủ nói, "Kẻ nào lười thân không làm việc không nên làm phiền cái miệng lười phải ăn." Jetsun đáp, "Tôi không giúp bà vá bức tường bởi vì tôi bận việc khác quan trọng hơn việc của bà nhiều." Lúc ấy những người bảo trợ hỏi ông việc gì quan trọng đã lôi cuốn sự chú ý của ông. Để trả lời, Milarepa hát:

Con đảnh lễ tất cả Đạo Sư. Trên hết,
Con qui y nơi Bậc Ân Huệ!

Các người thấy ta dường như không làm việc gì,
Nhưng ta thấy mình lúc nào cũng làm việc.

Trên bình nguyên bất tác ở Bên Kia Các Biên,
Ta đang bận rộn xây Bức Tường Thiền Định;
Ta không có thì giờ để đắp vá những bức tường đất sét.
Trên Bình Nguyên Tánh Không phương Bắc, (9)
Ta đang thuần hóa những con dê hoang dục vọng;
Ta không có thì giờ để cày thửa đất của cha.
Trong cõi Bất Nhị và Ở Bên Kia Ngôn Từ,
Ta đang khắc phục con quỉ Bản ngã;
Ta không có thì giờ để đánh nhau với kẻ thù cay đắng.
Trong Cung Điện Ở Bên Kia Đo Lường –
Tự Tánh và Tâm không phải hai
Ta đang bận chú ý đến việc của ta;
Ta không có thì giờ để làm việc nhà.
Trong Man-đa-la thân ta của Phật
Ta đang nuôi dưỡng đứa con nhỏ "Tỉnh Giác" của ta;
Ta không có thì giờ để nuôi dưỡng kẻ khác
và lau mũi cho họ.

Trên sân Đại Cực Lạc,
Ta đang gom lại sự giàu sang của Pháp;
Ta không có thì giờ để làm việc kiếm tiền
trong thế gian này.
Trên núi Pháp Thân bất động,
Ta đang chăm sóc những con chiến mã Tự Tỉnh Giác;
Ta không có thì giờ để chăm sóc cừu và gia súc.
Với đất sét thịt và xương của ta,
Ta đang xây Bảo Tháp Tự Tại;
Ta không có thì giờ để làm tháp miếu Tsa Tsa. (10)
Trên Trung Khu Trái Tim tam giác,
Ta đang đốt đèn Quang Minh;
Ta không có thì giờ để đốt đèn bơ (11) dâng cúng các thần.
Trong nhà nguyện Lạc-Không,
Ta đang cúng dường Bất Tử
Lên Phật Tâm-Thiền Định;
Ta không có thì giờ để làm những đồ cúng dường vật chất.
Trên trang giấy Tâm Không Tì Vết
Ta viết những chữ chinh phục dục vọng;
Ta không có thì giờ để phiền viết bản thảo thế gian.
Trong cái chén Sọ người Tánh Không để Uống
Ta đang pha trộn Ba và Năm Độc; (12)
Ta không có thì giờ cho các luật lệ giáo sĩ.
Đầy tình yêu và thương xót
Ta đang bảo vệ tất cả [chúng sinh] trong Sáu Nẻo;
Ta không có thì giờ để chú ý thân nhân.
Trước các Sư Phụ,
Ta đang ấp ủ những lời chỉ dạy của họ;
Ta không có thì giờ cho những hành động thế gian.
Trong am vắng nơi núi non hẻo lánh,
Ta đang tu tập các giáo lý Bồ-đề;
Ta không có thì giờ để đắm mình trong giấc ngủ.
Với cái miệng như vỏ sò, tam giác,
Ta đang hát Pháp ca;
Ta không có thì giờ để nói chuyện nhàn rỗi.

Nghe bài hát này, tất cả những người dự hội đều được cải hóa. Rồi họ hỏi, "Ngài có cơ hội nào không, Jetsun Milarepa?" "Có," Jetsun đáp. "Chúng tôi quả thực may mắn!" tất cả kêu lên. Vì thế họ cúi đầu lễ bái với ông, đi nhiễu quanh ông nhiều lần, ca ngợi ông, và phục vụ ông với những phẩm vật cúng dường tuyệt hảo. Bà chủ nhà cũng chấp nhận sám hối.

Rồi một thanh niên nói với Milarepa, "Chúng tôi muốn đến với ngài để được chỉ dạy; xin nói cho chúng tôi biết chùa ngài ở đâu và ai cung cấp thực phẩm cho ngài." Milarepa hát trả lời:

Con cúi đầu đảnh lễ tất cả chư Sư Phụ.

Chùa của ta là một cái am không tên,
Người bảo trợ của ta là những nam và nữ ở khắp mọi nơi,
Không ai có thể bảo ta sẽ đi đâu hay ở lại chỗ nào.
Trong những hang động nơi không người đến
Ta, Hành giả Yoga, không ai thấy.
[Khi du hành] ta chỉ mang theo
Những Chỉ Dạy của Đạo Sư ta –
Nhẹ hơn lông chim, ta dễ dàng vác chúng trên vai;
Dễ dùng hơn vàng, ta dấu chúng nơi nào ta thích;
Vững mạnh lâu đài kiên cố,
Chúng đứng vững vàng trong mọi nguy cơ.
Ba mùa Đông ta sống an lạc trong rừng
Ba mùa Hè ta vui vẻ ở trên núi tuyết;
Ba mùa Xuân ta sống thích thú trong các đầm lầy;
Ba mùa Thu ta vui thích lang thang xin của bố thí.
Trong lời dạy của Đạo Sư ta, tâm ta luôn luôn an lạc;
Hát những bài ca hứng khởi, miệng ta luôn luôn an lạc;
Mặc vải xứ Nepal, thân ta luôn luôn an lạc.
Trong vui thích, ta hoàn thành tất cả và mọi sự –
Với ta chỉ có vui vẻ và hân hoan.

Milarepa nhận thanh niên này làm người hầu cận.

Về sau anh ta trở thành một hành giả yoga có những Chứng Ngộ tốt. Mọi người trong hội chúng cũng nguyện làm một hành vi đạo đức đặc biệt.

… … …

[Một lần nữa] Jetsun Milarepa lại đi ra ngoài xin của bố thí và đến một chỗ đàn ông và đàn bà đang mở tiệc uống bia. Tất cả bọn họ là những tín đồ của Pháp theo các trường phái thuộc Mật Điển hoặc Kinh Điển. Milarepa hỏi họ xin thức ăn, nhưng bị nhạo báng, chê cười, nhất là những người ngồi ở hàng trên. Rồi người lãnh đạo của nhóm nói, "Thưa Hành giả Yoga, ông từ đâu đến và đang đi về đâu?"

"Tôi là một người không bao giờ trà trộn trong đám đông, mà chỉ sống đời mình trong những vùng núi non không người," Jetsun đáp.

"Ông nói chuyện nghe như ông là Milarepa; phải không?"

"Phải, nhưng vì tôi không biết gì về Tám Pháp Thế Gian, tôi không bao giờ trà trộn với bất cứ nhóm Phật tử nào hết."

"Điều này có thể rất đúng," người lãnh đạo đáp, "nhưng nếu ông là ông ta, ông phải có khả năng giảng Pháp qua những bài hát. Như tất cả chúng tôi đều biết, Jetsun Milarepa là một hành giả yoga đã hoàn toàn khai thông các Kênh của Trung Khu Cổ Họng, và như vậy có khả năng giảng bất cứ Pháp nào không một chút ngần ngại hay khó khăn. Do đó, để phấn khích những người dự hội này, bây giờ xin ông hát cho chúng tôi nghe."

Đáp lời, Milarepa hát bài, "Đại Dương Sinh Tử":

Bậc Đạo Sư vô song luôn luôn ngồi trên đầu con.

Hỡi ôi, không phải Sinh Tử giống như biển cả sao?
Người ta lấy nước nhiều bao nhiêu tùy ý,
Nhưng nó vẫn như vậy, không giảm đi.
Không phải Tam Bảo giống như Núi Tu-di,
Không bao giờ ai có thể lay động được nó?

Không phải Samaya [Mật nguyện] giống như

cái lông chim
Đã rụng và không ai quan tâm cả?
Không phải những giới luật thanh tịnh của giáo sĩ
Giống như xác chết của người bệnh cùi
Bị bỏ bên đường, không ai động đến?
Không phải bộ da con lửng đặt trên ghế ngồi
Đầy gai nhọn chích vào mông
Các giáo sĩ [địa vị] cao trọng sao?
Nhiều người nghĩ giữ những giới luật tu sĩ
Là vô nghĩa, không đúng sao?
Nhiều tăng sĩ làm ngơ giới luật, không phải sao?

Có bọn cướp Mông cổ nào xâm nhập phòng của
hành giả yoga không?
Vậy, tại sao những đại hành giả yoga ở trong
thị trấn hay thôn làng?
Không phải người ta ham tái sinh
và Cảnh Giới Trung Gian sao?
Vậy, tại sao họ bám níu nhiều vào các đệ tử của họ?
Áo len trong đời kế tiếp có đắt hơn không?
Vậy, tại sao đàn bà đan nhiều áo len đến thế?
Người ta có sợ luân hồi có thể bị làm cho
trống rỗng không?
Vậy, tại sao tu sĩ và cư sĩ ham có trẻ con?
Các người có để dành thức ăn và đồ uống cho
đời kế tiếp của mình không?
Vậy, tại sao đàn ông và đàn bà không bố thí từ thiện?
Ở cõi Trời có khốn khổ nào không?
Vậy, tại sao không có nhiều dự tính đi đến đó?
Ở Địa ngục có niềm vui nào không?
Vậy, tại sao rất nhiều người chuẩn bị viếng nó?
Các người không biết rằng tất cả đau khổ
Và các cõi thấp hơn là kết quả của tội lỗi sao?
Các người chắc chắn biết rằng nếu bây giờ
tu hành đức hạnh,
Các người sẽ an tâm và không hối tiếc khi chết đến.

Đến đây thì toàn thể bữa tiệc trở nên ý thức rằng người hát đích thực là Jetsun Milarepa. Thấm nhiễm kính tín sâu xa, họ đã phục vụ ông với lòng hiếu khách vô cùng. Rồi Milarepa giảng Pháp cho họ. Do tu tập những giáo lý này, một vài người trong nhóm đã có thể nhập Đạo vào lúc họ chết. Nếu tất cả những trường hợp như thế này được thuật lại hết, thì sẽ có nhiều câu chuyện hơn nữa.

... ...

Trong chuyện này [sự thực gồm một số chuyện nhỏ với nhau], Milarepa đã trả lời những câu hỏi khác nhau của các đệ tử cũng như những người bảo trợ của ông, ở những địa điểm khác nhau và thời gian khác nhau. Vì thế, không thể xếp chúng thành bất cứ một nhóm nào đặc biệt.

Chú Thích Chuyện 45

(1) Tam Học: Xem Chuyện 42, Chú thích 3.

(2) Tâm bình thường (T.T.: Thal.Ma.Ces.Pa.): Thuật ngữ này thường gặp trong văn học Đại Thủ Ấn, tương tự một cách đáng ngạc nhiên hay đồng nhất với thuật ngữ Thiền (Zen) "Tâm bình thường," có nghĩa là tâm tự nhiên, tự phát, ngay thật, và trần truồng. Một ông tăng hỏi Thiền sư Triệu Châu, "Đạo là gì?" Triệu Châu đáp, "Tâm bình thường là Đạo." Trong văn học Thiền và Đại Thủ Ấn có nhiều ngữ cú tương tự, nhưng ngữ cú này, "Tâm bình thường', có lẽ đặc biệt nhất.

(3) Động Thủy Mộc Thủy Tinh: T.T.: Cel.Phug.Chu.Cin.rDson.

(4) To Tse (T.T.: Tho.Tshe.): huyền thuật tạo ra mưa đá và bão.

(5) Chim ca hát Jolmo (T.T.: hJol.Mo.): Đây ám chỉ truyền kỳ Tây Tạng, nhưng dịch giả không tìm được nguồn tài liệu của nó vào lúc này, nên không thể cung cấp được.

(6) Lời Chỉ Dạy Cắt Đứt (T.T.: gShi.rTsa.Chod.Pahi.gDams.Nag.): Câu nói này có thể dịch sát nghĩa đen hơn như vầy: "Lời Chỉ Dạy cắt đứt làm sáng tỏ cái căn bản, hay cái cốt yếu của vấn đề."

(7) Bốn Hạnh [hay bốn oai nghi]: đi, đứng, ngồi, nằm.

(8) Gordag (T.T.: dKor.bDag.): "Sở hữu chủ của tài sản. Nó thường có nghĩa là linh hồn của một bán thần được cho là người quản lý hình tượng của tất cả thần, kinh điển, biểu tượng Phật Giáo, vắn tắt là, tất cả tài sản của giáo hội và tăng lữ." (Theo "Tibetan-English Dictionary" của Chandra Dass.)

(9) Bình nguyên phương Bắc (T.T.: Byan.Than.): vùng thảo nguyên mênh mông phía bắc Tây Tạng.

(10) Tsa Tsa (T.T.: Tsha.Tsha.): một hình tượng để thờ cúng có hình tháp miếu nhỏ, làm bằng đất sét đúc bằng một cái khuôn thiết kế theo cách đặc biệt. Nó được dùng rộng rãi ở Tây Tạng.

(11) Bơ là chất dầu duy nhất có thể có được để đốt đèn ở Tây Tạng.

(12) Ba Độc là tham, sân, si; Năm Độc là tham, sân, si, kiêu mạn, và ganh ghét.

46. THUYẾT GIẢNG TRÊN NÚI BONBO

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Khi Jetsun Milarepa đang ở trong Lâu đài Hóa Thân ở Chu Bar, ông đã đánh tan những nghi ngờ của Gambopa vô song về những Chỉ Dạy Thiết Yếu. Rồi ông đi về hướng Đông, nhưng mưa nặng hạt đã rơi suốt nhiều ngày đêm và làm các đệ tử của Milarepa trở nên rất chán ngán.

Một hôm bầu trời bắt đầu trong, và mặt trời chiếu lên những ngọn đồi ấm áp một cách thích thú. Milarepa và bảy đệ tử đi tản bộ để làm cho thân tâm tươi mát trở lại. Tất cả đều cảm thấy rất thoải mái và an lạc vì một ngày đẹp như vậy.

Khi họ đi đến đỉnh núi Bonbo, một vài Repa không quen với vùng này, thấy Núi Tuyết Nữ Nhân Trường Thọ, hỏi Jetsun, "Tên của núi tuyết này là gì?" Ông đáp, "Nó gọi là 'Nữ Thần Kiều Diễm Thanh Cao'." Rồi ông hát:

Cổ Núi Thanh Cao,
Đỉnh Đồi Đá Bonbo,
Chúng ta, tám người khách, nhàn rỗi đến.

Các con ơi, các con có cảm thấy an lạc không?
Ta, cha của các con, hôm nay cảm thấy tuyệt vời.
Ở đây trong niềm vui này, Thầy và trò tụ họp.
Ta, ông lão, vui vẻ hát bài hát này
Về niềm vui và lạc thú, sẽ đem đến
Thời vận và may mắn cát tường.
Đến đây, Dewashun và Shiwa Aui,
Hãy đến đây, cùng hát với ta;

Các con những Repa khác, hãy ngồi xuống lắng nghe.
Các con có biết đây là núi nào?
Đây là Núi Nữ Thần Trường Thọ Cát Tường.
Đỉnh tam giác, sắc cạnh đang hiện ra lờ mờ trên eo của nó
Giống như cục bột nhồi trên cái vỏ [sò];
Chảy chung quanh cổ nó là những dòng suối bạc
kết hình cái lưới.

Đỉnh thủy tinh cao phản chiếu những tia sáng đầu tiên
Của ánh mặt trời ban mai là chiếc vương miện,
Được những đám mây trắng lững lờ làm đẹp.

Bám vào phần Núi dưới
Là hơi nước và sương mù miên viễn;
Suốt ngày mưa phùn nhẹ nhàng rơi,
Trong khi cầu vồng chiếu sáng rực.
Ở đây hoa mùa thu nở
Màu sắc khác nhau,
Và những dược thảo có tiềm năng sinh sôi nẩy nở
Với nhiều loại khác nhau.
Đây là thiên đường của loài ăn cỏ,
Đây quê hương của các loài động vật!
Đây là Núi Tuyết
Các thần nói đến nhiều nhất,
Đây là nơi ta thường thiền định.
Để trả lời câu hỏi của các con, những Repa
Ta hát bài hát này, miêu tả
Núi này sống động.

Các đệ tử Repa tất cả đều hài lòng bài hát này. Vô cùng thích thú họ hỏi, "Nữ thần này hùng mạnh như thế nào? Bà ta theo thánh Pháp, hay ác hại?" Để trả lời, Milarepa hát:

Nữ nhân Trường Thọ,
Năm chị em tốt,
Dẫn đầu Mười hai Nữ thần.

Họ là những Đa-ki-ni thế gian
Với thần lực phù thủy.
Những nữ chủ của Sông Drin.
Họ nói tiếng Tây Tạng và tiếng Nepal;
Họ phù trợ tất cả những người theo Phật
Và bảo vệ những người sùng bái.
Chủ yếu họ thi hành các mệnh lệnh của ta,
Và giúp các con, những đệ tử của ta.
Qua những nỗ lực của ta và của họ
Tây Tạng sẽ được đưa đến con đường đức hạnh,
Và những đại Thành Tựu sẽ theo sau
Trong Dòng Truyền Ghagyu.

Tất cả các Repa đều nói, "Thật là tuyệt diệu vì những nữ thần này đã được cải hóa thành những đệ tử hầu cận của thầy. Xin thầy hãy nói cho chúng con thầy đã dạy họ Pháp gì và họ đã phục vụ thầy như thế nào?" Để trả lời, Milarepa hát:

Trên cổ của Núi Tuyết này
Ta, Milarepa, đã một lần dạy Pháp
Cho các nữ thần từ thiện địa phương.

Ta đã dạy họ làm thế nào phân biệt thiện và ác,
Ta đã giảng cho họ về Chân Lý Phương Tiện của Kinh
Về Luật Nhân Quả.
Những dã thú và những con Rồng
Của Bốn Bộ đã đến nghe.

Năm Đa-ki-ni đầy hận thù là những nữ chủ nhân
Đã mời người thuyết giảng.
Năm chị em đáng sợ là những nữ chủ nhân
Đã phục vụ khách dự.
Nhiều khách quí đã tụ họp chung quanh,
Trong khi chư Thiên, ma thưởng thức bữa tiệc.

Tất cả những ai đến đó, ta đều hướng dẫn đến Pháp

Và cải hóa họ, không phải bằng đại lực thần thông
Mà bằng bi tâm và từ ái.
Bằng thiện xảo ta đã cải hóa các ma và Thiên vô hình đó,
Bằng chân thành ta giảng dạy họ Pháp an lành.

Ta không hối tiếc những hành vi của ta trong quá khứ.
Bây giờ ta đã già tại sao ta phải hối tiếc?
Khi ta chết ta sẽ không sợ hãi, mà chỉ vui.
Hỡi các Repa thân mến, những người ở lại đây
từ bỏ thế gian,
Các con nên tu tập với quyết tâm,
Với cảm giác vui-sướng-chết khi các con thiền định.

Họ lại hỏi, "Giữa người và A-tu-la, ai được phú bẩm tốt hơn để tu tập Pháp và phục vụ chúng sinh tốt hơn?" Jetsun đáp, "Người cao hơn trong tu tập Pháp, và nhiều năng lực trong giúp đỡ chúng sinh hơn A-tu-la. Nhưng Nữ nhân Trường thọ là nữ thần nửa thần nửa người. (1) Cô ấy sẽ hiến mình phục vụ Giáo pháp của ta với đại năng lực. Ta đã từ bỏ đời sống quần chúng và khước từ Tám Đòi Hỏi Thế Gian để sùng mộ. Bây giờ ta đã quên nhiều thiên và thần, và không còn tiếp xúc với họ nữa. Theo bước chân ta, các con cũng nên khước từ Tám Dục Vọng Thế Gian và hiến mình cho thiền định không phân tán. Hãy lắng nghe bài hát của ta":

Năng lực gia trì của Đạo Sư ta
Từ bên trên xuống
Bảo đảm ta tự do
Không bị các dây Nhị Nguyên ràng buộc.

Như một kẻ nay đây mai đó, ta lang thang
qua khắp mọi miền
Cho đến khi định mệnh dẫn đến Bậc Ân Từ.
Ta đã từ bỏ thế gian như Người bảo,
Thiền định không phân tán.
Tất cả những xấu xa và bất hạnh

Bây giờ là những Đường Đạo cho ta.
Trong khiêm cung, ta đã tu tập trong cô tịch;
Suýt chết, ta đã tận lực trong sùng mộ.
Ta đã thiền định suốt đời ta
Cho đến tuổi già này.
Cực Lạc và hơi ấm như thế phát triển trong ta.

Ta là hành giả yoga không quan tâm đến vận may,
Ta là hành giả yoga thề bỏ hạnh phúc thế gian –
Một người nhớ những đau thương của các Cõi dưới.
Ta là hành giả yoga không bao giờ khéo léo để
được lòng người bảo trợ –
Một người bám vào nơi ẩn cư để thiền định.
Nhờ sự gia trì của Đạo Sư
Ta đã được ngọn gió yêu thương "thổi lên tận đỉnh."
Ngồi gần bên mép, ta đã đến trung tâm;
Bám vào khiêm cung, ta đã đến cao quí.
Từ người ra đi, người ta gặp Phật;
Trải qua đau khổ, người ta đạt được an lạc;
Bằng tận lực mình trong sùng mộ,
Bi tâm phát triển bên trong.
Ở lại trong cô tịch, người ta được nhiều người theo
và nhiều đệ tử hơn;
Bằng tu tập giáo lý của Ghagyupa,
Sự truyền Pháp lan xa.

Với Đạo Sư từ ái Marpa
Ngồi mãi mãi trên đầu ta,
Như một con cọp già, không sợ chết,
Ta đã cao tuổi lắm rồi.
Với vui vẻ ta hát bài ca an lạc này!
Các con Repa của ta, chớ lãng phí đời mình,
Mà quyết tâm và kiên trì
Nỗ lực trong sùng mộ!

Milarepa và các đệ tử ở lại đó nửa ngày và làm nghi thức cúng dường với lương thực họ mang theo. Rồi một vài đệ tử bày tỏ ý định của họ muốn đi vào những chỗ ẩn tu khác, những người khác đi xin của bố thí ở những nơi khác nhau, và những người khác nữa yêu cầu Jetsun cho phép họ ở lại với ông. Nhân danh họ, Rechungpa [và Gambopa] yêu cầu ông cho tất cả một vài lời khuyên nhủ. Để trả lời, Milarepa hát một bài hát cho Rechungpa và các đệ tử khác, gọi là "Sáu Điều Cốt Yếu":

Nhân danh tất cả những Repa ở đây,
Con ta Gambopa, học giả học thức,
Và con ta Rechungpa, hành giả yoga không chao đảo,
Đã yêu cầu ta hát cho các con.
Nếu các con khôn ngoan, bây giờ hãy lắng nghe
Bài hát của ông già này.

Con chim biết khi nào và ở đâu
Để dang và xếp đôi cánh;
Người giàu đích thực thì bao giờ cũng bằng lòng;
Một tín đồ tốt của bất khả tri bao giờ cũng
chơi theo cách an toàn.
Đây là những ẩn dụ của ta.

Sau lễ Cúng Dường Thánh Thiện này vào ngày thứ mười,
Một vài người trong các con nói sẽ viếng các xứ khác nhau,
Một vài người sẽ ở lại trong những nơi ẩn tu khác nhau,
Những người khác sẽ theo và ở lại với ta.
Nhưng theo ta, nếu một đại hành giả yoga
Khát vọng danh và lợi,
Y sẽ sớm bị bẫy của quỉ.

Vì vậy, các con của ta, khôn ngoan là
Tìm sự bảo vệ của Cha
Lắng nghe khuyên nhủ và phê bình.

Chớ nghe bài hát của ta như một giai điệu ngọt ngào,

Nhưng hãy cẩn thận lắng nghe những chỉ dạy của nó;
Đừng quên chúng, hãy khắc sâu
Trong tâm khảm.
Kẻ nào đã làm chủ được Tig Le
Và có được Năng Lực Hấp Dẫn,
Mà không dựa vào một Rig Ma phẩm cách (2)
Không bao giờ nên tu tập Ấn Karma
Làm như vậy là nguy hiểm
Như leo lên ngọn núi dốc đứng, gồ ghề.

Trừ phi với tâm đại bi tuôn chảy
Một người tu tập Định Yidham [Bổn Tôn] sống động
Vì mục đích duy nhất làm tăng tiến
Pháp và phúc lợi của tất cả loài người,
Không bao giờ nên dùng Thần Chú ác độc
Hay tu tập Yoga Nguyền Rủa
Kẻo vì Nghiệp y sẽ
Tái sinh làm ma ác.

Dù một người đã làm chủ được Khí-Tâm,
Trừ phi y có thể làm phép thần thông bằng năng lực
của thân mình,
Và tự biến mình thành dã thú và rắn
Với giác ngộ đầy đủ về Huyễn hóa (Maya) và Tánh Không,
Y không bao giờ nên mang xác chết từ nghĩa địa,
Kẻo y khơi dậy oán hận
Của các Đa-ki-ni ăn thịt.

Ngoại trừ các Huynh Đệ Kim Cương của mình
Và các Đạo Sư có ba phẩm hạnh, (3)
Không bao giờ nên tiết lộ Kinh Nghiệm thiền định
của mình –
Ngay cả với những người thâm hiểu Pháp –
Cũng không [tiết lộ] với những tín đồ của các
Dòng Truyền khác
Về những phép Tu và Thấy khác nhau,

Kẻo y mất Năng Lực Gia Trì
Của Truyền Thừa Tu Tập.
Chớ ban Chỉ Dạy của Dòng Truyền Rỉ Tai
Cho người có tài mà các con chưa quan sát;
Chớ ban nó mà không có sự cho phép của
Các Đa-ki-ni, cũng không [ban cho] vì sự giàu sang
Hay phương tiện cho những ai yêu cầu,
Kẻo các con bị tội lỗi và sai lầm phủ bóng.

Trước khi có năng lực phá tan nghi ngờ của kẻ khác
Hay có thể cải hóa những kẻ bất tín tìm lỗi [của người ta],
Không nên thực hiện Lễ Hội Bí Mật thâm sâu,
Hay biểu diễn các Hạnh Mật Giáo trong làng
Và thành thị, kẻo bị lăng nhục;
Những cái đó chỉ nên thực hiện
Ở nơi ẩn tu và trong cô tịch.

Khúc ca nhỏ này về Sáu Hướng Dẫn cho Sùng Mộ
Là viên ngọc quí cho những người theo Pháp;
Hãy giữ lấy, hỡi các Đệ Tử của ta,
Sâu trong tim các con.

Những lời này in sâu trong tâm của các đệ tử tâm phúc. Những Repa còn trẻ muốn ở lại với Jetsun, lúc ấy nói với ông, "Bây giờ chúng ta đang ở trong thời ô nhiễm. Vì những người căn cơ kém như chúng con, xin dạy một điều gì thích ứng với các nhu cầu của chúng con." Để trả lời, Milarepa hát:

Hãy nghe thêm, các Đệ Tử của ta!

Vào thời ô nhiễm này
Phủ bóng lên Pháp của đức Thích Ca Mâu Ni,
Nên kiên trì cố gắng,
Và khắc lên hòn đá tâm của mình
Chữ, "Tinh Tấn."

Khi các con cảm thấy buồn ngủ trong lúc thiền định,
hãy cố gắng
Khó nhọc khẩn nguyện với thân, khẩu, ý thức tỉnh của mình.
Khi nháng lửa Trí Tuệ mờ, hãy cố gắng
Đốt nó với ngọn gió nhiếp tâm.
Nếu các con muốn được giải thoát khỏi ngục luân hồi,
Hãy khổ công tu tập không phân tán.
Nếu các con mong ước Niết Bàn,
Hãy từ bỏ thế gian này.
Nếu từ tận đáy tim sâu
Các con muốn tu tập Pháp,
Hãy lắng nghe lời ta và theo dấu chân ta.
Nếu các con muốn đạt được Thành Tựu [Tối thượng],
Đừng bao giờ quên chết sẽ đến.
Nếu các con thiền định khó nhọc và lâu,
Tất cả chư Phật
Quá khứ, hiện tại, và vị lai
Sẽ rất hài lòng. Nếu các con luôn luôn
Ngay thật và trung trực trong Pháp,
Các con sẽ nhận được ân huệ của Đạo Sư.
Nếu các con hiểu không sai những lời này,
Các con có thể chắc chắn rằng sẽ có nhiều
An lạc và niềm vui sẽ đến.
Vì kinh nghiệm của ta là như vậy.

Với lòng biết ơn và vui thích, các đệ tử đã quyết tâm từ bỏ mọi sự vật thế gian đời này, và họ nỗ lực sùng mộ.

Đây là câu chuyện về Núi Bonbo.

Chú Thích Chuyện 46

(1) Nữ thần nửa thần nửa người (T.T.: Mi.Ci.Rigs.Cig.): Đây là phóng dịch – khó dịch từ này theo nghĩa đen. Dường như nó ám chỉ một nữ thần có một phần là thừa kế của người.

(2) Rig Ma: những người nữ có tài năng và phẩm cách tạo nên ham muốn cho những tu tập Mật Giáo.

(3) Nghĩa đen, "với ba phẩm chất." Có lẽ là ba khả năng của một Đạo Sư : (1) ban cho sự chỉ dạy thích hợp với cá nhân đệ tử, (2) hướng dẫn y trong sùng mộ, và (3) phá bỏ những chướng ngại y có thể gặp trên Đường tu.

47. KỲ TÍCH CỦA LỄ KHAI THỊ CÁI BÌNH

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Một lần, khi Milarepa đang ở Hang Cái Bụng ở Nya Non, thiên nữ Đa-ki-ni Kim Cương Thánh Thiện tự hiện hình người và giải thích cho ông về ý nghĩa ẩn tàng của một vài đoạn khó hiểu của những Chỉ Dạy Thiết Yếu trong Mật Điển của Dòng Truyền Rỉ Tai của các thiên nữ Đa-ki-ni. (1) Rồi thiên nữ bảo ông rằng giáo lý này có thể truyền cho một số ít đệ tử có phú bẩm tốt.

[Không bao lâu] Milarepa đã ban cho Rechungpa, Ngan Dson Dunba, và những đệ tử tâm phúc khác lễ Khai Thị Cái Bình (2) của Dòng Truyền Rỉ Tai. [Trong khi làm lễ] Milarepa nói với cái bình, "Bây giờ ta đã quá già, xin hãy tự khai thị cho họ." Vì thế, cái bình bay lên trời và khai thị cho tất cả các đệ tử từng người một.

Trong lúc khai thị, [tất cả mọi người] nghe nhạc trên trời và ngửi thấy mùi hương họ chưa bao được ngửi trước đó, họ cũng thấy hoa từ bầu trời rơi xuống, và nhiều dấu hiệu kỳ diệu, tốt lành khác. Tất cả các đệ tử đều nhận thức đầy đủ những ý nghĩa minh thị của lễ Khai Thị.

Thấy rằng tất cả mọi người đều kinh ngạc vì những điều kỳ diệu này, Jetsun hát:

Trong Man-đa-la không tì vết của Dòng Truyền Rỉ Tai,
Lễ vật Vô dục đã được tạo ra.
Trong lúc lễ Khai Thị Cái Bình quí báu –
Một điểm chỉ Phật Trí –
Chúng ta nghe nhạc [trời]

Và thấy chư thiên trong Man-đa-la
Nhận tặng vật của trời.
Cái bình bay lên để ban khai thị,
Và Trí Tuệ kỳ diệu khơi dậy bên trong tất cả các con.
Lý do của tất cả chuyện này là do
Ân điển của các Đạo Sư Ghagyu.

Rồi Milarepa bảo các đệ tử rằng họ nên giữ rất bí mật giáo lý này trong một thời gian.

… … …

Một hôm Rechungpa hoàn thành bức họa Kim Cương Thánh Nữ Du Già (Vajra Yogini). Mang nó đến Jetsun, ông ta yêu cầu Jetsun làm phép thánh cho nó. Milarepa đáp, "Ông già này không biết làm sao làm phép thánh. Nhưng ta sẽ cố gắng cầu Bậc Hàm Linh Trí Tuệ (Wisdom-Sattva) (3) xuống làm phép thánh cho bức họa của con về Samaya-Sattva [vật để phong thánh]. (4) Nói vậy rồi, ông ném một đóa hoa vào bức tranh [làm như đem Hàm linh Trí Tuệ chân thực hòa tan trong đó]. Vì thế, bức tranh lúc lắc và rung động [như là dấu hiệu thọ nhận thần lực gia trì của Bậc Hàm Linh Trí Tuệ]. Trong khi, các biểu tượng của Thân, Khẩu, và Ý của Phật – ánh sáng rực rỡ của những cầu vồng – từ trên trời chiếu xuống, đi vào và tan biến trong bức tranh. Hoa trời cũng rơi xuống như mưa. Milarepa nhận lấy hoa trên đầu ông, tựa như dùng cái xương sọ gia trì [trong lễ Khai Thị Mật Giáo], rồi tất cả hoa tan biến vào thân ông và hợp nhất với ông. Khi các đệ tử đứng sững sờ kinh ngạc, Milarepa hát:

Hình tướng như tranh của Samaya-Sattva
Được ánh sáng thánh linh của Thân, Khẩu, Ý gia trì;
Đây là hiện thân của Bậc Hàm Linh Trí Tuệ,
Thân của Chân Như.
Khi ánh sáng [của Trí Tuệ] nhập vào bức tranh
Và tan biến, nó hoàn thành sự ban phúc.

Mặc dù Mila đã già và không đứng lên,
Các Đa-ki-ni Trí Tuệ đã mang đến hoa trời
Từ Đất của Pháp Thân,
Đã hòa lẫn trong [tranh] Phật Thủ Hộ.
Khi ta làm lễ phong thánh này
Những bông hoa kỳ diệu này đã trang điểm đầu và thân ta;
Rồi Phật Thủ Hộ đã nhập vào và hợp nhất với ta.
Các con những người được chứng kiến phép thần thông vĩ đại này
Quả thật là có tài năng tốt và định mệnh tốt.

Như thế, Rechungpa và các đệ tử khác tất cả đã chứng kiến sự kiện Jetsun không khác với chính Kim Cương Thánh Nữ Du Già.

Đây là câu chuyện về lễ Khai Thị [Cái Bình] và sự phong thánh cho [bức tranh Kim Cương Thánh Nữ Du Già của Rechungpa].

Chú Thích Chuyện 47

(1) Dòng Truyền Rỉ Tai của Đa-ki-ni (T.T.: mKhah.hGro. sNan brGyud.).

(2) Lễ Khai Thị Cái Bình (T.T.: Bum.dWan.): Đây là lễ khai thị đầu tiên trong bốn lễ Khai Thị Mật Điển Vô Thượng (Anuttara Tantra). Người đệ tử được ban cho sự chỉ dạy về Yoya Phát Sinh, gồm tất cả các phép tu tập Chân Ngôn (Mantra) và Man-đa-la.

(3), (4) Hàm Linh Trí Tuệ (T.T.: Ye.Ces. Sems.Pa., Phạn: .?.-Sattva), và Samaya-Sattva (T.T.: Dam.Tshig.Sems.Pa.): Để phong thánh cho một vật hay biểu tượng, như một hình tượng Phật, hay một Tháp Miếu (Stupa), người ta tổ chức một lễ phong thánh gọi là Rab.gNas. Vật được phong thánh gọi là Dam.Tshig.Sems.Pa. hay Dam. Tshig. Pa, và thần lực xác nhận, hiện thân trong hình thức đồng nhất với vật thể, gọi là Ye.Ces.Sems.pa., hay Ye. Ces.Pa.

48. CÂU CHUYỆN VỀ SHINDORMO VÀ LESEBUM

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Shindormo và Lese là một cặp [cả hai đều có gia đình] đã có niềm tin to lớn nơi Jetsun từ những ngày đầu tiên. Có lần họ đã mời ông đến Tsa Ma. Ngay khi Shindormo vừa thấy ông đến, bà lập tức [tiến đến] và cầm tay ông, nói, "Bây giờ chúng con đang trở nên già và cái chết đang đến gần, rất tiếc chúng con đã không thể tu tập Pháp với thầy." Nói rồi, bà khóc bi thương một hồi lâu. Milarepa nói với bà, "Nữ bảo trợ thân mến của ta, trừ những người tu tập Pháp đã tiến bộ cao, sự đau đớn của sinh, già, bịnh, và chết giáng xuống mọi người. Nghĩ về những thứ ấy và sợ chúng là tốt, bởi vì như vậy có thể khiến người ta tu tập Pháp khi chết đang đến gần." Và rồi ông hát:

Trong dòng sông sinh, già, bệnh, chết,
Chúng ta những người thế gian hụp lặn;
Ai có thể trốn được những đau đớn này trên trái đất?
Chúng ta lênh đênh với ngọn triều,
Giữa những làn sóng khốn khổ và đen tối.
Chúng ta trôi nổi và trôi nổi,
Hiếm khi được vui trong chốn luân hồi.

Thêm nhiều khốn khổ đến do cố tránh chúng mà ra;
Qua theo đuổi khoái lạc người ta thêm tội lỗi.
Muốn khỏi đau đớn,
Nên tránh những hành vi sai trái.

Khi chết kéo đến gần,

Người trí luôn tu tập Pháp.

"Con không biết quán cái khổ của sự sinh như thế nào," Shindormo nói, "Xin dạy con làm sao thiền định về nó." Để trả lời, Jetsun hát:

Hỡi nữ bảo trợ thành tín, ta sẽ
Giải thích cái khổ của sinh.

Kẻ lang thang trong Cõi Trung Gian
Là Thức A-lại-da.
Bị tham dục và oán ghét lèo lái
Nó nhập vào tử cung người mẹ.

Ở trong đó nó cảm thấy giống như con cá
Bị mắc kẹt trong kẽ đá.
Ngủ trong máu và chất lỏng màu vàng,
Gối đầu trên chất thải;
Bị chèn nhét trong bẩn thỉu, nó khổ vì đau đớn.
Một thân xấu sinh ra từ Nghiệp xấu.

Dù nhớ những đời quá khứ,
Nó không thể nói dù chỉ một lời.
Lúc bị nhiệt thiêu đốt,
Lúc bị lạnh đóng băng,
Trong chín tháng, từ tử cung
Nó hiện ra trong đau đớn.
[Đau đớn] dữ dội, tựa như
Bị kìm kẹp lôi ra.
Khi từ tử cung ra đầu nó bị chèn ép, đau đớn
Như bị ném vào cái hố đầy gai.
Thân tí hon trong lòng mẹ,
Cảm thấy như chim sẻ bị diều hâu cặp.
Khi từ thân mảnh dẻ trẻ thơ
Máu và bẩn được lau sạch,
Đau như bị lột da sống.

Khi cuống rốn bị cắt,
Nó cảm thấy như xương sống bị chặt.
Khi bị quấn trong nôi nó cảm thấy như bị buộc
Bằng xiềng, bị nhốt tù trong ngục tối.

Kẻ nào không giác ngộ chân lý Bất Sinh,
Không bao giờ có thể thoát được răng nanh
kinh khủng của sinh.

Không có thì giờ để trì hoãn sùng mộ:
Khi chết, nhu cầu lớn nhất của một người
Là thánh Pháp.
Vậy con nên tận lực mình
Tu tập lời Phật dạy.

Shindormo lại yêu cầu, "Xin giảng cho chúng con về những đau khổ của tuổi già." Để trả lời, Milarepa hát:

Hãy lắng nghe, hỡi các nữ bảo trợ tốt của ta,
hãy lắng nghe
Những đau khổ của tuổi già.

Đau đớn thay là thấy thân mình
Trở thành bạc nhược và mòn ruỗng.
Ai có thể giúp trừ cảm thấy kinh hoàng
Vì sự trở nên già đe dọa?

Khi tuổi già giáng xuống một người,
Thân ngay thẳng của y trở thành cong xuống;
Khi cố gắng bước đi cho vững,
Y lảo đảo ngược với ý muốn của mình;
Tóc đen trở thành bạc trắng,
Mắt sáng trở thành mờ;
Đầu lắc lư choáng váng,
Tai thính trở thành điếc đặc;
Gò má tươi thắm trở thành nhợt nhạt,

Và máu y khô cạn.

Mũi – cái trụ trên mặt y – chìm xuống;
Răng – tinh túy của xương y – lồi ra.
Lưỡi mất điều khiển, y lắp bắp.
Khi chết đến gần, thống khổ và nợ nần của y gia tăng.
Y gom góp thức ăn và tụ tập bạn bè,
Nhưng y không thể giữ họ được.
Cố gắng không đau khổ,
Y chỉ đau khổ thêm;
Khi y nói sự thật với người,
Hiếm khi họ tin y;
Con và cháu y đã nuôi
Và ấp ủ, thường khi trở thành kẻ thù.
Y cho của y để dành
Nhưng chẳng được cám ơn.
Trừ phi chứng ngộ chân lý Bất hoại,
Các con sẽ khốn khổ trong tuổi già.
Kẻ nào khi già chểnh mảng Pháp,
Nên biết rằng y bị Nghiệp trói buộc.
Tốt là tu tập Thánh Pháp
Trong khi các con vẫn còn hơi thở.

Lúc ấy Shindormo nói, "Những gì thầy vừa nói rất đúng; chính con đã kinh nghiệm những điều này. Bây giờ xin hãy giảng cho chúng con những đau khổ của bệnh tật." Để trả lời, Milarepa hát:

Hỡi các nữ bảo trợ thân mến, các người biết đau buồn
và sầu muộn,
Hãy lắng nghe những khốn khổ của bệnh đau.

Thân bạc nhược này luôn luôn tùy thuộc vào bệnh tật,
Vậy nên người ta chịu khổ vì đau đớn quá chừng.
Những bệnh về Khí, tâm, mật, và đờm (1)
Thường xuyên xâm nhập thân người bạc nhược,

Làm cho máu và mủ trở thành nóng sốt;
Các cơ quan như thế bị đau đớn bóp chặt.
Trên chiếc giường an ổn và dễ chịu
Người bệnh cảm thấy không thoải mái,
Mà trăn trở và lăn lộn, rên rỉ than van.
Do Nghiệp ác [quá khứ],
Dù cho y ăn món ngon nhất,
Y mửa tất cả những gì y có thể ăn,
Khi đặt y nằm nơi mát mẻ,
Y vẫn cảm thấy nóng như lửa đốt;
Khi mặc cho y áo quần ấm áp,
Y cảm thấy lạnh như ướt đẫm trong tuyết giá.
Mặc dù bạn bè và thân nhân tụ tập chung quanh,
Không ai có thể làm vơi hay chia xẻ đau đớn của y.
Dù phù thủy và y sĩ thành thạo,
Cũng không thể giúp được những trường hợp
do Nghiệp chín muồi gây nên.
Ai không chứng ngộ chân lý Vô Bệnh,
Phải trải qua đau khổ nhiều hơn.

Vì chúng ta không biết khi nào bệnh đột kích,
Khôn là tu tập Thánh Pháp –
Chắc chắn chinh phục được bệnh tật!

"Con hy vọng tu tập Pháp [nhiều hơn] khi chết kéo đến gần," Shindormo nói, "Bây giờ xin hãy giảng cho chúng con về sự đau khổ của chết." Để trả lời, Milarepa hát:

Hãy lắng nghe, hỡi nữ bảo trợ không nản lòng:
Đau như trả những món nợ kép,
Một người phải trải qua cái chết.
Sứ giả Diêm Vương bắt và đem y đi
Khi chết đến.
Người giàu không thể mua nó bằng tiền,
Anh hùng không thể chinh phục được nó
bằng kiếm bén trong tay,

Đàn bà tinh khôn cũng không thể dùng mưu lừa nó.
Ngay cả học giả học thức cũng không thể
Triển hoãn nó bằng tài hùng biện.
Ở đây, không một kẻ nhát như chồn nào có thể lén bỏ đi;
Ở đây, những kẻ không may mắn
không thể kháng cáo [lên tòa trên],
Ở đây, người can đảm cũng không thể
phô trương dũng cảm.

Khi tất cả các Kênh hội tụ trong thân,
Người ta như bị ép nghiền giữa hai hòn núi –
Tất cả thị kiến và cảm giác trở nên mờ.
Khi giáo sĩ Bon và thầy bói trở thành vô dụng,
Người y sĩ tin cậy đầu hàng tuyệt vọng.
Không một ai có thể liên lạc với người hấp hối.
Những người hộ vệ và chư Thiên đều biến thành không.
Mặc dù hơi thở chưa hoàn toàn ngừng lại,
Người ta chỉ có thể ngửi thấy mùi hôi của thịt chết.
Một người tiến gần bên cái chết,
Giống như cục than trong tro giá lạnh.

Khi hấp hối, vài người vẫn có thể đếm nhật kỳ hay tinh tú;
Những người khác khóc, la hét và rên rỉ;
Một vài người nghĩ đến của cải thế gian;
Một vài người mà sự giàu sang khó kiếm được của họ
Sẽ bị những người khác hưởng thụ.

Dù tình thương thâm sâu đến đâu, hay sự đồng cảm
to lớn bao nhiêu,
Y chỉ có thể ra đi và đi một mình.
Bạn tốt và người phối ngẫu của y
Chỉ có thể từ giã y ở đó;
Thân yêu dấu của y trong một gói
Sẽ được xếp lại và mang đi,
Rồi ném vào nước, thiêu trong lửa,
Hay chỉ đơn giản ném trên mặt đất hoang tàn.

Hỡi các nữ bảo trợ thành tín,
Cuối cùng chúng ta còn giữ lại được gì?
Hay chỉ ngồi trơ và để tất cả sự vật ra đi?
Ngày mai khi hơi thở của các con ngừng lại
Không giàu sang nào trên trái đất có thể giúp các con.
Vậy, tại sao người ta phải hạ tiện?

Thân nhân tử tế vây quanh
Giường của người hấp hối,
Nhưng không người nào có thể giúp y một lúc.
Biết rằng tất cả phải bỏ lại phía sau,
Một người thức ngộ rằng tất cả tình thương vĩ đại
Và sự ràng buộc đều vô dụng.
Khi giây phút cuối cùng đến,
Chỉ Thánh Pháp giúp thôi.

Các con nên cố gắng, hỡi các nữ bảo trợ thân mến,
Cho sự sẵn sàng chết!
Hãy chắc chắn và sẵn sàng; khi thời gian đến
Các con sẽ không sợ hãi hay hối tiếc.

Vì thế, Shindormo khẩn nguyện Jetsun ban cho lời chỉ dạy. Tu tập những chỉ dạy đó [một thời gian, bà ta đã đạt được sự tiến bộ lớn đến độ] vào lúc chết bà ta đã nhập vào giai đoạn khởi đầu của đường Đạo.

… … …

Khoảng cùng thời gian ấy [một nữ bảo trợ khác], Lesebum, đã mời Milarepa ở lại với bà ta. Bà ta nói, "Dù cho các thầy, Jetsun Cha và Con, không thể ở lại với chúng con lâu, hãy ở lại ít nhất cũng một vài ngày." Vì lời yêu cầu nồng nhiệt này, Milarepa và các đệ tử ở lại với bà ta bảy ngày.

Trong thời gian này, người dân Nya Non đã tụ tập thành những số lớn để làm Tsa Tsa [tượng Phật cỡ nhỏ]. Tất cả dân làng đều giúp tay làm việc. Lúc ấy, Lesebum hỏi Milarepa, "Các thầy, Jetsun Cha và Con có quan tâm đến hội này để tự

mình thưởng thức?" "Không," Milarepa đáp, "Tôi không quan tâm." "Vậy thì," Lesebum nói, "vì đây là ngày công đức, con hy vọng Tôn giả từ bi làm lễ cúng dường trong phòng khấn nguyện của con, và đúc một vài Tsa Tsa cho con. Vì chúng sinh, cũng xin vui lòng trông hộ cháu bé, cừu, và nhà cửa của con trong lúc con vắng mặt."

Y phục và trang sức chỉnh tề, rồi bà ta đi dự hội. Nhưng Milarepa và các đệ tử để thời gian trôi qua, không làm những gì bà ta yêu cầu. Hậu quả, cừu dẫm đạp lên ruộng nương và ăn tất cả hoa màu, [và tệ nhất là] khi Lesebum trở về bước vào nhà, em bé của bà ta đang khóc đến tận buồng phổi. Như vậy bà ta ý thức rằng Jetsun đã không làm những gì bà ta yêu cầu.

Rồi bà ta nói, "Các thầy đã không làm những việc khác mà con yêu cầu, điều ấy có thể hiểu được, nhưng một Phật tử phải có lòng đại từ bi, các thầy đã không quan tâm đến đứa bé và đàn cừu khi chúng có nhu cầu, vậy đó không phải là một lỗi lầm, một xấu hổ lớn sao?" Để trả lời, Milarepa hát:

Trên đồng cỏ Đại Cực Lạc,
Ta đang chăn Đàn Cừu Bất Tử;
Ta không có thì giờ để canh chừng
Những cái máu và thịt đó.
Ta để chúng lại, Lesebum, cho con!

Là mẹ của Từ và Bi,
Ta đang chăm sóc đứa con Tịch Chiếu;
Vì vậy ta không thích
Chăm lo đứa trẻ quẹt mũi.
Ta để nó lại, Lesebum, cho con!

Trên ngọn núi vững chắc Bất Biến
Ta đang làm Tsa Tsa Nhiếp Tâm;
Ta không có thì giờ để đúc tượng đất sét.
Ta để chúng lại, Lesebum, cho con!

Trong phòng khấn nguyện thân trên của ta

Ta đang thắp ngọn đèn Quang Minh;
Ta không thể dựng cây trụ
Để treo lá cờ khẩn nguyện. (2)
Ta để nó lại, Lesebum, cho con!

Trong ngôi nhà tồi tàn thân huyễn của ta,
Ta đang tẩy sạch bụi ý nghĩ phàm nhân;
Ta không có thì giờ để dọn dẹp nhà cửa của con.
Ta để nó lại, Lesebum, cho con!

Giữa nhiều hình thức sống,
Ta đang nhìn trò chơi Huyễn Hóa;
Ta không thể rửa chén đĩa.
Ta để chúng lại, Lesebum, cho con!

Lesebum đáp, "Ôi Jetsun, xin chớ xem thường những hành vi tốt mà chúng con những người thế gian cố gắng hết sức để làm. Con cũng đã phục vụ nhiều Lạt-ma khác [bên cạnh các thầy]." Để trả lời, Milarepa hát:

Phục vụ một Lạt-ma không từ bi
Thì giống như thờ con quỉ một mắt;
Y và người bảo trợ sẽ gặp bất hạnh.

Tu tập Pháp mà không có Tâm Bồ-đề
Là sự tự mê hoặc của một người ngu;
Nó chỉ tăng cường dục vọng, tham lam.

Tặng của bố thí thiên vị
Thì giống như trả lại bữa tiệc;
Nó chỉ làm mạnh thêm hy vọng.

Cúng dường sai người
Thì giống như cho tiền giả;
Nó chỉ đem lại thêm phiền phức và bối rối.

Tặng từ thiện không bi tâm
Thì giống như tự trói mình vào cột
Bằng sợi đai da chắc;
Nó chỉ buộc chặt mình hơn [trong ngục luân hồi].

Mang cao kiến mà không thuần hóa tâm,
Thì giống như một kẻ vênh vang khoác lác
Điều vô nghĩa qua cổ họng đã mòn;
Chỉ vi phạm đạo đức.

Thiền định mà không biết cách
Thì giống như người múa rối dựng nhà bằng ảo thuật.
Sự giả dối sẽ sớm lộ ra.

Dấn mình trong những hành động [Mật Giáo] khác nhau
Không có tướng thật của Nghiệp, thì giống như
Người điên uống suối nước nóng;
Càng uống, y càng thấy khát.

Nếu vì các dục vọng thế gian,
Một người sống cuộc sống trang nghiêm,
Ấy giống như gói đồ dơ
Trong áo lụa đẹp –
Đẹp và trang trọng bên ngoài,
Bên trong thối và mục nát.

"Thành Tựu" hợp với
Dục vọng và tự kiêu,
Thì giống như con búp bê đất sét.
Nó sẽ sớm vỡ ra từng mảnh
Khi bị đánh thử nghiệm.

Nghe bài hát này, Lesebum trở nên rất hối hận. Lấy một viên ngọc tốt từ đồ trang sức của mình ra, Lesebum dâng nó lên Jetsun và xin ông ban cho những lời chỉ dạy . Lúc ấy Milarepa hát, "Lời Của Viên Ngọc":

Hãy lắng nghe, Lesebum, người giàu có,
Với thông minh sáng ngời!
Khi con quay lại nhìn vào thân con,
Hãy thiền định không khao khát khoái lạc.
Khi con quay lại nhìn vào miệng con,
Hãy thiền định trong im lặng và tịch tĩnh.
Khi con quay lại nhìn vào tâm con,
Hãy thiền định không có những ý nghĩ chao đảo.
Hãy giữ thân, khẩu, ý không phân tán,
Và cố gắng tu tập mà không *tu tập.*

Theo những chỉ dạy này trong thiền định, Lesebum đạt được một kinh nghiệm. Rồi bà ta hát một bài cho Jetsun về Bảy Vật Cúng Dường: (3)

Với ngài, [hành giả yoga] kỳ diệu áo vải,
Người can đảm bất khuất,
Một người bảo đảm tự do,
Ở bên kia tham lam và sợ hãi,
Với ngài, Repa khổ hạnh, con xin đảnh lễ,
Với ngài, Repa vĩ đại, con dâng phẩm vật cúng dường.

Bây giờ con sám hối tất cả những việc làm sai lầm
của con trước ngài
Và cùng vui trong tất cả những hành vi của ngài.
Con cầu mong ngài chuyển Bánh Xe Pháp,
Con xin ngài, không bao giờ nhập Niết Bàn.
Cho tất cả chúng sinh, bây giờ con hiến dâng
công đức của con.

Khi con nhìn thân con, và cố gắng
Ngừng ham muốn khoái lạc,
Ham muốn thường dấy lên.
Khi con quán sát miệng con, và cố gắng
Làm lắng dịu mong muốn nói năng,
Hỡi ôi, mong muốn vẫn chiếm ưu thế.

Khi con nhìn tâm con, và cố gắng
Thiền định không có ý nghĩ lang thang,
Ý nghĩ lang thang luôn luôn phát khởi.

Khi con tập trung thân, khẩu,
Và ý để tu tập cái Không Tu Tập,
Thì nỗ lực tu tập vẫn còn đó.

Để vượt qua những khó khăn này
Và tiến bộ thêm nữa,
Xin ban cho con thêm lời chỉ dạy.

Để trả lời yêu cầu của bà ta, Jetsun hát:

Hãy lắng nghe, hãy lắng nghe, Lesebum, với sự quan tâm.
Nếu con bị ham muốn khoái lạc làm phiền,
Hãy từ giã tất cả mọi bạn bè giao kết,
Cho tất cả làm của bố thí;
Hãy yên nghỉ thoải mái mà không
Mong muốn hay vướng mắc.

Khi con cảm thấy thích nói, hãy cố gắng
Thề bỏ những dục vọng thế gian.
Hãy ý thức về sự kiêu hãnh và vị kỷ của mình,
Và tự yên nghỉ thoải mái trong khiêm tốn.

Nếu những ý nghĩ chao đảo tiếp tục nổi lên,
Hãy bám lấy Tự Tâm với cảnh giác.
Đừng vướng mắc luân hồi hay niết bàn,
Nhưng hãy yên nghỉ thoải mái trong Bình Đẳng trọn vẹn.
Cứ để những gì phát sinh phát sinh,
Chớ quan tâm theo dõi.

Nếu trong thiền định của con vẫn còn
có khuynh hướng nỗ lực,
Hãy cố gắng khơi dậy tâm đại bi vì tất cả,

Hãy đồng nhất với bậc Toàn Từ Ái.

Hãy luôn luôn nghĩ đến Đạo Sư của con như
đang ngồi trên đầu con,
Và kiên trì thiền định về Không.
Rồi dâng hiến tất cả công đức của con.

Hãy suy tư về những lời ta nói, Lesebum,
Và nhiệt tâm tu tập Pháp.

Lesebum tiếp tục thiền định theo các chỉ dạy của Milarepa. Cuối cùng, bà ta trở thành một nữ hành giả yoga, và đạt đến giai đoạn khởi đầu trên đường Đạo.

Đây là câu chuyện về Shindormo và Lesebum.

Chú Thích Chuyện 48

(1) Những bệnh về Khí, mật, và đờm. Theo bệnh lý học Tây Tạng, đây là ba bệnh chính của con người, tức là, bệnh về Khí (T.T.: rLun.), bệnh về mật T.T.: mKhris.Pa.), và bệnh về niêm dịch (T.T.: Bad.Kan.).

(2) Lá cờ khẩn nguyện: Một số nhất định các Chân Ngôn (Mantra) được in lên trên những lá cờ bằng vải mỏng được thiết kế theo cách đặc biệt, và được treo trên những trụ cao làm biểu tượng của sự gia trì và thiện chí.

(3) Bảy Phẩm Vật Cúng Dường (T.T.: Yan.Lang.bDun.Pa.): Đây là "Bảy Phẩm Vật Cúng Dường" nổi tiếng và được dùng rộng rãi biểu trưng bởi Bồ-tát Phổ Hiền (Bodhisattva Samantabhadra) như được miêu tả trong kinh Hoa Nghiêm (Avataṃsaka Sūtra). Lời nguyện về Bảy Phẩm Vật Cúng Dường có trong hầu hết mọi nghi thức và nghi lễ của Phật Giáo Tây Tạng. Đó là: (1) kính lễ tất cả chư Phật và hiền giả trong vũ trụ vô cùng; (2) cúng dường họ; (3) sám hối các tội của mình; (4) vui thích tất cả những đức hạnh của những người khác hay cùng hân hoan với những công đức của người khác; (5) cung thỉnh chư Phật và hiền giả giảng Pháp; (6) nguyện chư Phật và hiền giả không nhập Niết Bàn; (7) cúng dường tất cả công đức mà mình đã tích tụ để thành Phật.

Các Hạnh Nguyện Phổ Hiền căn bản – những gương mẫu của "Hạnh Bồ-tát," không phải là bảy như đã tuyên bố trong Kinh Hoa Nghiêm, mà là mười, ba đã lược bỏ nên gọi là Bảy Phẩm Vật Cúng Dường.

49. MILAREPA VÀ CON CỪU ĐANG HẤP HỐI

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Một lần khi Jetsun Milarepa và đệ tử tâm phúc Rechungpa đang sống trong Hang Cái Bụng ở Nya Non, Rechungpa vẫn còn giữ trong tâm chút ít ham muốn những khoái lạc thế gian, mà Jetsun thường khuyên răn ông ta nên từ bỏ. Nhưng Rechungpa nghĩ, "Ta đã từ bỏ đất tổ và Tám Dục Vọng Thế Gian, song Jetsun xem như vậy chưa đủ – mới chỉ nửa đường tu tập Pháp. Thực ra như vậy có đúng chăng?" Đầy nghi ngờ, ông ta chất vấn Milarepa, người đáp, "Theo nghĩa thông thường những gì con hỏi có thể là đúng, nhưng chỉ một mình nó thì chưa đủ. Bây giờ hãy lắng nghe bài hát của ta":

Người ngồi trên đầu ta
Trong Lâu đài Đại Cực Lạc,
Là Bậc Không Tì Vết –
Vinh quang của tất cả công đức.
Người [Marpa], là tinh yếu của các Đạo Sư Dòng Truyền,
Nguồn suối hứng khởi miên viễn của ta.
Với Người ta kính lễ chân thành nhất,
Với Người ta gửi đến lời ca ngợi tâm cảm của ta!

Mặc dù con từ bỏ quê hương
Sống viễn ly một mình,
Con còn phải giữ theo giới luật.
Kẻ nào quan tâm đến danh tốt của mình,
Sẽ rơi vào thế gian một lần nữa.

Mặc dù con từ bỏ thức ăn ngon và sự chăm sóc,
Hãy cẩn thận khi thọ nhận của bố thí.
Kẻ nào vẫn còn thèm khát thức ăn khoái khẩu,
Sẽ rơi vào thế gian trở lại.

Mặc dù chiếc áo thanh lịch thì hơn xa chiếc y bình thường,
Nhưng nó phải được làm theo nguyên tắc nghề may.
Những hành giả yoga bám theo những y phục
lụa là mềm mại
Sẽ rơi vào thế gian một lần nữa.

Nếu con đã lìa bỏ nhà và đất,
Hãy điều độ và kiên trì.
Kẻ nào ước muốn danh vọng và cao sang,
Sẽ rơi vào thế gian trở lại.

Khi con lìa bỏ tài sản "lớn"
Và con vẫn còn mảnh đất nhỏ [của tôi],
Con phải tuân theo luật lệ làm nông.
Nếu con mong chóng được mùa gặt lớn,
Con sẽ rơi vào thế gian một lần nữa.

Trong tự thể Sinh Tử không căn cơ và không có thật;
Khi con nhìn, con khó tìm thấy nó
Muốn xác định, không thể nào nắm bắt.
Song khi con nhận ra nó,
Nó chính là Niết Bàn.
Tất cả sự vật trong tự thể là không;
Một hành giả yoga không bị dính mắc vào bất cứ cái gì.

Rechungpa hỏi, "Vì con đang theo Con Đường Thiện Xảo Mật Giáo, con có thể lấy một chút tiện nghi để gia tăng sự sùng mộ của con không?" Jetsun trả lời, "Nếu con thực sự có thể làm cho sự sùng mộ của con tiến cao hơn bằng phương tiện hưởng thụ và khoái lạc, con có thể dùng chúng, nhưng nếu chúng chỉ làm gia tăng những dục vọng [thế gian] của con, thì không. Ta

được Đạo Sư của ta, Marpa, chỉ thị, từ bỏ tất cả những dục vọng thế gian để sống đời sống khổ hạnh sùng mộ. Kết quả, ta theo những lời dạy của Người suốt cả đời ta nên bây giờ đã phát triển bên trong ta một ít công đức. Con cũng nên từ bỏ tất cả Tám Dục Vọng Thế Gian và thiền định khó nhọc trong khi con vẫn còn cơ hội. Bây giờ hãy lắng nghe bài hát của ta":

Hãy nhớ Đạo Sư của con đã sống như thế nào
Và mang trong tâm những lời mật ngọt của ông ta.
Kẻ nào lãng phí một cơ hội vì Pháp
Sẽ không bao giờ có cơ hội nào khác.
Vậy hãy mang trong tâm lời Phật dạy
Và kiên trì tu tập nó.
Do chấp vào sự vật trong đời này,
Người ta đau khổ hơn trong đời sau.
Nếu con ham muốn khoái lạc
Phiền não sẽ gia tăng.

Một người quả thật ngu ngốc nhất
Để mất cơ hội vì Pháp
Trong sợ chết, hãy khổ công tu tập!
Phạm tội sẽ lôi con
Đến những Cõi Thấp hơn.
Do giả vờ và lừa dối,
Con tự lừa gạt và dẫn dắt mình sai lạc.
Công đức giảm đi với
Ác ý phát triển.
Nếu con quan tâm đời vị lai,
Hãy tinh tấn tu tập sùng mộ.
Hành giả yoga ước mơ y phục đẹp
Sẽ sớm thành mất trí;
Hành giả yoga ước mơ thức ăn ngon
Sẽ sớm làm những hành vi xấu;
Hành giả yoga yêu thích lời nói êm tai
Sẽ không được mà chỉ mất.
Hãy từ bỏ những theo đuổi thế gian, Rechungpa,

Hãy hiến mình cho thiền định.

Nếu con cố gắng để có được một người bảo trợ
Giàu có, con sẽ gặp kẻ thù.
Kẻ nào thích được đám đông
Vây quanh, sẽ sớm bị thất vọng.
Kẻ nào tích trữ của cải và tiền bạc,
Thì sớm đầy những ý nghĩ xấu xa.
Hãy thiền định, con ta Rechungpa.
Và hãy đặt tâm con vào Pháp.

Người nào tu tập
Cuối cùng sẽ đạt Chứng Ngộ.
Kẻ nào không thể tu tập
Nhưng chỉ nói và khoe khoang,
Thì luôn luôn nói láo.
Hỡi ôi, thực khó tìm làm sao
Cơ hội và thời gian để tu tập lâu dài.
Rechungpa, hãy cố gắng thiền định không lạc hướng!

Nếu hợp tâm con với Pháp
Con sẽ vui và hân hoan mãi mãi;
Con sẽ luôn luôn thấy nó tốt hơn
Nếu con ở nơi cô tịch.
Con Rechungpa, cầu mong
Định-Không-Quang Minh quí báu
Mãi mãi ở lại nơi tâm con!

Rồi Milarepa nghĩ, "Bởi vì ta thúc giục, những dục vọng khoái lạc thế gian của Rechungpa có thể giảm bớt đến một độ nào đó, song nó vẫn không thể vượt qua [tất cả] những xu hướng sai lầm. Ta sẽ cố gắng thúc đẩy thêm nữa tinh thần khước từ của nó." Vì thế, ông đem Rechungpa đến chợ Nya Non xin của bố thí.

Nhiều người hàng thịt đã tụ tập ở đó. Thịt chất cao như vách tường, đầu súc vật chất thành những đống khổng lồ, da rải rác

trên mặt đất, máu chảy tụ lại với nhau như nước trong ao. Còn có những hàng gia súc buộc vào những cây cọc để làm thịt. Một ông lão xứ Mon bị tàn tật một cánh tay đang xẻ thịt một con cừu đen bự, kéo bộ lòng nó ra khi nó vẫn còn sống. Bị thương chí tử, con vật tìm cách trốn thoát và lảo đảo rên rỉ đi về phía Milarepa cầu cứu. Nhìn cảnh đáng thương xót này, Milarepa nhỏ nhiều nước mắt. Ông lập tức thi triển Yoga Chuyển Thức cho con cừu và đem linh hồn [thức] của nó đến Đường Bồ-đề. Vì thế, với thương xót tràn ngập, Milarepa hát:

Đáng thương thay là chúng sinh trong Sinh Tử!
Nhìn lên Con Đường Giải Thoát,
Chỉ cảm thấy buồn thay cho những kẻ tội lỗi này.
Ngu ngốc và buồn thay là đắm mình trong giết hại,
Khi nhờ may mắn và Nghiệp mà có được hình người.
Buồn thay là làm một hành động
Mà cuối cùng sẽ tự làm mình đau đớn.
Buồn thay là xây một bức tường tội lỗi
Làm bằng thịt cha mẹ hấp hối của mình.
Buồn thay là nhìn thấy
Thịt ăn và máu chảy.
Buồn thay là biết nhầm lẫn
Và mê hoặc lấp đầy tâm người.
Buồn thay là chỉ thấy cái xấu,
Không tình thương trong trái tim người.
Buồn thay là thấy
Mù lòa che mờ tất cả những người
Ấp ủ những hành vi tội lỗi.

Thèm khát gây khốn khổ,
Trong khi những hành vi thế gian mang lại đau thương.
Với điều này trong tâm người ta cảm thấy buồn rầu,
Nghĩ như thế, người ta truy tìm thuốc chữa.

Khi ta nghĩ đến những người không bao giờ
Chú ý đến đời vị lai của họ,

Mà đắm mình trong những hành vi ác,
Ta cảm thấy phiền nhiễu và buồn nhất,
Và thâm sâu lo sợ cho họ.
Rechungpa, khi thấy tất cả những điều này,
Con không nhớ Thánh Pháp sao?
Con không đánh mất cả trái tim trong Sinh Tử chứ?
Hãy đánh thức tinh thần khước từ,
Đi, Rechungpa, đến cái hang để thiền định!

Hãy chú ý đến ơn của Đạo Sư con
Và tránh tất cả những hành vi tội lỗi;
Ném những sự vật thế gian sang một bên
Hãy ở lại kiên cường tu tập.
Hãy giữ những thệ nguyện tốt
Và hiến đời con cho thiền định.

Rechungpa đầy buồn bã, và từ tận đáy tim ông ta sự mong muốn từ bỏ nóng bỏng phát sinh. Rơi nhiều nước mắt, ông ta nguyện, "Thưa Jetsun, từ bây giờ trở đi con sẽ từ bỏ tất cả ham muốn và khoái lạc thế gian, hiến mình cho thiền định. Chúng ta, Chủ và tớ, hãy đi đến những núi non hẻo lánh, nhưng hãy nói con biết chỗ nào." Để trả lời, Milarepa hát:

Hỡi ôi, bị kẹt trong bẫy ác Nghiệp, trong u tối
Chúng sinh lang thang trong luân hồi.
Kẻ cướp, những ý nghĩ lang thang,
Làm họ điên cuồng, như thế tước đi của họ
Cơ hội tu dưỡng.
Hãy tỉnh dậy đi, mọi người, hãy thiền định bây giờ!
Chúng ta hai Repa, hãy đi đến Núi Tuyết Lashi.

Dài và nguy hiểm là con đường luân hồi,
Áp lực và tai hại là bọn côn đồ Năm Độc.
Nhưng con Rechungpa, hãy giữ chặt đứa con Tỉnh Giác
Và hãy tìm người cận vệ Trí Tuệ.
Những kẻ tội lỗi hiếm khi nghĩ rằng chết sẽ đến;

Đến Núi Tuyết Lashi, chúng ta hai Repa
Sẽ đi bây giờ để thiền định!

Cao là Núi Sai Lầm,
Đáng sợ là chó săn và thợ săn.
"Dã thú Dyāna" thì lúc nào cũng phô mình
Trước nguy cơ bị bắt.
Vậy, hãy khôn mà chạy đến Đất Bình Yên.
Những kẻ tội lỗi hiếm khi nghĩ rằng chết sẽ đến;
Đến Núi Tuyết Lashi, chúng ta hai Repa
Sẽ đi bây giờ để thiền định!

Ngôi nhà thân người này
Đang sụp đổ và, tả tơi vì
Thức ăn và đồ uống thấm qua,
Đang suy tàn vì năm tháng;
Nguy hiểm là sống ở trong đó.
Vậy hãy trốn đến chỗ an toàn,
Sẵn sàng vui vẻ chết.
Những kẻ tội lỗi hiếm khi nghĩ rằng chết sẽ đến;
Đến Núi Tuyết Lashi, chúng ta hai Repa
Sẽ đi bây giờ để thiền định!

Sâu và đầy hiểm nghèo là biển Sinh Tử;
Khôn là vượt qua nó bây giờ
Trên chiếc thuyền Tỉnh Giác.
Đáng sợ là cơn thủy triều lầm lẫn cuồn cuộn;
Bây giờ hãy chạy trốn,
Đến "Đất Không Hai."
Những kẻ tội lỗi hiếm khi nghĩ rằng chết sẽ đến;
Đến Núi Tuyết Lashi, chúng ta hai Repa
Sẽ đi bây giờ để thiền định!

Rộng là đầm lầy tham dục,
Phiền nhiễu là vũng bùn đời sống gia đình;
Hãy khôn và chạy trốn nó,

Hãy cưỡi con voi Từ Bỏ.
Hãy khôn và trốn đến nơi an toàn,
Trên đất Giải Thoát khô ráo!
Những kẻ tội lỗi hiếm khi nghĩ rằng chết sẽ đến;
Đến Núi Tuyết Lashi, chúng ta hai Repa
Sẽ đi bây giờ để thiền định!

To lớn thay là sự nguy hiểm lúc rơi vào
Những cái thấy và việc làm của Tiểu Thừa;
Chỉ những kẻ vô minh làm
Chuyện phí công sức chẳng cho cái gì cả.
Những kẻ tội lỗi hiếm khi nghĩ rằng chết sẽ đến;
Đến Núi Tuyết Lashi, chúng ta hai Repa
Sẽ đi bây giờ để thiền định!

Vào dịp này, nhiều người trong chợ tự động được khẳng định với niềm tin to lớn nơi Jetsun và người con của ông. Tất cả bọn họ muốn cúng dường hai người nhiều thực phẩm và phục vụ, nhưng Milarepa bảo họ rằng thực phẩm của họ là thực phẩm của tội lỗi [trực tiếp tạo ra] qua Tám Dục Vọng Thế Gian, và từ chối chấp nhận thực phẩm ấy. Rồi ông và Rechungpa bắt đầu cuộc hành trình đến Núi Tuyết Lashi.

Đây là câu chuyện về những lời khuyên răn về tầm quan trọng của sẵn sàng chết.

50. KHÚC HÁT UỐNG BIA

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Một lần khi Jetsun Milarepa và con trai Rechungpa đang sống trong Động Hàng Ma Lớn (1) trên Núi Tuyết Lashi, những cảnh phù phép đáng sợ do các A-tu-la tạo ra trở nên to lớn đối với Rechungpa đến nỗi [đã phải] núp vào phía sau động và nhập Định.

Một hôm một số lớn các Thiên và ma đến, và biểu diễn nhiều hình tướng đáng sợ, ném nhiều vũ khí vào Milarepa để làm cho ông sợ hãi. Với giọng đe dọa, chúng hét "Chúng ta hãy chụp lấy ông ta, ăn thịt ông ta và uống máu ông ta." Nhưng [không sợ sệt] Milarepa hát:

Nguyện tất cả chư Đạo Sư làm lắng xuống
Tất cả oán hận và độc ác!

Đáng thương hại là ma và quỉ.
Quen với những ý nghĩ và hành vi ác,
Vì vui, các ngươi làm khổ chúng sinh.
Ghiền ăn thịt,
Các ngươi ham giết và bóp cổ!
Sinh làm ma đói
Xấu xí và hiềm kích,
Các ngươi phạm thêm nhiều hành vi tội lỗi.
Các ngươi phải chịu đi vào Địa Ngục.
Vì các ngươi quên hạt giống Giải Thoát,
Cửa tự do đóng lại mãi mãi với các ngươi.
Hỡi ôi, thật đáng thương và buồn vậy!

Ngồi trên tòa Bi-Không,

Ta có thể thi triển tất cả các phép thần thông.
Nếu các ngươi những con ma có thể chụp lấy ta và ăn thịt,
Ta sẽ vui lòng và sung sướng nhất.
Với Tâm Bồ-đề từ bi
Ta hoan hỉ thấy các ngươi ở đây!

Rồi Milarepa nhập Định Nước.(2) Không lâu, thêm những đoàn quân Thần và quỉ đến nữa. Giữa bọn chúng là một nữ quỉ cực kỳ đáng sợ nói, "Người đàn ông này là ai?" Một quỉ đáp, "Trước tiên chúng ta hãy qua bên [phía an toàn] gần nước và xem." Khi nói như thế, y đá tung một vài viên đá cuội [với tiếng lách cách chạm nhau], ngay lúc ấy Milarepa đột nhiên xuất hiện, nói, "Ta ở đây!" Ông cũng đưa thân trần truồng của ông cho bọn quỉ xem, chúng ngạc nhiên và kinh hoảng, tất cả đều bỏ chạy.

Sau đó một lúc chúng trở lại và một lần nữa lại tấn công Milarepa bằng huyền thuật. Cuối cùng chúng đầu hàng, kêu lên, "Tất cả chúng ta hãy giải hòa!"

Trong tâm thái đại bi, lúc ấy Milarepa hát:

Hãy chú ý lắng nghe, các ngươi những Phi-nhân,
Các ngươi đoàn quân quỉ có Nghiệp xấu.
Những hành vi ác của các ngươi chỉ hại
chính các ngươi thôi!

Vì với ta, tất cả hình tướng chỉ là Pháp Thân,
Ngay cả một đoàn quân quỉ cũng là sự vinh quang của ta.
Hãy nghe đây, tất cả Thần và quỉ,
Nếu các ngươi qui y Tam Bảo, (3)
Các ngươi sẽ được sinh vào chỗ tốt lành.
Nếu các ngươi không ăn thịt và uống máu nữa,
Các ngươi sẽ được sinh ở cõi cao hơn và được tự do.
Nếu các ngươi không làm hại kẻ khác nữa, thì
Các ngươi sẽ sớm vào Đạo Bồ-đề;
Nếu các ngươi không làm những hành vi tội lỗi nữa,
Các ngươi có thể ôm giữ Giáo pháp của Phật.

Chỉ bằng cách tu tập Mười Công Đức
Các ngươi có thể hiểu được ý nghĩa
Của những chỉ dạy [chắc chắn] của Đạo Sư!
Chỉ khi nào các ngươi đã loại bỏ
Những nhầm lẫn của thân, khẩu, và ý
Các ngươi có thể gia nhập giáo phẩm
Của những người nắm giữ Quang Minh.
Chỉ khi nào các ngươi nguyện giữ giới luật
Chúng ta đồng ý làm bạn. Chỉ khi nào các ngươi giữ
Các Giới Luật Samaya, các ngươi có thể làm đệ tử của ta.

Hối hận, tất cả các quỉ đều cải hóa. Chúng nói, "Từ bây giờ trở đi, chúng tôi sẽ vâng lệnh ngài. Xin dạy Pháp cho chúng tôi." Lúc ấy Milarepa giảng cho họ về chân lý Nghiệp, giáo lý Qui y, và Phát Tâm Bồ-đề. Xác định niềm tin, tất cả quỉ đều hiến đời họ cho Milarepa như một bằng chứng cho những lời thệ nguyện trang nghiêm của họ và ra đi.

Sáng hôm sau Milarepa đến gặp Rechungpa và hỏi, "Đêm hôm qua có việc gì xảy ra với con không?" "Con đã ở trong [Định] Quang Minh," Rechungpa nói, "và có một thị kiến vui: có người đến và ném một viên đá cuội vào thầy trong khi thầy đang nằm trên giường. Nó có trúng thầy không?" Milarepa đáp, "Rất là vui, thân ta đã biến thành nước đêm hôm qua. (4) Ta không chắc viên đá cuội đó có trúng ta hay không, nhưng ngực của ta cảm thấy có chút khó chịu. Con có thể kiểm tra nó cho ta." Nói rồi, ông lại biến thân ông thành nước, Rechungpa thấy trong đó có một viên đá cuội nhỏ và lấy nó ra. Sau đó, Jetsun cảm thấy dễ chịu trở lại.

Vào thời gian đó, nhiều đệ tử đến thăm Milarepa. Một hôm, ông đề nghị rằng tất cả hãy đi bộ lên [đỉnh của hòn] núi cao phía trước Lashi. Nhưng các đệ tử nói, "Đó sẽ là việc quá gắng sức cho thầy vì tuổi của thầy. Chúng con khuyên thầy không nên đi." Jetsun đáp, "Ta nghĩ ta có thể làm việc ấy dễ dàng." Rồi ông hát:

Con cúi đầu đảnh lễ tất cả chư Đạo Sư!

Milarepa muốn leo lên
Đỉnh núi đó, nhưng bây giờ y đã quá già;
Thân y đã hao mòn và bạc nhược.
Y sẽ nằm yên và nghỉ
Giống như ngươi, người anh em Núi của ta?

Milarepa chưa hết hát thì bỗng nhiên ông đã xuất hiện trên đỉnh của một vách đá – bàn chân ông đặt vững vàng trên tảng đá. Rồi ông đi lên cao hơn cho đến khi đến đỉnh, ngồi thoải mái ở đó một lúc [quấn] trong tấm vải choàng cầu vồng. Rồi ông bay trở lại hang nói với các đệ tử, "Ta cần một người rót bia cho ta khi ta ở trên đó." "Nhưng xin hãy nói cho chúng con biết làm sao chúng con lên đó và làm sao chúng con có thể hầu bia cho thầy?" họ hỏi. "Nếu các con muốn lên đến đỉnh núi," Milarepa đáp, "các con phải tu tập như vầy":

Hãy nghe đây, các con! Nếu các con muốn
Leo đến đỉnh núi
Thưởng thức phong cảnh,
Các con nên giữ ánh sáng Tự Tâm,
Buộc [nó] bằng cái "Nút" lớn,
Và bắt nó bằng cái "Móc" vững bền.
Nếu các con tu tập như vậy
Các con có thể leo đến đỉnh núi
Để thưởng thức phong cảnh.

Đến đây, các con những nam nữ tài năng,
Hãy uống bia Kinh Nghiệm!
Hãy đến "bên trong" thưởng thức cảnh –
Hãy thấy và thưởng thức nó cho đầy!
Những kẻ không khả năng còn ở bên ngoài;
Những người không uống được bia tinh chất
Có thể hớp lấy ngụm bia nhỏ.
Ai không thể nỗ lực vì Bồ-đề,
Nên cố gắng để được sinh thượng đẳng.

Rechungpa nói, "Con có thể tu tập Pháp và mong uống được bia. Nhưng xin hãy chỉ cách cho con." Jetsun đáp, "Cách tốt nhất để uống "bia" ấy là theo lời khuyên của [sư ông] Marpa." Rồi ông hát:

Con cúi đầu đảnh lễ Dịch giả Marpa
Người trụ trong Chân Như nguyên thủy,
Chủ nhân của các chân lý thiết yếu.
Không dễ miêu tả được Người.
Như bầu trời, Người sáng ngời và thanh tịnh,
Hiện khắp nơi như mặt trời và mặt trăng;
Người không bao giờ phân biệt giữa
"Cao" và "thấp," như những bụi cây trong một đầm lầy.
Người là Phật Chúa Tể của ta,
Ngồi trên đầu ta,
Sự vinh quang và đồ trang điểm của ta.

Trong Sáu Nẻo, diễn viên chính
Là con người
Dùng hoa màu nghèo hơn của họ để nấu
Bia vào mùa thu và mùa xuân.
Những người theo Pháp,
Hãy xây một lò lửa có Ba Cửa, hãy chuẩn bị
Một cái nồi lớn Tánh Không, và đổ đầy nó
Bằng hạt Nguyên Tố Trắng thuần khiết (5)
Và nước Từ Bi.
Rồi đốt lửa Trí Tuệ
Và luộc chín hỗn hợp [trong nồi].

Trên Bình nguyên Trung ương, nơi tất cả bình đẳng,
Lá cờ Đại Cực Lạc được dựng lên.
Khi men chỉ dạy được thêm vào
[Cái nồi lớn], thì người ta có thể ngủ dễ dàng
Trên chiếc giường Bốn Vô Lượng.

Lúa mạch Một-trong-Nhiều lên men

Được lấy ra và cho vào bình.
Được Trí Tuệ - Thiện Xảo bất nhị tăng thêm sức
Bia Năm Bát-nhã thuần thục;
Ở lối vào ngôi nhà Như ý,
Bia cam lồ tinh khiết được lọc trong.
Heruka (6) Thanh tịnh làm nhân,
Heruka Pháp giới tạo duyên
Và Heruka Hoa Sen cho màu sắc.
Mùi của nó là Heruka Đa Dạng;
Vị của nó, Kim Cương; xúc của nó, Hoan Hỉ.

Ta là hành giả yoga uống bia, bởi vì
Nó chiếu sáng Pháp Thân,
Làm đầy đủ Báo Thân,
Và ban cho hình tướng của tất cả Hóa Thân.
Từ thịt trái cây Bất Diệt
Chỉ những người có đầu kiên cố
Có thể uống bia cam lồ này.

Đây là một ngụ ngôn khác:

Từ chưng cất Yếu Tánh của Pháp
Bia quí và kích thích đến;
Với chư Đạo Sư và Phật Ba Hoàn Thiện
Nó là vật cúng dường siêu tuyệt!
Dọc theo trung đạo Trí Tuệ-Thiện Xảo
Các luật Samaya [Mật nguyện] được tuân giữ;
Như vậy chư thiên của Man-đa-la được hài lòng.

Chưng cất những Chỉ Dạy thông thường và đặc biệt
Có được các cảm giác [Huyền bí];
Như thế một người được thỏa ước mơ
Và những người khác cũng thỏa lòng.

Ai trong chén Sáu Món Trang Sức, (7)
Uống bia tinh khiết Dòng Truyền Rỉ Tai;

Trong y sẽ cháy rực lửa Đại Cực Lạc.
Một hớp Cực Lạc này
Đánh tan mọi phiền muộn.
Hành giả yoga uống bia này –
Một Pháp kỳ đặc ít người chia xẻ,
Một hành động kỳ diệu và rạng rỡ,
Một hành động siêu đẳng và tuyệt vời.

Nghe khúc hát này, tất cả các đệ tử đều đạt được sự hiểu biết chắc chắn.

Đây là câu chuyện Milarepa hàng phục quỉ ở trong Động Lớn và hát khúc ca Uống Bia trong khi tản bộ [với các đệ tử].

Chú Thích Chuyện 50

(1) Động Hàng Ma Lớn (T.T.: bDud.hDul.Pug.Ma.Che.).

(2) Định Nước (Water-Samadhi): Nghĩa đen là, "Định Nước làm kiệt quệ các Đại" (T.T.: Zad.Par.hByun.Wa.Chuhi.Tin.ne.hDsin.). Đây là một thuật ngữ khá tối nghĩa chỉ một thứ Định trong đó hành giả yoga vận dụng năng lực của mình làm "kiệt quệ" hay lắng dịu bốn đại kia – Đất, Lửa, Gió, và Hư không – như thế ngăn ngừa sự hóa hiện và hoạt động của chúng và đem một mình đại [nguyên tố] Nước hiện thân. Người ta nói rằng ma không thấy thân hình của hành giả yoga mà thấy một ảo ảnh nước khi hành giả nhập Định này. Hơn nữa, hành giả yoga thiện nghệ cũng có thể áp dụng năng lực của mình để vận dụng bốn đại kia; như thế chúng ta có sự Kiệt tận của các Đại: các Định Đất, Lửa, Gió, và Hư Không.

(3) Tam Bảo: Ba Thứ Quí, tức là, Phật, Pháp, và Tăng.

(4) Xem Chú thích 2 .

(5) Nguyên tố Trắng thuần khiết (T.T.: dKar.Po.Dan.Wa.): Đây dường như ám chỉ Tig Le [Giọt Tinh Chất]– Tinh thể của tinh dịch đàn ông, một biểu tượng của năng lực dương (tích cực).

(6) Heruka: tên chung cho các thần Mật Giáo, thường hay có hình tướng hung dữ.

(7) Sáu Món Trang Sức: (1) vương miện bằng sọ người, (2) dây đeo cổ bằng đầu người, (3) vòng đeo cánh tay và cổ tay bằng xương, (4) vòng đeo cườm chân, (5) gương Nghiệp trên giáp che ngực, và (6) dầu xức bằng bụi nghĩa địa.

51. LỜI KHUYÊN TÂM CẢM CHO RECHUNGPA

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Một lần Milarepa đang ở lại Ramdin Nampu với các đệ tử, Rechungpa, Drigom Repa, và những người khác. Một hôm, trong khi Rechungpa và Drigom Repa đang tranh luận với nhau về các giáo lý của Naropa và Medripa, Jetsun bình luận, "Hãy lắng nghe bài hát của ta trước, rồi hãy tiếp tục tranh luận."

Đạo Sư ân huệ của ta luôn luôn ngồi trên đầu ta,
Chứng Ngộ luôn luôn ở trong tâm ta.
Ôi làm sao có thể diễn tả niềm vui này!

Hãy lắng nghe cả hai con, một Repa và một giáo sĩ,
Vẫn còn lảng vảng trong vòng hành động.

Nếu bên trong *các con không hiểu,*
Tiếng sủa ồn ào sẽ chỉ làm phồng lên
Sự kiêu hãnh và vị ngã của các con.

Không phải sự phá tan những hiểu lầm
Bên trong gọi là cái "Thấy Bất Tận" – vinh quang của hành giả yoga
Khẳng định lý luận và Kinh Điển sao?

Không phải Nhamdog [ý nghĩ do thói quen] tan biến trong Pháp Thân
Gọi là tu tập tự phát – vinh quang của hành giả yoga
Xác định các nguyên tắc thiền định sao?

Không phải sự tự thanh tịnh của Sáu thức
Gọi là Hành của Một Vị – vinh quang của hành giả yoga
Tự do đáp ứng với thời gian và thay đổi sao?

Không phải Kinh Nghiệm về Cực Lạc-Không
Gọi là thành quả của Dòng Truyền Rỉ Tai –
vinh quang của hành giả yoga xác định bằng
Bốn Khai Thị *sao?*

Không phải nghệ thuật của Tánh Không sáng ngời
Gọi là các giai đoạn và Địa (Bhūmis) của đường Đạo –
vinh quang của hành giả yoga chứng kiến
Những cây trụ làm dấu trên Đường sao?

Không phải tột cùng của Tự Tâm (1)
Gọi là thành Phật trong một đời –
vinh quang của hành giả yoga
Xác định Bốn Thân sao?

Không phải người sở hữu những Chỉ Dạy Thiết Yếu
Của Luận và Thánh Thư gọi là
Đạo Sư với Dòng Truyền– vinh quang của hành giả yoga,
Hiện thân của Từ và Bi sao?

Không phải một người có bi tâm và niềm tin lớn
Gọi là đệ tử có khả năng –
vinh quang của hành giả yoga hiện thân
Công đức của tôn kính sao?

Phải quán tâm để được cái Thấy quyết định.
Để tiến bộ người ta phải thiền định;
Phải hành động để đạt đến hoàn thành.

Sự hoàn thiện của tâm là sự Thành Tựu;
Bốn Thân Phật là

Hiện Tiền và Chứng Ngộ.
Ai biết một, biết tất cả.

Nghe bài hát này, những hiểu lầm của họ đã được xóa sạch tất cả. Rồi Jetsun nói với Rechungpa rằng nếu một người quyết tâm tu tập Pháp, y nên tu tập như thế này; và ông hát:

Hãy lắng nghe, con ta, Người Nắm Giữ Quang Minh.
Tu tập Pháp, con nên biết những điều này:
Rằng Đạo Sư của con tạo ra công đức,
Hiện thân của tất cả chư Phật,
Là Pháp Thân trong Tự Thể.
Rechungpa, con có tin chắc như vậy không?

Con nên biết những Chỉ Dạy của Đạo Sư
Là thuốc trị độc siêu đẳng, như cam lồ
Chữa trị Năm Dục Độc.
Rechungpa, con có tin chắc như vậy không?

Những hành vi và hành động của Đạo Sư là
Của Hóa Thân.
Con ơi, con có tin chắc như vậy không?

Dòng niệm tưởng chảy miên man của tâm là
Không, vốn không căn nguyên;
[Chúng dường như] dấy lên, nhưng
không bao giờ hiện hữu.
Trong chú tâm không lay chuyển
Con nên có niềm tin vững chắc.
Rechungpa, con có tin chắc như vậy không?

Những khoái lạc chư thiên yêu thích
Đều phải chịu thay đổi và qua nhanh.
Hãy tin chắc trong luân hồi
Không bao giờ có thể tìm được chân an lạc.
Rechungpa, con có tin chắc như vậy không?

Tất cả sự vật có hình tướng đều nhất thời và chóng mất,
Như nước chảy, như khói nhang, như ánh chớp trên trời.
Hãy biết rằng nhàn nhã trong đời này rất hiếm.
Rechungpa, con có tin chắc như vậy không?

Rằng tất cả trên trần gian sẽ chết là chắc chắn –
Không chỗ trốn: cho cố gắng ở Bên kia cái chết.
Rechungpa, con có tin chắc như vậy không?

Nghe bài hát này, tất cả các đệ tử được thêm hiểu biết.

Một hôm, một vài người bảo trợ ở Nya Non đến. Họ mời Rechungpa chấp nhận làm khách trong làng một thời gian, và Jetsun cho phép ông ta ở lại đó nửa tháng. Các Repa khác cũng đến làng xin của bố thí.

Trong thời gian đó, Tsese, Ku Ju, và những người bảo trợ khác từ Drin đến viếng Milarepa. Khi họ thấy ông ngồi đó với ngọc hành phô ra tự do, họ đều xấu hổ và hoảng sợ, và sợ đến gần ông. Cuối cùng Tsese đến gần và tặng ông một tấm vải che. Vì thế, tất cả khách viếng đều tụ tập quanh ông và nói, "Ôi Jetsun, cách mà ngài phô bày thân thể và cơ quan trần truồng khiến chúng tôi những người thế gian cảm thấy rất bối rối và hổ thẹn. Vì chúng tôi, xin ngài từ bi và để ý che lại cho."

Khi nghe yêu cầu này, Milarepa đột nhiên đứng dậy trần truồng và hát:

Do lang thang lâu ở nhiều nơi,
Ta đã quên đất tổ của ta.
Ở lâu với Jetsun Thánh Thiện của ta,
Ta đã quên tất cả bà con quyến thuộc.
Giữ lâu lời dạy của Phật,
Ta đã quên sự vật thế gian.
Ở lâu trong chỗ ẩn tu,
Ta đã quên tất cả những trò tiêu khiển.
Do nhìn lâu trò chơi của khỉ,
Ta đã quên cừu và gia súc.

Quen lâu với hộp bùi nhùi
Ta đã quên tất cả việc nhà.
Quen lâu với cô tịch không chủ hay tớ,
Ta đã quên những phép lịch sự.
Quen lâu với chẳng quan tâm,
Ta đã quên xấu hổ thế gian.
Quen lâu với tâm lai vãng một mình,
Ta đã quên cách che dấu sự vật.
Quen lâu với đốt nhiệt Dumo,
Ta đã quên quần áo.
Quen lâu với tu tập Trí Không Phân Biệt,
Ta đã quên tất cả ý nghĩ phân tán.
Quen lâu với tu tập Quang Minh Hai-trong-Một,
Ta đã quên những ý niệm vô nghĩa.
Mười hai "quên lãng" này là giáo lý của
Hành giả Yoga này.
Hỡi các người bảo trợ thân mến, tại sao các người
cũng chẳng theo ư?
Ta đã mở cái nút nhị nguyên chủ nghĩa;
Ta cần theo tập quán của các người làm gì?
Với ta, Bồ-đề chính là tính tự nhiên!

Pháp của các người, những kẻ thế gian
Thì quá khó tu tập.
Không quan tâm gì, ta sống cách ta thích.
Cái gọi là "xấu hổ" của các người chỉ đem lại
lừa gạt và gian lận.
Làm sao giả vờ, ta không biết.

Rồi những người bảo trợ ấy cúng dường những phẩm vật tốt, hậu hĩnh, và từ giã. Trong khi Rechungpa ở lại trong làng, và mặc dù ông ta chỉ ở lại một ngày trong nhà mỗi người bảo trợ, vẫn còn nhiều ngày trước khi ông ta có thể trở về chỗ ẩn tu. Cuối cùng khi trở về, ông ta thấy cửa đóng kín. Rechungpa nghĩ, "Có phải vì ta ở lại quá lâu trong làng nên Jetsun không bằng lòng?" Và ông ta hát:

Trong nội tại của Pháp
Không cần đọc sao trời;
Ai tham vấn sao trời
Thì cách xa Nội Tại.

Đại Hoàn Thiện (2) không có giáo điều;
Nếu có tín điều ngoan cố phát sinh,
Thì không phải Đại Hoàn Thiện.

Trong Đại Thủ Ấn không có
Chấp nhận hay khước từ.
Nếu có, không phải Đại Thủ Ấn.

Trong Kinh Nghiệm Đại Cực Lạc
Không có ánh sáng hay bóng tối.
Nếu một trong hai phát sinh,
Thì chẳng phải Đại Cực Lạc.

Đại Trung Đạo chẳng thể miêu tả;
Cũng không thể định nghĩa, vì nếu có thể,
Ấy chẳng phải Trung Đạo.

Con, Rechungpa, vừa mới trở về;
Sao, hôm nay Cha có khỏe không?

Từ trên đầu cánh cửa, Milarepa hát bài ca này để trả lời:

Không có Phật nào khác hơn tâm mình,
Không có Đường nào nhanh hơn tu tập Khí và Kênh;
Nơi Tam Bảo không có tàn ác hay thù hận;
Không có kinh nghiệm nào vĩ đại hơn kinh nghiệm
Tánh Không-Cực Lạc;
Không ân huệ nào cao hơn ân huệ của Jetsun Đạo Sư –

Nơi nương náu và vinh quang của tất cả mọi người.

Bằng tu tập những chỉ dạy đúng
Tin quyết sẽ phát sinh trong tâm mình.
Với Chứng Ngộ đầy đủ,
Những chỉ dạy đó được thực hiện.
Một khi đã có quyết tâm vững chắc,
Kinh nghiệm và tin quyết nở hoa.
Khi trong trái tim mình từ ái phát sinh,
Qua tình thương người ta có thể giúp tất cả
những người khác.
Ai thấy Đạo Sư của mình như Phật,
Sẽ nhận được đại năng lực gia trì.

Rechungpa, những lời con trích dẫn
Thật tuyệt vời.
Nếu con hiểu những lời dẫn ấy,
Con sẽ tìm thấy Pháp ở đó.
Nếu không, những nhận xét của con
[Chỉ] là bập bẹ và bép xép.

Con thế nào, con ta Rechungpa?
Cha già của con tốt và khỏe mạnh.

Rồi Jetsun mở cửa và Rechungpa đi vào. Milarepa nói, "Hôm nay chúng ta sẽ nghỉ và nói chuyện. Ta thấy con bây giờ vẫn còn rất nhiều ham muốn những sự vật thế gian. Con nên từ bỏ ham muốn và thiền định một mình trên núi. Bây giờ hãy lắng nghe:

Nhờ ân huệ của Đạo Sư, ta đã
Có thể ở lại trong núi.
Khẩn nguyện khiến ta có thể ở lại mãi trong cô tịch.

Hãy chú ý lắng nghe, Rechungpa tài năng.
Khi con ở trong cô tịch,
Đừng nghĩ đến những lời kết tội rỉ tai
Kẻo con khuấy động tâm con với tức giận.

Khi thiền định với Đạo Sư của con,
Đừng nghĩ đến những chuyện tôn giáo
Kẻo con rơi vào bối rối.
Khi con cúng dường Dorma (3) cho ma quỉ,
Đừng mong chúng trợ giúp
Kẻo chính con sẽ trở thành quỉ!
Khi chú tâm thiền định,
Chớ gặp bạn hay người đồng hành
Kẻo họ xen vào sự sùng mộ của con.
Khi con kiên trì khổ hạnh,
Chớ nghĩ đến rượu và thịt
Kẻo con sẽ sinh làm ma đói.
Khi con tu tập Đạo Thiện Xảo của Truyền Thừa Rỉ Tai,
Chớ mong muốn học thức
Kẻo con lạc đường tà.
Khi con ở một mình trên đồi,
Chớ nghĩ đến lìa bỏ
Kẻo ý nghĩ xấu phát sinh.

Con ơi, do kiên trì
Mà đạt thành Thánh Pháp.
Do làm việc khó nhọc mà những đau đớn
Của Sinh Tử được giảm đi.
Con ơi, đệ tử đã thệ nguyện của ta,
Hãy để cha của con giúp con đem
Đến chân Giác Ngộ!
Hãy để ta giúp con đến Chứng Ngộ Cuối Cùng
Pháp Thân và tất cả hình tướng là một!

Bài hát của ông đánh [tận gốc] những sai lầm của Rechungpa. Vì thế Rechungpa quì lạy trước Jetsun và hát:

Con nhờ sự gia trì của thầy
Ban cho cơ duyên tu tập Pháp.
Khi vì tốt lành con từ giã mẹ cha
Trong tim con đã ghi ân huệ của thầy.

Mặc dù con đã xuất gia từ lâu,
Con vẫn mong ước tình bè bạn,
Nghĩ đến thức ăn, quần áo, và giàu sang.

Như kẻ khổ tu, con đã sống và ở trong hang động,
Cách xa những cám dỗ trong thế gian.
Song ý nghĩ về tụ tập
Vẫn có và hiện lên trong tâm con.

Những gì bây giờ con thấy là người thành tựu,
Những gì con sở hữu là những Chỉ Dạy Thiết Yếu Rỉ Tai.
Con đã thiền định lâu dài và khó nhọc,
Song con vẫn nghĩ đến gặp các Đạo Sư khác
Để học thêm giáo lý của họ.

Con đã cố gắng phục vụ Đạo Sư của con,
Con đã gắng sức để
Thành Phật trong đời này,
Con đã ở lại những nơi cô quạnh,
Song con vẫn nghĩ đến điều này điều nọ.

Jetsun Đạo Sư của con, Tự Tánh Bất Động,
Dorje-Chang, khẩn nguyện người trợ giúp, gia trì
Và cải hóa cho con trai của người!

Lúc ấy Milarepa ban cho Rechungpa nhiều chỉ dạy bằng lời, kết quả ông ta đã tiến bộ nhiều. Sau sự kiện này, những người bảo trợ Nya Non mời Milarepa và con trai của ông ở Hang Cái Bụng.

Đây là câu chuyện ở Ramdin Nampu.

Chú Thích Chuyện 51

(1) Bản văn đọc: "Rah.Sems.Zad.Sar.sKyol.Wa.La." Gần với nghĩa đen hơn là, "Không phải sự Hoại của Tự Tâm gọi là thành Phật… sao?" Phật Giáo Đại Thừa chủ trương rằng những hiện tượng của hoại và thành dường như luôn luôn bất khả phân ly, sự hoại của một cái gì, chẳng hạn như dục vọng và vô minh, ám chỉ sự thành đồng thời của một cái gì khác, chẳng hạn như Trí siêu việt và Bi Tâm. Sự "Hoại của Tự Tâm" ở đây dường như được dùng theo nghĩa tích cực hơn là tiêu cực.

(2) Đại Hoàn Thiện (T.T.: rDsog.Pa.Chen.Po.; Phạn: Mahasampanna): Đây là "giáo lý về tâm" của trường phái Ningmapa, hay phiên bản Ningmapa của giáo lý Đại Thủ Ấn (Mahamudra). Phật Giáo Đại Thủ Ấn, Đại Hoàn Thiện, và Thiền (Ch'an) tất cả là một giáo lý dưới những tên khác nhau.

(3) Dorma: Xem Chuyện 30, Chú thích 7.

52. CUỘC HÀNH TRÌNH CỦA RECHUNGPA ĐẾN WEU

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Do lời mời của những người bảo trợ ở Nya Non, những người đã cung cấp thực phẩm và phục vụ hoàn hảo, Jetsun Milarepa đã ở Hang Cái Bụng, trong khi Rechungpa ở trong một cái hang khác bên trên Hang Cái Bụng. Một lần các Đạo Sư, Phật Hộ Trì, và Đa-ki-ni tất cả đều hiện ra trong nhiều giấc mộng của Rechungpa, thuyết phục Rechungpa yêu cầu Jetsun kể lại câu chuyện cuộc đời mình. Sau khi Milarepa đã làm như vậy, Rechungpa mong muốn đi miền Trung Tây Tạng [Weu].

Lúc đó một vài người bảo trợ nói, "So sánh cha [Milarepa] với con [Rechungpa]; thì dường như con hơn xa, bởi vì ông ta đã ở Ấn Độ." Rồi những người trẻ tuổi hơn, tất cả đến với Rechungpa, trong khi những người lớn tuổi hơn đến với Milarepa. Một hôm có nhiều người bảo trợ đến. Họ mang đến cho Rechungpa những thức ăn ngon và hậu hĩnh, nhưng chỉ cho Milarepa những món đạm bạc sơ sài. [Không biết chuyện này], Rechungpa nghĩ, "Vì họ đã mang đến cho mình thức ăn ngon, họ phải cúng dường cho Jetsun những vật ngon hơn." Ông ta đến nói với Milarepa, "Thưa Jetsun, hôm nay chúng ta đã không thọ nhận những vật cúng dường tốt hay sao? Với tất cả những thực phẩm chúng ta có đây có thể tổ chức một tiệc gia trì với tất cả các Repa. Chúng ta sẽ làm như vậy chứ?"

"Hay lắm," Milarepa đáp, "con sẽ thấy phần của ta ở dưới phiến đá đó. Hãy lấy dùng đi." Nhưng Rechungpa chỉ tìm thấy một phần thịt thối, một chai bia chua, và một lượng nhỏ bột gạo lúa mạch. Trên đường trở về, Rechungpa nghĩ, "Những người bảo trợ đó làm như vậy có thích hợp không? So với Đạo Sư như

Phật của ta, ta không là gì cả. Ta không bằng một sợi tóc trên đầu ông ấy, dù là toàn thân ta. Nhưng bây giờ những người bảo trợ vô minh này đang làm chuyện ngu ngốc. Từ trước đến giờ ta đã sống với Đạo Sư của ta và thọ nhận tất cả những chỉ dạy từ ông ấy. Ý định của ta là sống với ông để ta có thể phục vụ làm ông vui lòng. Nhưng bây giờ chuyện như thế này, nếu ta ở lại với ông lâu quá, ta sẽ trở thành chướng ngại trên đường đi của ông. Như vậy, thay vì là một người trợ giúp ta sẽ trở thành một người cạnh tranh. Ta nên hỏi xin phép ông cho ta từ giã."

Sáng hôm sau, rất sớm, Rechungpa đã đến gặp Jetsun. Ông ta chú ý thấy rằng Milarepa đang ngủ với đầu giấu [ở dưới hai cánh tay, giống như một con chim], Megom Repa cũng đang ngủ trên giường của anh ta. Rechungpa nghĩ, "Về mặt tự thành đạt, Đạo Sư của ta đã hoàn toàn chứng ngộ Pháp Thân. Và về lòng vị tha, đôi khi ông không tu tập giống như một con chim sao?" Biết Rechungpa đang nghĩ gì, Jetsun hát một bài hát gọi là "Bốn Hoạt Động (Bốn Oai Nghi)":

Hãy chú ý lắng nghe, con ta Rechungpa!
Cha già của con, Mila, đôi khi ngủ,
Nhưng khi đang ngủ ông ta cũng tu tập,
Vì ông ta biết làm sao soi sáng sự Mù Lòa;
Nhưng chẳng phải mọi người đều biết lời chỉ dạy này.
Ta sẽ an lạc nếu tất cả có thể chia xẻ giáo lý này.

Cha già của con, Mila, đôi khi ăn,
Nhưng trong khi ăn ông ta cũng tu tập,
Vì ông ta biết làm sao đồng nhất
Đồ ăn và thức uống của mình với Tiệc Thánh;
Nhưng chẳng phải mọi người đều biết lời chỉ dạy này.
Ta sẽ an lạc nếu tất cả có thể chia xẻ giáo lý này.

Thỉnh thoảng cha già của con, Mila, bước đi,
Nhưng trong khi đi ông ta cũng tu tập,
Vì ông ta biết rằng đi
Là nhiễu Phật;

Nhưng chẳng phải mọi người đều biết lời chỉ dạy này.
Ta sẽ an lạc nếu tất cả có thể chia xẻ giáo lý này.
Rechungpa, con cũng nên tu tập theo cách này.
Dậy đi, Megom, đã đến lúc làm một ít canh!

Khi hỏi Jetsun xin phép từ giã, Rechungpa đưa ra nhiều lý do để đi Weu. Cuối lúc thỉnh cầu, ông ta hát:

Viếng những nơi khác nhau
Và đến những đất khác nhau,
Đi vòng quanh thánh địa Lhasa,
Để thấy những bộ mặt thần Jo Shag, (1)
Viếng thăm Chùa Thánh Samye,
Đánh vòng quanh Yuru Kradrag,
Viếng thăm tòa ngự của Marngo,
"Ngắm cảnh" ở Nyal và Loro,
Và xin bố thí,
Con phải đi Weu.

Milarepa đáp, "Con ơi, mặc dù con sẽ có đệ tử ở Weu, còn chưa đến lúc cho con đi đến đó. Xin chớ đi trái với giáo lệnh của Đạo Sư con, mà hãy lắng nghe bài hát này":

Sinh ra cho Con Đường Mật Ngữ (2) Tối Thượng
và Thiện Xảo,
Ngài là Jetsun Phật đội lốt người,
Sở hữu Bốn Thân thần diệu,
Hiện thân của Bốn Cực Lạc.
Với Ngài, Marpa vĩ đại,
Con tỏ lòng tôn kính chân thành nhất.

Sáng sớm hôm nay
Mồng tám cát tường,
Mặt trời bình minh, giống như trái cầu lửa thủy tinh,
Tỏa hào quang ấm áp sáng ngời.
Ta, Hành giả Yoga, cảm thấy rất khỏe và an lạc.

Con Rechungpa, như người ta đã nói,
Con là người cầm ngọn giáo
Của một trăm chiến sĩ.
Xin chớ nói như vậy,
Mà hãy kiểm soát tâm con.
Hãy cố gắng lau sạch nó như tấm gương sáng,
Và hãy để tai nghe ông lão này.

Khi con sống ở nơi ẩn tu yên tĩnh,
Tại sao còn nghĩ đến ở lại nơi những miền đất khác?
Vì con thiền định về Đạo Sư Phật của con,
Tại sao con cần đi vòng quanh Lhasa?
Trong khi con nhìn tâm con chơi đùa
Tại sao con cần thấy Chùa Samye?
Nếu con đã diệt hết nghi ngờ bên trong,
Tại sao con cần viếng Marngo?
Vì con tu tập giáo lý Dòng Truyền Rỉ Tai,
Tại sao con cần "thấy cảnh" ở Laro và Nyal?
Nếu con quán thấu Tự Tâm con,
Tại sao con cần đi nhiễu quanh Kradrag?

Nhưng Rechungpa vẫn tiếp tục nhấn mạnh yêu cầu của mình. Vì thế Jetsun hát:

Tốt cho ngươi, sư tử trắng trên núi,
Ở lại trên cao, và đừng bao giờ đi sâu vào thung lũng,
Kẻo lông bờm đẹp của ngươi bị vấy nhơ!
Để giữ nó có nền nếp tốt,
Ngươi nên ở lại trên núi tuyết cao.
Rechungpa, hãy nghe những lời ta nói hôm nay!

Tốt cho ngươi, con chim ưng lớn
Đậu trên những tảng đá cao,
Và chớ bao giờ rơi vào vực thẳm,
Kẻo hư đôi cánh hùng dũng của ngươi!
Để giữ chúng theo nền nếp tốt,

Ngươi nên ở lại trên những đồi cao.
Rechungpa, hãy nghe những lời Đạo Sư con nói!

Tốt cho ngươi, hổ của rừng già,
Ở trong rừng thẳm;
Nếu ngươi lang thang trên đồng bằng
Ngươi sẽ mất phẩm cách của ngươi.
Để giữ được vẻ rực rỡ hoàn hảo của ngươi,
Trong rừng sâu ngươi nên ở lại.
Rechungpa, hãy nghe những lời Đạo Sư con nói!

Tốt cho ngươi, con cá mắt vàng
Bơi giữa biển;
Nếu ngươi bơi quá gần bờ,
Ngươi sẽ bị mắc lưới.
Ngươi nên ở lại nơi nước sâu.
Rechungpa, hãy nghe những lời Đạo Sư con nói!

Tốt cho con, Rechungdordra của Gung Tang
Ở lại những nơi ẩn tu;
Nếu con lang thang ở những nơi khác,
Kinh Nghiệm *và* Chứng Ngộ *của con sẽ phai mờ.*
Để bảo vệ và tu dưỡng sùng mộ
Con nên ở lại trên núi.
Rechungpa, hãy nghe những lời Đạo Sư con nói!

"Thưa Đạo Sư, con đã ở với thầy quá lâu, con sẽ trở thành chướng ngại hơn là trợ giúp," Rechungpa phản đối. "Cũng vì để tiến thêm nữa trong Kinh Nghiệm và Chứng Ngộ của con mà con muốn đến các nước khác!" Và ông ta hát:

Hãy nghe con, Jetsun Cha của con,
Nếu con, sư tử trắng trên núi tuyết
Không đứng lên và hành động,
Làm sao con có thể vinh quang lông bờm rực rỡ của con?
Rechungpa không muốn ở lại, mà muốn viếng Weu.

Con xin phép cha cho con đi hôm nay.
Nếu con, chim ưng vĩ đại, vua của loài chim,
Không bay cao vào bầu trời,
Làm sao con có thể làm lớn đôi cánh hùng mạnh của con?
Rechungpa không muốn ở lại, mà muốn viếng Weu.
Con xin Đạo Sư của con cho phép con đi hôm nay!

Nếu con, con hổ vĩ đại, chúa tể rừng già,
Không lang thang trong rừng sâu,
Làm sao con có thể làm tốt hơn nụ cười cao quí của con?
Rechungpa không muốn ở lại, mà muốn viếng Weu.
Con xin phép thầy cho con đi hôm nay!

Nếu con, cá trong đại dương sâu thẳm,
Không bơi đến bờ mép đại dương,
Con không bao giờ có thể làm cho đôi mắt vàng
của con sắc bén.
Rechungpa không muốn ở lại, mà muốn viếng Weu.
Con xin Đạo Sư của con cho phép con đi hôm nay!

Nếu con, Rechungdordra của Gung Tang,
Không du hành đến những nước khác,
Con không bao giờ có thể cải thiện được Kinh Nghiệm
và Chứng Ngộ của con.
Rechungpa không muốn ở lại, mà muốn viếng Weu.
Con xin phép thầy cho con đi hôm nay!

Lúc ấy Jetsun nói, "Rechungpa! Trước khi con đạt đến Chứng Ngộ Tối Hậu, tốt hơn hết là con ở lại với ta và đừng đi. Bây giờ hãy lắng nghe bài hát này":

Hãy lắng nghe, Rechung Dorjedrapa,
Học giả Phật Giáo có học thức tốt.
Hãy lắng nghe và suy nghĩ những gì ta nói.
Trước khi niềm tin và ước mong vì Pháp phát sinh,
Đừng xin của bố thí chỉ để hưởng thụ.

Trước khi con chứng ngộ Chân Lý uyên nguyên,
Đừng khoa trương triết lý cao cả của con.
Trước khi con làm chủ trọn vẹn Tỉnh Giác bên trong,
Chớ dấn mình vào những hành động mù lòa và ngu ngốc.
Trước khi con có thể sống bằng những Chỉ Dạy,
Chớ dấn thân vào chuyện thần bí hiểm nguy.
Trước khi con có thể giải thích Giáo Lý thâm sâu,
Chớ để thiên kiến hướng dẫn lầm lạc.
Trước khi con có thể gia tăng công đức,
Chớ luận bàn về tài sản của người khác.
Trước khi con có thể diệt hết những thèm khát bên trong,
Chớ đối xử của từ thiện như là quyền của mình.
Trước khi con có thể ngừng dự phóng những ý nghĩ
do thói quen,
Chớ phỏng đoán khi con dự tính.
Trước khi con đạt được Giác Ngộ Tối thượng,
Chớ tự cho rằng con là một Lạt-ma đáng kính.
Trước khi con có thể làm chủ tất cả đức hạnh và tu tập,
Chớ quan tâm đến chuyện từ giã Đạo Sư.
Con Rechungpa, tốt hơn là con không đi, mà hãy ở lại!

[Bất chấp sự cố gắng khuyên can của Jetsun], Rechungpa vẫn có khuynh hướng ra đi. Lúc ấy Milarepa nói, "Dường như con sẽ không chấp nhận lời khuyên của ta, mà quyết định từ giã. Được rồi, dù ta đã có lần hứa với những người bảo trợ của con, không để cho con đi Weu, và ta đã thề như vậy, tất cả những lời thề đều giống như bóng ma, như giấc mộng. Vậy bây giờ ta ban cho theo yêu cầu của con và để con đi. Con có thể chuẩn bị ngay lập tức."

Rechungpa quá vui thích đến độ hầu như ông ta khóc. Rồi ông ta ở lại với Jetsun thêm vài ngày để học thêm những Chỉ Dạy Thiết Yếu và sao chép một vài quyển kinh.

Lúc ra đi, Rechungpa mặc y phục rất giản dị, chỉ một tấm áo vải. Ông ta đeo Ahru [dược phẩm?] của Bhamen và cây chĩa ba lên lưng, đeo Kinh sách của Truyền Thừa Rỉ Tai dưới cánh tay, và đến gặp Jetsun để được ban sự gia trì từ biệt.

Milarepa nghĩ, "Rechungpa đã sống với ta một thời gian lâu như thế! Sau cuộc chia tay này chúng ta có thể không bao giờ gặp nhau nữa." [Với ý nghĩ này trong tâm] ông đã theo tiễn Rechungpa một quãng đường. Khi họ đến đỉnh một ngọn đồi, ông hỏi, "Trên đường đi con sẽ bước tới như thế nào?" Rechungpa hát trả lời:

Dùng cái Thấy Pháp làm đối chiếu,
Con bước tới trong Hóa Hiện–Tánh Không.
Không nghĩ về Đoạn Diệt hay Thường Hằng, con bước tới;
Theo Con Đường bất động, con bước thẳng.
Dù kiến giải của con có thể nghèo nàn, con không hối tiếc.

Dùng Tu Tập Pháp làm đối chiếu,
Con bước tới trong Cực Lạc-Quang Minh.
Không hôn trầm cũng chẳng trạo cử, con bước tới;
Theo Con Đường Ánh Sáng, con bước thẳng.
Dù Tu tập của con có thể nghèo nàn, con không hối tiếc.

Dùng Hành Động Pháp làm đối chiếu
Con bước tới trong Giới Luật,
Không thuyết thoại ngu xuẩn, con bước tới;
Theo Con Đường Không Chấp Trước, con bước thẳng.
Dù hành động của con có thể nghèo nàn,
con không hối tiếc.

Dùng Pháp Samaya [Mật nguyện] làm đối chiếu,
Con bước tới trong Thanh Tịnh.
Không đạo đức giả và thủ đoạn lừa người, con bước tới;
Trên Con Đường tiến thẳng, con thẳng tiến.
Dù giới luật của con có thể nghèo nàn, con không hối tiếc.

Dùng sự Thành Tựu của Pháp làm đối chiếu,
Con bước tới trong Tự tại.
Không sợ hãi và hy vọng, con bước tới;
Trên Con Đường Bốn Thân, con tiến thẳng.

Dù sự thành tựu của con có thể nhỏ bé, con không hối tiếc.

Dùng Jetsun Marpa làm đối chiếu,
Con bước tới trong Dòng Truyền Rỉ Tai.
Không thuyết thoại và ngôn từ, con bước tới;
Theo Con Đường Chỉ Dạy Thiết Yếu, con bước thẳng.
Dù lương thực tinh thần của con có thể sơ sài,
con không hối tiếc.

Dùng Đạo Sư Milarepa của con làm đối chiếu,
Con bước tới trong Cương Nghị.
Không lười biếng và lừ đừ, con bước tới;
Trên Con Đường Tinh Tấn, con bước thẳng.
Dù sự kiên trì của con có thể nhỏ bé, con không hối tiếc.

Dùng chính con, Rechungpa, làm đối chiếu,
Con bước tới trên của những Bậc Tài Năng.
Không lệch lạc và những ý nghĩ sai lầm, con bước tới;
Trên Con Đường Kính Ngưỡng, con bước thẳng.
Dù lời nguyện của con có thể yếu ớt, con không hối tiếc.

"Con hiểu tốt lắm," Milarepa đáp, "Nhưng con nên biết rằng một đứa trẻ phát triển tốt hơn khi ở với mẹ nó, một cái trứng trưởng thành nhanh hơn ở chỗ ấm, một hành giả yoga sẽ không bao giờ đi lạc nếu y ở với Đạo Sư. Bây giờ con sẽ không nghe lời ta khuyên nhưng khăng khăng ra đi. Với lòng thương xót, thương mến của ta, ta sẽ không bao giờ quên con đâu. Con cũng nên thường xuyên khẩn nguyện với ta."

Khi Rechungpa nghe những lời này, ông ta rơi nhiều nước mắt. Rồi ông ta nói, "Con sẽ không bao giờ, bất cứ lúc nào, mất niềm tin và tin quyết rằng Jetsun của con chính là Phật, cho đến bây giờ, con không có Đạo Sư nào khác, từ đây về sau, trước khi con thành Phật hoàn hảo, con sẽ không nhìn đến một Đạo Sư nào khác. Trong Cõi Trung Gian (Bardo) sau đời này, cũng xin thầy hộ vệ và che chở con." Vì thế ông ta hát:

Nguyện Đạo Sư Phật của con, bậc mãi mãi từ bi,
Nguyện hộ vệ cho con của người, Rechungpa!

Khi con leo lên ngọn núi Thấy,
Con thấy những cạm bẫy Thường Hằng và Đoạn Diệt,
Bọn côn đồ cuồng tín mai phục,
Và "những con đường song sinh" dốc đứng và hiểm nghèo.
Nguyện Sư Phụ của con, Hóa Thân của Phật,
Nguyện hộ vệ và che chở con
Cho đến khi con đến Con Đường Hoàn Thiện.

Khi con leo lên ngọn núi Tu Tập*, con thấy*
Những cái bẫy hôn trầm và trạo cử,
Lối đi cưỡng chế (3) hiểm nghèo,
Và sự nguy hiểm của những ý nghĩ lang thang, lạc hướng.
Nguyện Sư Phụ của con, Hóa Thân của Phật,
Nguyện hộ vệ và che chở con
Cho đến khi con đến Bình Nguyên Vô Hữu.

Khi con leo lên ngọn núi Hành Động,
Con thấy người đồng hành cũ của con, dục vọng,
Con đường phóng đãng hiểm nghèo,
Và tên cướp dũng mãnh, chuyện tầm phào.
Nguyện Sư Phụ của con, Hóa Thân của Phật,
Nguyện hộ vệ và che chở con cho đến khi con đến
Nẻo Tự do và Tự phát!

Khi con xây Lâu Đài Samaya,
Con thấy kiến thức của con không đủ,
Người trợ giúp của con bất tài,
Những nguy hiểm của bất hòa thật lớn.
Nguyện Sư Phụ của con, Hóa Thân của Phật,
Nguyện hộ vệ và che chở con cho đến khi con đến
Căn bản thanh tịnh của Không Hiện Hữu!

Khi con suy tư về Thành Tựu,

Con thấy đường dài Sinh Tử,
Nẻo hiểm nghèo của Niết Bàn,
Và bọn côn đồ hy vọng và sợ hãi dã man.
Nguyện Sư Phụ của con, Hóa Thân của Phật,
Nguyện hộ vệ và che chở con cho đến khi
Con đến quê hương Bốn Thân.

To lớn là ước mơ du hành của Rechungpa,
To lớn là ham muốn khoái lạc và tiện nghi của y.
Người ở Tây Tạng không mộ đạo;
Tên cắp đạo đức giả
Bây giờ đã sẵn sàng hành động.
Nguyện Sư Phụ của con, Hóa Thân của Phật,
Nguyện hộ vệ và che chở con cho đến khi
Con trở về quê nhà từ cuộc hành trình.

"Cho chuyến đi tốt đẹp và thành công của con," Milarepa nói, "ta sẽ hát giã biệt con":

Con có biết thế nào Truyền Thừa của ta?
Nó tốt, mà không xấu;
Nó là Truyền Thừa của Dorje-Chang.
Nguyện nó mang lại may mắn và thành công!
Nguyện con ta Rechungpa được sự gia trì may mắn.

Con có biết ai là Phật Thủ Hộ của ta?
Bà tốt, mà không xấu;
Bà là Dorje Paumo Thánh Thiện.
Nguyện bà đem đến may mắn và thành công!
Nguyện con ta Rechungpa được sự gia trì may mắn.

Con có biết ai là những Hộ vệ của ta?
Họ tốt, mà không xấu. Họ là
Anh chị em Ma Goun.
Nguyện họ đem lại may mắn và thành công!
Nguyện con ta Rechungpa được sự gia trì may mắn.

Nguyện Thấy, Tu, và Hành
Tất cả năng lực gia trì cho con, con ta Rechungpa!
Nguyện Nguyên Lý, Con Đường, và Thành Tựu
Tất cả năng lực gia trì cho con, con ta Rechungpa!
Nguyện Tsa, Lun, và Tig Le (4)
Tất cả năng lực gia trì cho con, con ta Rechungpa!
Nguyện Cực Lạc, Quang Minh, và Vô Niệm
Tất cả năng lực gia trì cho con, con ta Rechungpa!

Chân chánh nhất là Phật, chân chánh nhất là
Pháp và Tăng-già.
Nguyện Tam Bảo này gia trì cho con
Mãi mãi, con ta Rechungpa!

Con biết ta là ai chăng?
Ta gọi là Milarepa.
Nguyện cho tất cả sự gia trì của Mila rơi xuống
trên con ông ta,
Nguyện cho Rechungpa sớm vượt cha của nó.

Jetsun tiếp tục, "Ở Trung Tây Tạng [Weu], một con chó cái sẽ 'bắt lấy' hai bàn chân con. Lúc đó chớ quên Đạo Sư và sự thiền định của con."

Rechungpa đi nhiễu và quì lạy nhiều lần trước Jetsun, và rồi bắt đầu cuộc hành trình. Trong lúc đó Milarepa nghĩ, "Có thể Rechungpa sẽ quay lại nhìn ta. Nếu ta không ở lại đây, nó sẽ rất thất vọng khi nó thấy ta đã đi mất. Tốt hơn ta nên ở lại đây một lúc." Vì vậy ông ngồi xuống, nhưng Rechungpa không bao giờ quay đầu lại. Milarepa lấy làm lạ, "Tại sao nó không nhìn lại? Nó có ý nghĩ nào sai lầm về Đạo Sư và các huynh đệ của nó không? Dù giá nào, nó là một người có thể giữ gìn Pháp và bí mật của Truyền Thừa bất cứ chỗ nào nó đi." Rồi, đề khí, Milarepa [bay đến trước] và vượt qua Rechungpa, tự biến mình thành bảy Repa giống y nhau đứng trước một tảng đá khổng lồ có hình giống như con sư tử chồm lên. Để trắc nghiệm chủ ý của Rechungpa, tất cả bảy Repa cùng hát:

Hãy lắng nghe, Lữ Khách Repa!
Anh là ai và ai là Đạo Sư của anh?
Ai là tổ tiên của anh,
Những Chỉ Dạy anh biết là gì?
Anh thuộc Truyền Thừa nào,
Anh tu tập thiền định gì?
Chùa của anh ở đâu, đây là núi gì?
Anh có thể nói tên tảng đá này không?
Anh đang đi về đâu?
Anh theo lệnh ai mà hành cước?
Và anh đi bằng cách nào?

Rechungpa nghĩ, "Không một Repa nào khác nói những điều như thế này với mình; họ ắt là những thân biến hóa của Jetsun." Rồi anh ta quì lạy trước các Repa và hát:

Hãy nghe con, hỡi đại Jetsun Cha của con!
Cha hỏi con là ai.
Con là Rechungpa xứ Gung Tang;
Đạo Sư của con là Milarepa,
Tổ tiên của con là Marpa và Ngopa, (5)
Cố tổ của con, Tilopa và Naropa,
Những Chỉ Dạy của con là của Dòng Truyền Rỉ Tai
của các Đa-ki-ni,
Truyền Thừa của con là do Dorje-Chang sáng lập,
Chỗ ẩn tu của con ở trên Núi Tuyết Lashi.
Ngọn đồi này là Biling Zurka, tảng đá này
Tên là Sư Tử Lớn Nhảy Chồm,
Nơi con đi là Weu,
Jetsun Đạo Sư của con đã cho con đi.

Đây là câu chuyện cuộc hành trình của con.
Con khẩn nguyện thầy, Jetsun, cho con lời chỉ dạy.

Lúc ấy Milarepa thu các hóa thân lại thành thân thật và nói, "Ta làm vậy để xem tại sao con không quay lại nhìn ta sau khi

con từ giã. Bây giờ ta biết rằng con không vi phạm các giới luật Samaya. Vì con giữ đúng giới luật, chúng ta sẽ không bao giờ xa cách nhau. Bây giờ con có thể đi Weu."

Quá vui mừng vì những lời này, Rechungpa cúi đầu đảnh lễ dưới chân Jetsun và nói nhiều lời chúc tốt. Rồi ông ta khởi hành đi Weu, và Jetsun trở về Hang Cái Bụng.

Ngày hôm đó, một vài người bảo trợ đem thức ăn và những vật cúng dường đến. Nhưng ngay khi họ biết rằng Rechungpa đã đi, họ dấu tất cả những vật họ mang đến cho ông ta trong một cái thau đồng để trong chỗ lõm vào của một cái hang. Rồi họ đến chỗ Milarepa ở và thấy ông đã thức dậy. Họ hỏi, Jetsun Tôn kính, thường thường ngài không dậy sớm. Hôm nay có gì khiến ngài dậy sớm thế?" Milarepa đáp, "Rechungpa đã đi Weu sáng nay, tôi đã xuống đồng bằng để tiễn anh ta. Khi trở về đây, tôi cảm thấy hơi buồn, và tôi đã ngồi đây mãi từ lúc đó."

"Jetsun Tôn kính, ngài có cố gắng ngăn cản không cho thầy ấy đi Weu không?" "Có, tôi đã cố gắng." Vì thế Milarepa hát:

Rechungpa, đứa con yêu mến của ta, đã bỏ
Đi Weu. Nó không bao giờ theo lời khuyên
Của người khác mà làm theo ý nó muốn.

Nó nói rằng nó sẽ viếng chùa của Marpa
Và Ngopa, ngắm Loro,
Nyal, và Nhà Nguyện Samye,
Và đi vòng Lhasa thánh địa.

Ta đã khuyên nó như vầy:
Khi con đặt tất cả tin cậy nơi Đạo Sư của con,
Thì cần gì Jowo Shagja? (6)
Khi con thiền định trong nơi ẩn tu cô tịch,
Tại sao đi xem chùa của Marpa và Ngopa?
Khi con đã học Chỉ Dạy của Dòng Truyền Rỉ Tai,
Tại sao còn viếng Loro và Nyal?
Khi con có thể tự vui bằng cách nhìn

Trò chơi của Tâm, Pháp Thân của mình,
Cần gì con phải xem Nhà Nguyện Samye?
Khi con đã diệt tất cả những ý niệm sai,
Cần gì con phải đi vòng Lhasa?
Ta lặp lại, Rechungpa
Kẻ yêu mến của chúng ta, đã đi Weu.
Nếu lúc đó các người, những người bảo trợ tốt có ở đây
Các người có thể vây quanh để ngăn chặn nó.

"Khi Đạo Sư đã già," những người bảo trợ nói, "bổn phận hàng đầu của đệ tử là hầu hạ thầy. Tôn giả đã hết sức khuyên can nhưng thầy ấy không nghe. Thầy ấy quả thật đáng xấu hổ, vì không chút quan tâm người khác." Milarepa đáp một cách giả vờ, "Đúng, Rechungpa không xấu hổ, không kỷ luật." Rồi ông hát:

Một đứa con được nuôi dưỡng, thương yêu, và ấp ủ
Hiếm khi quan tâm đến cha mẹ già.
Trong một trăm người khó
Được một ngoại lệ.

Một đệ tử vô kỷ luật hiếm khi
Giúp Đạo Sư của y khi ông ta già yếu.
Trong một trăm người khó
Được một ngoại lệ.

Con sư tử trắng, nó đã đi Weu, bỏ ta ở lại
Phía sau như một con chó già.
Phải, con trai ta đã bỏ ta đi Weu.
Giống như con cọp trẻ quên
Con chồn, nó đã đi Weu.
Phải, nó đã bỏ cha già của nó mà đi Weu.
Giống như con linh thứu lớn bỏ
Con gà trống, nó đã đi Weu.
Như một con ngựa chiến tuyệt vời Dochin
Bỏ lại những con lừa Jungron

Con trai ta đã bỏ cha già của nó mà đi Weu!
Như một con bò yak hoang có cặp sừng xanh
Bỏ lại con voi trong hoang vắng,
Con trai ta đã bỏ cha già của nó mà đi Weu.

Với thân đẹp hơn thân của một Thiên Thần,
Nó đã đi Weu.
Với giọng nói dịu dàng hơn giọng nói của một thiên thần
Nó đã đi Weu.
Với những lời ngọt ngào hơn tất cả âm nhạc,
Nó đã đi Weu.
Với tâm sáng hơn đồ thêu,
Nó đã đi Weu.
Có mùi thơm hơn mùi nhang [thơm],
Nó đã đi Weu.

Lúc ấy những người bảo trợ nói, "Jetsun Tôn Kính, ngài quả thật thương xót thầy ấy nhất. Trong cuộc hành trình dài, khó nhọc như vậy, ngài ắt đã cấp cho thầy ấy một người đồng hành và đã chuẩn bị tất cả mọi cần thiết cho chuyến đi của thầy ấy. Xin nói cho chúng con biết về việc này." Để trả lời, Milarepa hát:

Nó đã được hộ vệ tốt khi nó đi.
Theo thời gian bạn bè luôn luôn chia cách,
Nhưng bạn của Rechungpa sẽ không bao giờ rời bỏ;
Cô ta là Trí Tuệ tự phát sinh. Con trai ta
Rechungpa đã ra đi với một người bạn tốt.

Ngay cả tuấn mã cũng có khi vấp ngã
Nhưng ngựa của Rechungpa sẽ không bao giờ bước nhầm.
Cưỡi trên tuấn mã Tâm-Khí,
Cưỡi ngựa này, nó đã đi Weu.
Y phục có lúc ấm và có lúc lạnh,
Nhưng những gì Rechungpa mặc thì luôn luôn ấm,
Vì nó là khí nóng rạng ngời Dumo.

Mặc áo tuyệt diệu này, nó đã đi Weu.
Thức ăn có lúc ngon và có lúc tệ,
Nhưng những gì Rechungpa ăn thì lúc nào cũng có vị ngon,
Vì đó là đĩa thức ăn Thiền Định thú vị.
Với thức ăn ngon này, nó đã đi Weu.

Châu ngọc là mục tiêu của kẻ cắp,
Nhưng ngọc của Rechungpa không bao giờ
có thể bị mất cắp,
Vì đó là những Chỉ Dạy như ý của Dòng Truyền Rỉ Tai.
Với những ngọc quí này, nó đã đi Weu.

Khi hát khúc hát này, Milarepa có vẻ hơi buồn. Những người bảo trợ nói, "Vì Rechungpa đã bỏ ngài ra đi mà không tỏ ra chút thương mến nào, ngài, Jetsun, cũng nên quên thầy ấy đi. Vả lại, Shiwa Aui, Sevan Repa, và nhiều đệ tử khác vẫn còn ở đây. Họ có thể chăm sóc tốt cho ngài vậy." "Phải," Jetsun đáp, "có nhiều Repa, nhưng một người như Rechungpa thì khó tìm. Có thể có nhiều người bảo trợ, nhưng khó tìm được một người có niềm tin chân chánh. Xin hãy lắng nghe bài hát của tôi":

Nyan Chung Repa của Gung Tang,
Ngan Tson Dewa Shun của Jenlun,
Sevan Jashi Bar của Dodra,
Và Drigom Linkawa của Dharmo –
Đây là bốn người con
Ta ấp ủ như trái tim ta.
Trong đó, Rechung, người đồng hành
Lâu dài của ta, là thân mến nhất. (7)
Ta nghĩ đến nó và nhớ nó nhiều, bây giờ nó đã đi.
"Thầy," mà ngôn từ qui định, là danh
Mặc dù người ta gọi nó là "Thầy,"
Nó chỉ là một từ.
Khó nhất là tìm được một người có thể
Không còn bị Nhị Nguyên phân tán.
Khó nhất là tìm được một người có thể

Tự thấm nhập chỉ trong Chứng Ngộ!
"Tu" không thể mở rộng
Tâm là danh.
Dù người ta gọi nó là "Tu,"
Nó chỉ là một hình thức của Thiền Định. (8)
Khó nhất là tìm được một người
Có thể hòa hợp Thiền Định và "Nội Kiến";
Khó nhất là tìm được một người biết
Cách hành trì ở điểm trọng yếu của tâm.

Khi "Hành" của tâm lúc tối,
Lúc sáng, ấy chỉ là danh.
Dù người ta gọi nó là "Hành,"
Ấy chỉ là một hành vi lúng túng.
Khó nhất là tìm một người
Có thể chinh phục được dục vọng thế gian;
Rất khó là tìm được một người
Có thể hoàn thành tu tập Pháp.

Giữ giới khi ngụy tạo
Và giả tạo thì chỉ là danh.
Dù người ta gọi nó là "Giới Luật,"
Ấy chỉ là chuyện khôi hài.
Khó nhất là tìm được một người
Không bao giờ vi phạm lời thề;
Rất khó là tìm được
Một chứng nhân lương thiện của tâm y.

"Thành Tựu" khi mong muốn mãnh liệt
Là một ý niệm [mà kẻ ngu ấp ủ].
Dù người ta gọi nó là "Thành Tựu,"
Ấy chỉ là mê hoặc.
Khó nhất là tìm được một người
Có thể thăm dò hố thẳm Chân Như;
Khó nhất là tìm được một người
Có thể ở lại trên Con Đường có thật.

Những Chỉ Dạy Thiết Yếu có thể dường như
Thâm sâu nhất trên trang giấy;
Chúng chỉ là những chữ viết mà thôi.
Khó là tìm được một người
Tinh tấn và kiên trì;
Khó nhất là tìm được một người
Với những lời dạy trực tiếp của một Dòng Truyền.

Những Đạo Sư vướng mình
Trong cuộc sống thế gian, là danh;
Họ chỉ đem lại những vướng lụy.
Niềm tin và sự tôn kính của người ta thì nhỏ bé.
Khó nhất là tìm được một người
Mãi mãi nương tựa vào một Đạo Sư thành tựu.

Công đức của niềm tin và
Lòng tôn kính khoa trương, là danh,
Vì chúng thay đổi và có đời sống ngắn ngủi.
Nơi nào thành kiến xấu của Nghiệp mạnh,
Thì khó tìm được người
Không sợ và không quan tâm gì cả.
Khó nhất là tìm được một người
Với Ba Quyết Tâm. (9)

Ngôi chùa nhỏ ở ngoại ô
Của một thị trấn chỉ là danh.
Mặc dù người ta gọi nó là "Chùa,"
Thực ra nó chỉ là một phần của "thị trấn."
Luôn luôn có sự khao khát lớn
Thú vui và phân tán.
Khó nhất là tìm được một người
Ở lại lâu trong chỗ ẩn tu.
Cái đầu của một tăng nhân trẻ bị hạn chế
Thì cứng đơ như hòn đá.
Mặc dù người ta gọi đó là "giữ giới luật,"

Y chỉ đang diễn trò đấy thôi.
Khó là tìm được một người có kiên trì,
Khó là tìm được một người khác
Nghiêm chỉnh giữ gìn giới luật nhà tu.

Những người đẹp đẽ của Nya Non
Là những người bảo trợ nhưng chỉ là danh,
Vì họ là những kẻ lừa gạt và dụ dỗ.
Nghèo nàn và thấp kém là hiểu biết của đàn bà.
Quả thật khó là tìm được một người bảo trợ
Phục vụ một người và làm tất cả phẩm vật cúng dường.

Niềm tin của những kẻ làm ác không ở nơi miệng họ,
Niềm tin của các người những bảo trợ thì ở
những chỗ riêng tư.
Ta, Hành giả Yoga, có niềm tin ở trái tim.

Khi một tảng đá trở thành cũ
Bụi than đóng lên mặt nó;
Khi một dòng suối trở thành già
Những nếp nhăn phủ lên lòng nó.
Khi một cây trở nên già
Lá của nó sẽ sớm rụng.
Khi một chỗ ẩn cư trở thành xưa cũ
Nước và cây mã đề biến mất.
Khi một hành giả yoga trở thành già,
Kinh Nghiệm và Chứng Ngộ của y trở nên mờ nhạt.
Khi những người bảo trợ trở nên già
Niềm tin của họ sớm hao mòn.

Một vài người bảo trợ giống như những con công
Giả vờ và vênh váo.
Một vài người bảo trợ giống như những con két
Tán gẫu và bép xép.
Một vài người bảo trợ giống như những con bò –
Họ nghĩ các người là con bê hay con dê.

Những người bảo trợ của ta, bây giờ đã trễ,
Đã đến lúc cho các người đi.
Vả lại, trong cái hang bên dưới,
Túi bột mì trong cái bát
Đang bị chuột nhấm;
Cái bánh bơ đã bị tung lên
Và bây giờ đang lăn trên đất;
Con chồn cái đã lật nhào cả rượu,
Những con quạ đã vương vãi tất cả thịt,
Vậy hãy chạy nhanh và vội vã [về nhà].
Các thí chủ, ta nguyện sớm gặp các người.
Với tâm trạng an lạc, bây giờ các người có thể từ giã.

Những người bảo trợ viếng thăm đều sững sờ. Họ nhìn nhau bẽn lẽn, và hích cùi chỏ nhau. Quá ư xấu hổ không nói được lời nào, tất cả bọn họ trở về nhà. Vì Jetsun vạch trần sự thật không sai, họ cảm thấy có tội và hối hận sâu xa; nhưng kết quả, niềm tin của họ nơi ông cũng được thiết định vững chắc.

Một hôm họ trở lại và mang theo quá nhiều đồ cúng dường, nói, "Xin ngài vui lòng hát cho chúng con để thức tỉnh nội kiến của chúng con về sự vô thường của hiện hữu." Milarepa không nhận đồ cúng dường của họ, nhưng cho họ bài hát này:

Hãy nghe đây, các người, những kẻ bảo trợ hạ tiện!
Vì danh vọng mà làm
Những hành vi công đức –
Vì đời này mà tìm
Sự che chở của Phật –
Cho của bố thí vì
Để được hoàn trả và có lợi –
Phục vụ và cúng dường vì
Tự phụ và kiêu hãnh –
Bốn cách này sẽ không bao giờ bù lại một.

Vì tham ăn

Tổ chức một tiệc thánh –
Vì vị kỷ
Cố gắng học Kinh –
Vì tiêu khiển và thú vui
Đắm mình trong nói chuyện và hát hò ngu ngốc –
Vì hư danh mà cho
Những lễ Khai Thị–
Bốn cách này sẽ không bao giờ đem lại
Sự gia trì cho người!

Vì yêu thích giảng dạy, một người giảng giải
Mà không có sự hậu thuẫn của Kinh;
Nếu bằng tự lừa dối,
Một người nhận lễ lạy;
Nếu giống như một kẻ ngu lung túng, mò mẫm dạy,
Không biết khả năng của học trò;
Nếu để góp nhặt tiền, một người hành xử
Giống như một người tu hành Pháp –
Bốn cách này không bao giờ có thể giúp phúc lợi
của chúng sinh!

Thích tiêu khiển hơn cô tịch,
Yêu thích khoái lạc và ghét bỏ khó nhọc,
Ham nói chuyện khi được thúc giục thiền định,
Kiêu căng lăn lộn trong thế gian –
Bốn cách này sẽ không bao giờ đưa người ta
đến Giải Thoát!

Đây là bài hát về Bốn Cảnh Cáo.
Các người bảo trợ thân mến, hãy ghi nhớ trong tâm!

Drigom Repa, có mặt ở đó, xin Jetsun giảng dạy thêm về Pháp. Để trả lời, Milarepa hát:

Chư Thiên sống lâu ở trên
Đều đố kỵ khi Tỉnh Giác phát sinh.

Họ mãi hăng hái vì Thiền Định Vô Niệm.
Ma đói ở dưới, không biết
Rằng chúng bị các phóng tưởng của tâm săn đuổi,
Tức giận những kẻ cướp phá với ganh tị và
tham lam quá độ.
Bởi vì Nghiệp ác,
Chúng bị đói và khát gây áp lực.

Ở giữa là chúng ta, những người khốn khổ đáng thương.
Không biết kho vàng dưới đất,
Từ những kẻ đồng loại, chúng ta ăn cắp và gian dối.
Càng gian dối và lừa gạt,
Chúng ta càng mang thêm khổ.

Những người bảo trợ ngu ngốc và "gan dạ"
Của Nya Non không được công đức qua Jetsun,
Nhưng cúng dường cho những Repa trẻ đẹp.
Song tất cả những vật bố thí của họ sẽ mang lại
hối hận và xấu hổ.
Gan dạ rất sai và vô nghĩa nên ngừng,
Vậy hãy phụng sự và cúng dường chư Phật!

Niềm tin của họ đã xác định, tất cả những người bảo trợ cúi đầu đảnh lễ Jetsun nhiều lần và rơi nhiều lệ. "Ôi Jetsun Tôn kính!" họ kêu lên, "Chúng con xin ngài ở lại đây vĩnh viễn. Từ giờ trở đi chúng con sẽ cúng dường phẩm vật và phục vụ ngài hợp với lời dạy của Pháp." Milarepa đáp, "Tôi không thể ở lại đây lâu, nhưng sẽ ban cho tất cả các người sự gia trì sống lâu và khỏe mạnh. Tôi cũng ước nguyện rằng chúng ta sẽ gặp lại nhau trong hoàn cảnh tốt đẹp dẫn đến Pháp." Rồi ông hát:

Ở trên, nơi bầu trời xanh
Mặt trời và mặt trăng quay tròn.
Vận hành ấy ghi dấu thời gian thay đổi.
Bầu trời xanh, ta chúc ngươi khỏe mạnh và may mắn,
Vì ta, mặt-trời-và-mặt-trăng, đang đi

Viếng Bốn Châu vì vui thích.
Trên đỉnh núi là một tảng đá khổng lồ
Tròn mà linh thứu thường vòng quanh bay lượn,
Vua của loài chim. Sự gặp nhau
Và xa nhau của chúng ghi dấu sự thay đổi của thời gian.
Đá thân mến, hãy an lành và khỏe mạnh, vì ta,
Con linh thứu, bây giờ sẽ bay đi
Vào hư không mênh mông vì vui thích.
Cầu cho sấm chớp không bao giờ đánh ngươi,
Cầu cho ta không bao giờ bị bẫy sập.
Được Pháp khởi hứng,
Mong sao chúng ta sớm gặp lại nhau
Trong thịnh vượng và lợi ích.

Ở dưới, trong sông Tsang,
Cá mắt vàng bơi lội;
Sự gặp nhau và xa nhau của chúng
Ghi dấu sự thay đổi của thời gian.
Suối thân mến, hãy an lành và khỏe mạnh, vì ta, con cá
Đang đi đến sông Hằng để tiêu dao.
Mong những người tưới cây không bao giờ làm cạn ngươi,
Mong những ngư nhân không bao giờ quăng lưới bắt ta.
Được Pháp khởi hứng,
Mong sao chúng ta sớm gặp lại nhau
Trong thịnh vượng và lợi ích.

Trong khu vườn đẹp hoa nở, Vầng hào quang;
Bay lượn vòng tròn là con ong Ba Tư.
Sự gặp nhau và xa nhau của chúng
Ghi dấu sự thay đổi của thời gian.
Hoa ơi, hãy an lành và khỏe mạnh, vì ta
Sẽ ngắm hoa sông Hằng vì vui thích.
Mong sao mưa đá không đập lên ngươi,
Mong sao gió không thổi ta đi.
Được Pháp khởi hứng,
Mong sao chúng ta sớm gặp lại nhau

Trong thịnh vượng và lợi ích.

Vây quanh Hành giả Yoga Milarepa
Là những người bảo trợ thành tín của Nya Non;
Sự gặp nhau và xa nhau của họ
Ghi dấu sự thay đổi của thời gian.
Hãy an lành và khỏe mạnh, hỡi các người bảo trợ thân mến,
khi ta đi vào núi xa để tiêu dao.
Mong ta, Hành giả Yoga, tạo được tiến bộ tốt,
Và các người, những bảo trợ của ta, tất cả trường thọ.
Được Pháp khởi hứng,
Mong sao chúng ta sớm gặp lại nhau
Trong thịnh vượng và lợi ích!

Xúc động vì bài hát này, một vài người bảo trợ đã trở thành tín đồ của Jetsun, và niềm tin của tất cả [bọn họ] đã được thêm sức mạnh.

Trong cuộc hành trình đến Weu, Rechungpa đến Trung tâm Nghiên cứu Phật Giáo ở Sha, và được bổ nhiệm làm Giáo sư của Mindrol (10) ở đó. Rồi ông ta gặp và tạo một mối ràng buộc với một người đàn bà quí phái, nhưng nhờ ân điển của Jetsun, ông ta cảm thấy xấu hổ về cách hành xử của mình và trở về sống lại với Milarepa. Chi tiết của đoạn này được kể rõ ràng trong Tiểu sử của Rechungpa.

Đây là câu chuyện về cuộc hành trình của Rechungpa đến Weu.

Chú Thích Chuyện 52

(1) Jo Shag (T.T.: Jo.Cak., viết tắt của Jo.Wo.Cakya.): những thánh tượng được nhiều người Tây Tạng làm trong những cuộc hành hương.

(2) Con Đường Mật Ngữ, đầy những chỉ dạy khéo léo và những Chân Ngôn (Mantra) hay Mật ngữ.

(3) Đây là phóng dịch. Bản văn đọc: "dMigs.gTad.Sa.hPhran.Dam. Pa. Dan…" "dMigs.gTad." nguyên không có nghĩa là "cưỡng chế," mà chỉ "đối diện [gắn chặt] với sự vật," tức là đeo đuổi sự vật ở thế giới bên ngoài bằng ý thức.

(4) Tsa, Lun, Tig Le (T.T.: rTsa.rLun.Thig.Le.; Phạn: Nādī, Prāṇa, và Bindu), tức là, kinh mạch, hơi thở, và tinh dịch [Giọt Tinh Chất].

(5) Ngopa: một Đạo Sư khác của Milarepa. Xem "Tibet's Great Yogi, Milarepa," của W. Y. Evans-Wetz, các Chương 5 và 6. [Cũng xem *Milarepa, Con Người Siêu Việt*, ND]

(6) Jowo Shagja (T.T.: Jo.Wo.Cakya.): Xem Chú thích 1.

(7) Rechungpa là đệ tử thân cận nhất của Milarepa, đã sống với Jetsun hầu hết đời ông ta. Xem Chuyện 10.

(8) Thiền Định hay Thiền-na (Dhyana) là một từ tương đương với Định (Samadhi). Theo truyền thống Phật Giáo, nó chỉ là một trạng thái tập trung của tâm.

(9) Có lẽ, Ba Quyết tâm này là: (1) quyết tâm nương tâm trên Pháp, (2) nương Pháp trên nghèo, và (3) nương nghèo trên chết.

(10) Giáo sư của Mindrol (T.T.: mKhan.Po.sMin.Grol.): "sMin.Grol." là tên của một tu viện.

53. HỘI NGỘ VỚI DHAMPA SANGJE

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Một sáng sớm khi Jetsun Milarepa đang ở Hang Cái Bụng ở Nya Non, ông có một thị kiến rõ ràng về một thiên nữ Đa-ki-ni có mặt sư tử đến nói với ông, "Milarepa, Dhampa Sangje của Ấn Độ đang đến Tong Lha. Ngài không đến gặp ông ta sao?" Milarepa nghĩ, "Trong tâm ta chẳng có nghi ngờ hay bất an gì cần đánh tan. Tuy nhiên, Dhampa Sangje là một bậc thành tựu, và chẳng có hại gì cho ta đến gặp ông ấy." Với ý nghĩ này trong tâm, Milarepa giữ hơi thở [đề khí] một thời gian [ngắn] và đi đến Tong Lha ở Nya Non.

Trên con đường đèo qua núi ông gặp một vài thương nhân vừa từ dưới đồng bằng đến. Milarepa hỏi họ, "Dhampa Sangje của Ấn Độ đến chưa?"

"Chúng tôi không biết ai là Dhampa Sangje," họ đáp, "nhưng tối hôm qua chúng tôi thấy một ông lão Ấn Độ có bộ mặt xanh đen ngủ trong lữ quán." Jetsun nghĩ, "Đó ắt là ông ta, nhưng các thương nhân không biết." Rồi ông tiến lên đỉnh đèo, từ đó ông nhìn thấy Dhampa Sangje đang tiến gần.

Trong lúc còn ở trong Nhà Khách Bi Tâm, Dhampa Sangje cũng được thiên nữ Đa-ki-ni có mặt sư tử ấy thuyết phục đi gặp Jetsun. Ngay khi vừa thấy ông ta, Milarepa nghĩ, "Người ta nói rằng Dhampa Sangje có Năng Lực Thần Thông, bây giờ ta sẽ trắc nghiệm ông ấy." Rồi ông biến mình thành một cụm hoa bên đường. Dhampa Sangje đi ngang qua cụm hoa với đôi mắt mở rộng tựa như không nhìn thấy gì cả. Milarepa nghĩ, "Dường như ông ta không có Năng Lực Thần Thông Hoàn Hảo!" Nhưng ngay lúc ấy Dhampa Sangje quay lại. Tiến gần đến cụm hoa,

dùng chân đá vào hoa và nói, "Ta không nên làm thế này, đây là biến hình của Milarepa." Nói xong, ông ta bẻ hoa và nói: "Ông đã hát tất cả những giáo lý quí báu mà các Đa-ki-ni ấp ủ như là sự sống và trái tim của họ, và vì vậy mà họ trở nên tức giận. Như thế những Đa-ki-ni ăn thịt người đã lấy đi trái tim, hơi thở, và linh hồn của ông. Tối hôm qua tôi đã gặp họ và thấy họ mang đi trái tim đang nhỏ máu của ông [trên tay họ]. Rồi chúng tôi đã ăn nó trong bữa tiệc thánh, vì vậy ông chỉ có thể sống đến chiều nay. Bây giờ hãy nói tôi nghe, ông có gì tin cậy khi ông giáp mặt với cái chết?" Để trả lời, Jetsun bỗng nhiên từ hóa thân chỗi dậy, và hát một bài hát gọi là "Sáu Bảo Đảm Khi Đối Diện Với Cái Chết":

Đại Giải Thoát khỏi các Biên [Cực Đoan]
Giống như sư tử hào hùng đang nằm
Thoải mái trong tuyết, giơ
Những chiếc răng nanh không sợ hãi của nó ra.
Nơi cái Thấy này tôi, Hành giả Yoga, tin tưởng.
Chết dẫn đến Con Đường Giải Thoát!
Chết đem niềm vui đến cho ai có cái Thấy này!

Con hươu trầm tĩnh và độ lượng
Có sừng "Một Vị" với nhiều đầu nhọn.
Nó ngủ yên trên bình nguyên Ánh Sáng-Cực Lạc
Nơi pháp tu này tôi, Hành giả Yoga, tin tưởng.
Chết dẫn đến Con Đường Giải Thoát!
Chết đem niềm vui đến cho ai tu tập!

Con cá Mười Đức Hạnh
Với mắt vàng xoay tròn,
Bơi trong Sông Kinh Nghiệm Bất Tận.
Nơi hành động này tôi, Hành giả Yoga, tin tưởng.
Chết dẫn đến Con Đường Giải Thoát!
Chết đem niềm vui đến cho người nào hành động!

Con hổ cái Chứng Ngộ Tự Tâm

Được trang điểm bằng những vằn lông khoe vẻ.
Nó là vinh quang của Vì Người không dụng công,
Bước đi vững chắc trong rừng.
Nơi giới luật này tôi, Hành giả Yoga, tin tưởng.
Chết dẫn đến Con Đường Giải Thoát!
Chết đem niềm vui đến cho những ai giữ Giới Luật!

Trên trang giấy hình tướng Thiện và Ác
Tôi viết một luận văn với tâm "tỉnh giác."
Trong cảnh giới Bất Nhị
Tôi nhìn và chiêm nghiệm.
Nơi Pháp này tôi, Hành giả Yoga, tin tưởng.
Chết dẫn đến Con Đường Giải Thoát!
Chết đem niềm vui đến cho kẻ nào với Pháp!

Tinh hoa thuần khiết của Động lực
Thì giống như con chim ưng vĩ đại đang bay
Trên đôi cánh Thiện Xảo và Trí Tuệ
Đến lâu đài Vô Hữu.
Nơi Thành Tựu này tôi, Hành giả Yoga, tin tưởng.
Chết dẫn đến Con Đường Giải Thoát!
Chết đem niềm vui đến cho người thành tựu!

Dhampa Sangje đáp, "Những gì ông vừa nói chẳng có lý gì cả. Ông không thể dùng sự vật ở thế giới bên ngoài làm ngụ ngôn [hay song đôi] để so sánh với chân Chứng Ngộ. Nếu ông là một hành giả yoga chân thực, ông sẽ biết cái *Trực Thức* này theo cách quyết định và không nhầm lẫn." [Để trả lời sự thách thức của ông ta] Milarepa hát một bài gọi là "Sáu Niềm Vui Tích Cực của Tâm":

Ở nơi ẩn cư cô tịch
Nơi các Đa-ki-ni luôn luôn tụ họp
Tôi chiêm nghiệm Pháp
Trong niềm vui và đại thong dong.

Với Bha Wo diệt ngã,
Tôi tỏ lòng kính trọng chân thành.
Thấm nhập trong Chân Không tâm tôi,
Tôi đến Cõi Bất Tử,
Nơi sinh và tử tự biến mất.
An lạc là tâm tôi với cái Thấy quyết định –
An lạc và vui khi tôi đạt tối cao!

Tự thấm nhập trong Tu Tập Không Tu Tập,
Tôi đến Cõi Không Phân Tán,
Nơi cả Thiền Định và Sau Thiền Định tự biến mất.
An lạc là tâm tôi với Tu Tập quyết định –
An lạc và vui khi tôi đạt tối cao!

Sống trong tự phát và tự nhiên trọn vẹn,
Tôi đạt cảnh giới Bất Diệt, trong đó
Tất cả hình thức của giới luật tự biến mất.
An lạc là tâm tôi với Hành Động Tối Hậu –
An lạc và vui khi tôi đạt tối cao!

Tự thấm nhập trong Cõi Không Khai Thị,
Tôi đạt cảnh giới Bất đắc.
Tất cả hình tướng của Thân Phật tự biến mất.
Hạnh phúc là tâm tôi với Khai Thị Tối Hậu –
An lạc và vui khi tôi đạt tối cao!

Tự thâm nhập trong Cõi Không Giới Luật,
Tôi đạt cảnh giới Không Vi Phạm;
Tất cả hình thức của Giới Luật tự biến mất
An lạc là tâm tôi với Giới Luật Tối Hậu –
An lạc và vui khi tôi đạt tối cao!

Không hy vọng thành tựu
Tôi đạt cảnh giới Không Sợ Hãi;
Hy vọng và sợ hãi tự biến mất.
An lạc là tâm tôi với Thành Tựu Tối Hậu–

An lạc và vui khi tôi đạt tối cao!

Dhampa Sangje phê bình, "Tôi cũng đã đi qua tất cả những gì ông vừa nói. Một Phật tử không còn cần tu tập hay cải thiện nữa bây giờ đã thấy được ở Tây Tạng! Rất khó, ngay cả ở Ấn Độ, tìm được một hay hai Phật tử tiên tiến có thể so sánh với ông. Tôi không cần ông, và ông không cần tôi."

Nói những lời ấy một cách thích thú, Dhampa Sangje xoay người và sắp bỏ đi. Milarepa liền nắm lấy áo ông ta, nói, "Nghe nói rằng ngài có một giáo lý gọi là 'Làm Vơi Tất Cả Sầu Muộn,'(1) và khi tu tập nó người ta quay ngược tâm mình vào trong, như thế liền nhận ra Tâm Phật. Bây giờ xin ngài giải thích cho tôi bằng một bài hát." Dhampa Sangje đáp, "Cho đến bây giờ chưa một ai từng nghe tôi hát, và sẽ không ai nghe cả." Tuy nhiên, Jetsun cứ một mực yêu cầu nên cuối cùng Dhampa Sangje đã hát:

Đây là Pháp gọi là "Làm Vơi Tất Cả Sầu Muộn":

Khi quỉ đến làm hại ông là lúc
Áp dụng Năng Lực Huyền Bí của ông.
Khi đau và bệnh tấn công ông là lúc
Hòa hợp chúng với Tỉnh Giác vốn có của ông.
Bất cứ khi nào Nhamdog vi tế nổi lên
Là lúc khuấy động phiền não
Và vượt qua chúng.

Khi nằm một mình nơi ẩn kín,
Là lúc yên nghỉ Tỉnh Giác trần truồng.
Khi hòa lẫn với nhiều người
Là lúc đem tất cả đến
Cái Thấy. Khi trầm trệ đến
Là lúc dùng chủng tự Pai. (2)
Khi tạp niệm dấy lên,
Là lúc đưa chúng đến cái Chân.
Khi tâm chạy theo sự vật thế gian,

Là lúc quán chân lý Như Thị.

Tóm lại, Giáo Lý Làm Vơi Sầu Muộn này
Biến tất cả nghịch cảnh thành vận tốt.
Bất cứ ý nghĩ ngông cuồng nào nổi lên,
ông chỉ cảm thấy vui.
Bất cứ khi nào bệnh tật đến, ông dùng nó làm trợ lực;
Bất cứ gặp điều gì, ông chỉ cảm thấy an lạc.
Khi chết đến, ông lợi dụng nó cho đường Đạo.
Giáo Lý Làm Vơi Sầu Muộn này là
Của tất cả chư Phật trong Ba Thời –
Nó là lời chỉ dạy Dorje-Chang ban cho,
Sự sống và trái tim của tất cả Đa-ki-ni trong
Bốn Phân Bộ; (3)
Nó là cốt lõi của Bốn Mật Điển, (4)
Pháp tinh hoa của Dòng Truyền Rỉ Tai,
Chìa khóa của tất cả Những Lời Dạy Thiết Yếu!
"Giáo Lý Làm Vơi Tất Cả Sầu Muộn" là như vậy!

Milarepa lắng nghe bài hát này với sự thích thú vô cùng khi ông ngồi một bên với ngọc hành của ông phô ra một cách tự do. Dhampa Sangje phê bình, "Ông giống như một người điên chểnh mảng che đậy cái chỗ nên che đậy." Để trả lời, Jetsun hát "Khúc Hát của Người Điên":

Với tất cả chư Đạo Sư, con kính lễ.
Con qui y nơi Bậc Ân từ,
Con xin Người, hãy phá bỏ chướng ngại của con;
Đem con đến Chánh Đạo, con khẩn nguyện.

Người ta nói, "Milarepa không điên đấy chứ?"
Tôi cũng nghĩ có thể như vậy.
Bây giờ hãy lắng nghe cái điên của tôi.

Cha và con đều điên cả,
Và Truyền Thừa cũng điên

Truyền Thừa của Dorje-Chang.
Cũng điên là Ông cố của tôi, Thiện Tri thức, Tilopa, (5)
Và Ông nội của tôi, Naropa, đại học giả.
Cũng điên là Cha của tôi, Marpa Dịch giả.
Cũng như vậy là Milarepa.

Con quỉ Nội Thân Bốn
Làm cho Thừa kế của Dorje-Chang điên;
Con quỉ Đại Thủ Ấn đã làm cho
Ông Cố vĩ đại của tôi Tilopa điên;
Con quỉ Tỉnh Giác bí mật
Khiến Ông nội của tôi Naropa điên;
Con yêu tinh của Bốn Mật Điển
Làm Cha của tôi Marpa điên;
Những con quỉ Tâm và Khí
Đã khiến tôi, Milarepa, điên.

Chính cái hiểu thiên lệch là điên;
Cũng điên là những Hành Động tự do, tự giải thoát,
Tu tập Không Nhận Thức tự quang minh,
Thành Tựu Không Hy Vọng và Sợ Hãi,
Và Giới Luật Không Giả Vờ.

Không chỉ mình tôi điên,
Tôi điên làm cho lũ quỉ khổ.
Với những chỉ dạy của các Đạo Sư
Tôi trừng phạt tất cả quỉ nam;
Với sự gia trì của các Đa-ki-ni
Tôi quấy nhiễu những quỉ nữ;
Với quỉ nam Tâm An Lạc
Tôi nhập vào Tối Hậu;
Với quỉ nữ Chứng Ngộ Tức Thời
Tôi thị hiện tất cả hạnh.

Tôi không chỉ trừng phạt quỉ,
Mà còn chịu khổ vì đau và bệnh –

Đại Thủ Ấn làm đau lưng tôi,
Đại Hoàn Thiện làm khổ ngực tôi.
Khi tu tập phép thở cái Bình,
Tôi bị tất cả các chứng bệnh –
Cơn sốt Trí Tuệ tấn công tôi từ bên trên,
Cơn lạnh Tam-muội xâm nhập tôi từ phía dưới,
Cơn nóng lạnh Chân Không-Cực Lạc tấn công tôi ở giữa.
Từ miệng, tôi mửa máu những Chỉ Dạy Thiết Yếu;
Tôi lười biếng co giãn, bị rùng mình vì Pháp-Yếu.

Tôi có nhiều bệnh,
Và tôi đã chết nhiều lần.
Chết những thành kiến của tôi
Trong lãnh vực [mênh mông] của Thấy.
Tất cả những hôn trầm và trạo cử của tôi
Đã chết trong tinh cầu Tu Tập.
Những giả vờ và đạo đức giả của tôi
Đã chết trong tinh cầu Hành Động.
Tất cả những sợ hãi và hy vọng của tôi
Đã chết trong tinh cầu Thành Tựu,
Và những khách sáo và giả vờ của tôi
[Đã chết] trong tinh cầu Giới Luật.
Tôi, Hành giả Yoga,
Sẽ chết trong Cõi Ba Thân.

Một mai khi hành giả yoga này chết
Sẽ không thấy tấm vải liệm đẹp,
Mà [thấy] những Khai Thị vi tế, thần kỳ.
Xác của y sẽ không quấn bằng áo vải gai,
Mà bằng sợi dây Kênh Giữa.
Những kẻ khiêng xác của y đến nghĩa địa
Sẽ không là những con trai quẹt mũi,
Mà là Đứa Con Tỉnh Giác gia trì.
Không phải bằng con đường đất xám,
Mà dọc theo Con Đường Bồ-đề
[Cuộc diễn hành đám táng] sẽ đi.

Những Đạo Sư của Dòng Truyền Rỉ Tai sẽ dẫn đường;
Những Đa-ki-ni của Bốn Phân Bộ sẽ là người hướng đạo;
Thi thể sẽ không mang đến
Ngọn đồi đỏ, to lớn nặng nề,
Mà tới Ngọn Đồi Phật A-đề (Adi);
Thi thể sẽ không mang đến
Nghĩa địa chỗ chồn chơi,
Mà đến Công Viên Thiện Xảo và Trí Tuệ;
Nó sẽ chỉ được chôn
Trong Ngôi Mộ Kim Cương Trì
[Vajradhara, Dorje-Chang].

Dhampa Sangje vô cùng hài lòng bài hát này. Ông ta nói, "Ông thuộc loại điên rất tốt." Jetsun đáp, "Vì chúng ta hai hành giả yoga bây giờ gặp nhau, đáng cho chúng ta cùng nhau thưởng thức một bữa tiệc lễ phước."

"Được, vì ông là người Tây Tạng, ông nên đóng vai chủ nhà," Dhampa Sangje bình luận, "ông là người thứ nhất chuẩn bị bữa tiệc." Lúc ấy Milarepa lấy cái sọ của ông với bộ óc bên trong, và cắt hai cánh tay trước và cổ của ông, dùng những bộ phận này làm lòng lò sưởi. Rồi ông đặt cái sọ lên lò sưởi. Từ rốn, ông phóng ra Lửa Dumo để làm nóng cái sọ, rồi bộ óc bắt đầu phóng ra hào quang năm màu khắp mọi hướng. Dhampa Sangje biến mình thành bảy thân đứng trên bảy cọng cỏ, và Milarepa cũng biến mình thành bảy [Man-đa-la] Dem-Chog, hoàn thành với Tám Cửa, v.v…, trên đầu bảy cọng cỏ. Trong mỗi Man-đa-la Phật Dem-Chog được cúng dường tiệc lễ phước với sáu món thưởng thức kỳ diệu. (6)

Những cọng cỏ mà thân biến hóa của Milarepa đứng trên đó hơi cong [tựa hồ do sức nặng bên trên]. Lúc ấy Milarepa nói với Dhampa Sangje, "Về sự thành thạo trong phép Tu Thở Cái Bình, không có sự khác biệt nào giữa ông và tôi. Vậy, tại sao, cỏ [tôi đứng trên đó] hơi cong?" Dhampa Sangje đáp, "Giữa sự Chứng Ngộ (7) của tôi và của ông không có sự khác biệt nào. Đây chỉ vì sự kiện ông sinh ra là người Tây Tạng. Những cái Thấy và Hành Động của ông và của tôi đồng nhất với nhau, do

đó cả những đệ tử trong Dòng Truyền của ông và của tôi sẽ thấy nhau mắt đối mắt trong tu tập và tri giải của họ."

Rồi bằng huyền lực, Milarepa và Dhampa Sangje mỗi người trở về chỗ trú của họ.

Đây là câu chuyện về Tong Lha.

Chú Thích Chuyện 53

(1) Lời Chỉ Dạy, hay Pháp 'Làm Vơi Tất Cả Sầu Muộn' (T.T.: Dam.Chos. sDug.bsNal.Shi.Byed.).

(2) Chủng tự (Bīja): chữ – chủng tử của một Chơn âm (Mantra). Về Pai, xem Chuyện 14, Chú thích 4.

(3) Bốn phân bộ này có lẽ là Đông, Tây, Nam, và Bắc của một Man-đa-la.

(4) Bốn Mật Điển (Tantra) là: Mật Điển Kriya, Mật Điển Carya, Mật Điển Yoga, và Mật Điển Anuttara (Vô Thượng).

(5) Bản văn đọc: "Yah.Mes.Te.Lo.Cer.bZan.sMyo." "Cer.bZan." có lẽ là chữ viết tắt của "dGe.Wahi.bCes.gNen.bZan.Po.", có nghĩa là hiền giả tốt hay người thầy tốt, thiện tri thức.

(6) Đây có lẽ ám chỉ sáu vị khác nhau: chua, ngọt, đắng, cay, mặn, và thơm; nó cũng có thể ám chỉ sáu sự lôi cuốn tình dục phát sinh từ màu sắc, hình dáng, tư thái, giọng nói, sự dịu dàng, và đường nét.

(7) Nghĩa đen: "Không có sự khác nhau nào giữa sự thành tựu của ông trong Chứng Ngộ và Thanh Tịnh, và của tôi.

54. CỨU ĐỘ NGƯỜI CHẾT

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Khi Jetsun Milarepa đang ở Hang Cái Bụng ở Nya Non, nhiều người theo đạo Bon cũng ở gần đó, có một nơi gọi là La Shin. Trong vùng lân cận của La Shin cũng có một người rất giàu. [Mặc dù sinh ra là người đạo Bon] nhưng ông ta là một Phật tử sùng mộ và là một người bảo trợ của Jetsun, không bao giờ làm người bảo trợ cho tu sĩ đạo Bon. Ông ta đã được Milarepa khai thị và ban cho những Chỉ Dạy Thiết Yếu, và cũng đã tu tập những Chỉ Dạy đó.

Một hôm người giàu đó bị bệnh rất nặng, đưa ông ta đến chỗ chết. Dự tính làm di chúc và ước muốn cuối cùng, ông ta cho triệu tập tất cả thân nhân và nói với họ, "Để cứu độ tôi, xin hãy cúng dường tất cả tài sản và vật dụng tùy thuộc của tôi cho Jetsun Milarepa và các đệ tử của ngài. Các người tất cả đều là những tín đồ của đạo Bon, nhưng tôi hy vọng rằng các người sẽ trở thành Phật tử và tu tập Pháp lợi ích cho đời sau của mình."

Nhưng thân nhân không nghe theo sự hướng dẫn của ông ta. Sợ rằng họ sẽ không bao giờ mời Jetsun đến thăm, ông ta nói với người con gái, "Tại sao các người đâm dao vào trái tim của một người dang hấp hối? Nếu các người không làm theo ước nguyện của ta, ta sẽ tự tử. Rồi các người sẽ bị tất cả kết án!"

Nghe những lời này, họ chấp nhận, và bằng lòng làm tất cả những điều ông ta ước muốn. Rồi ông ta yêu cầu, "Đừng thực hiện bất cứ nghi thức nào cho người chết của đạo Bon cho tôi – đó chỉ là cái danh và vô dụng. Nhưng xin hãy mời Jetsun đến cho tôi!" Nói như vậy rồi, ông ta chết.

Theo ước muốn của người chết, Jetsun và các đệ tử được mời đến nhà. Tất cả họ ở lại tầng trên cùng, (1) trong khi các tu

sĩ đạo Bon, cũng được mời vào dịp đó, ở lại trên tầng thấp hơn thực hiện các nghi thức của họ.

[Trong khi tiến hành các nghi thức, bỗng nhiên], trên nền Man-đa-la của đạo Bon xuất hiện hình của người chết [không thể nhầm lẫn]. Màu hơi xanh, với tóc dài, đứng đó vui vẻ uống bia. Bedha, [em gái của Milarepa] đi ngang qua đó và thấy nó. Các tu sĩ đạo Bon nói với bà, "Milarepa và những người theo ông ta luôn luôn chống lại chúng tôi. Nhưng hãy nhìn kìa! Mọi người ở đây có thể chứng kiến chúng tôi, những người đạo Bon, đã thực sự mang được người chết trở về – Milarepa và người của ông ta không bao giờ có thể làm được điều này!" Nói như vậy rồi họ chế diễu và nhạo báng Jetsun.

Rồi Bedha tường thuật lại sự việc này với Milarepa, ông nói, "Đấy chẳng phải là hồn ma người chết. Nó chỉ là một trò lừa bịp mà những người đạo Bon chơi để lừa người ta. Bây giờ, Shiwa Aui, hãy đi đến đó nắm lấy ngón tay đeo nhẫn của con ma, và hỏi nó cái tên mà Milarepa đặt cho ông ta trong Hang Cái Bụng khi Khai Thị là gì?"

Sau một lúc Shiwa Aui trở lại và nói, "Con ma không thể chịu nổi ánh sáng từ bi rực rỡ của Jetsun. Khi con sắp nói thì nó nói, 'Tôi đi bây giờ. Tôi là người hướng dẫn hồn ma người chết cho những người đạo Bon – một con ma đến thế giới ngoại hình này để gây tiếng động lớn và ăn thịt người. Vì không được chút lợi ích gì từ giáo lý Bon, tôi chỉ đến đây để nhận lương của tôi từ các giáo sĩ đạo Bon.'

"Rồi con đuổi nó ra," Shiwa Aui nói tiếp, "nó mặt hơi xanh và tóc dài, phóng qua đường phố của ngôi làng và đến bên kia hòn núi, ở đó nó biến thành con chó sói."

Chứng kiến sự việc xảy ra, tất cả người dân ở đó đều tin chắc rằng con ma không phải là linh hồn thật của người chết.

Lúc ấy Jetsun nói với những người đạo Bon, "Các ông chỉ đường cho kẻ giết người, nhưng tôi chỉ đường cho người chết." Các thân nhân theo đạo Bon hỏi, "Vậy thì ông, Jetsun, phải nhìn thấy được ông ta; nếu không làm sao ông có thể chỉ đường cho ông ta?" Milarepa đáp, "Phải, tôi thấy ông ta. Bởi vì Nghiệp [xấu] nhẹ của ông ta trong đời trước nên ông ta không thể hoàn

thành những hành vi công đức, và bây giờ đã sinh làm một côn trùng – đó là ông ta. Bây giờ tôi sẽ gửi ông ta đến Đất Giải Thoát."

Những người bảo trợ nói, "Để chúng tôi tin chắc, xin vui lòng chỉ cho chúng tôi thấy làm cách nào ông giải thoát cho ông ta."

"Rất tốt, chúng ta hãy đến chỗ đó, và [các người sẽ] thấy."

Rồi tất cả mọi người cùng đi với Jetsun [đến vùng thung lũng trên] nơi họ mới đến là một ụ phân khô, hơi nâu. Jetsun trước hết gọi tên người đó vài lần và rồi nói, "Ta là Đạo Sư Milarepa của con. Bây giờ, hãy ra đi và đến đây!"

Từ một chỗ dưới đống phân, một con côn trùng nhỏ xuất hiện, bay thẳng về phía Jetsun, và đậu trên ông. Rồi Milarepa thuyết Pháp, thực hiện Yoga Chuyển Thức và Nghi Thức Giải Thoát cho nó. [Lập tức con côn trùng chết ngay] và xác của nó chiếu ra một làn ánh sáng mỏng, rực rỡ, nhập vào và tan biến trong tim của Milarepa. Milarepa thiền định một lúc ngắn, và rồi từ trái tim của ông, thần thức của người chết hiện ra, hiện thân trong một chữ "Ah" màu trắng lấp lánh ánh sáng rực rỡ, và nó đi lên càng lúc càng cao trong bầu trời. Trong lúc tất cả mọi người đều nghe giọng nó nói, "Jetsun quí báu, bây giờ đã đưa con đến niềm vui Giải Thoát. Ôi sự gia trì của thầy thật vĩ đại! Ân huệ của thầy thật vĩ đại!"

Chứng kiến sự việc như vậy, tất cả những người thấy đều tin chắc [và xác định với] niềm vui lớn. Họ cúi đầu lễ bái Jetsun và kêu lên, "Đây thật là tuyệt diệu! Đây thật là kỳ diệu!"

"Tôi có nhiều cái khác còn tuyệt diệu hơn nhiều," Milarepa đáp. Vì thế ông hát:

Con khẩn nguyện với Đạo Sư kỳ diệu của con, Marpa;
Con ấp ủ ân huệ của Người trong tâm con.
Nguyện Người từ bi gia trì cho các đệ tử của con.

Trong tất cả những điều kỳ diệu, vĩ đại nhất là
Cuộc gặp mặt đầu tiên với Đạo Sư ta.

Trong tất cả những điều kỳ diệu, vĩ đại nhất là có được
Những Chỉ Dạy từ Dòng Truyền Rỉ Tai.

Trong tất cả những điều kỳ diệu, vĩ đại nhất là
Từ bỏ những sự việc thế gian.

Trong tất cả những điều kỳ diệu, vĩ đại nhất là
Ở lại trong chỗ ẩn tu.

Trong tất cả những điều kỳ diệu, vĩ đại nhất là sự sinh ra
Của Kinh Nghiệm và Chứng Ngộ bên trong.

Trong tất cả những điều kỳ diệu, vĩ đại nhất là
Chịu đựng khó khăn trong cô tịch.

Trong tất cả những điều kỳ diệu, vĩ đại nhất là
Lạnh lùng với Tám Cái Được của Thế gian.

Trong tất cả những điều kỳ diệu, vĩ đại nhất là
Làm hài lòng Đạo Sư của ta qua sùng mộ.

Trong tất cả những điều kỳ diệu, vĩ đại nhất là
Di chúc để lại của người theo đạo Bon đã chết.

Trong tất cả những điều kỳ diệu, vĩ đại nhất là
Giữ theo di chúc của người chết.

Trong tất cả những điều kỳ diệu, vĩ đại nhất là
Sự giải thoát của người chết.

Trong tất cả những điều kỳ diệu, vĩ đại nhất là
Sự tăng trưởng niềm tin trong hội chúng này.

Thân nhân của người chết tất cả đều nói, "Chắc chắn ông ta đã không lầm lẫn khi chọn niềm tin của mình. Để thành Phật

vào lúc chết, chắc chắn người ta nên làm một điều gì đó như ông ta đã làm."

Lúc ấy Milarepa đáp, "Nếu các con, những đệ tử của ta, muốn hướng dẫn cho thần thức người chết đến đường Đạo, các con cần những phẩm chất này." Vì vậy ông hát:

Tốt và chắc chắn là ân huệ của Dòng Truyền Rỉ Tai,
Qua đó người ta có thể đạt Thành Tựu của các Đa-ki-ni.
Các đệ tử của ta, chớ bao giờ nhầm lẫn
Sự Truyền Pháp của các con.

Để làm sạch Nghiệp của những người mệnh xấu,
Chính các con phải giữ giới luật thanh tịnh.
Để thọ nhận cúng dường và phụng sự của
những người bảo trợ,
Các con phải có từ bi và Tâm Bồ-đề.
Để được vinh dự là Lạt-ma Chủ Sự trong nhóm,
Các con cần có Chứng Ngộ và công đức.

Để làm vui lòng Đạo Sư Thành Tựu, các con cần có
Niềm tin không lay chuyển và kiên trì.
Để nhận cúng dường nhân danh người chết, các con phải
Có công đức của Giác Ngộ thượng thừa. (2)
Để giải thoát cho người chết,
Các con cần Năng Lực Thần Thông
Và Thành Tựu chân chính.
Để cải hóa những người bất tín, các con phải
Có khả năng thị hiện thần thông.
Để thực hiện Nghi thức Man-đa-la vào ngày thứ bảy,
Các con phải thực sự đưa
Người chết đến đường Đạo.

Hỡi các đệ tử của ta và các người bảo trợ của đạo Bon,
Chớ giữ nghi ngờ trong tâm nữa.

Em gái của Jetsun, Bedha nói, "Anh ơi, anh đã cứu độ "linh hồn" của những người khác như thế này, nhưng không cứu độ "linh hồn" của cha mẹ chúng ta! Tại sao vậy?" Nói vậy rồi, bà khóc nức nở cay đắng, Milarepa nắm lấy tay bà và nói, "Bedha, đừng buồn thương như vậy. Để trả ơn cha mẹ, anh đã làm những điều này cho họ." Rồi ông hát:

Con xin các Đạo Sư Jetsun – con khẩn nguyện
Giúp con trả công ơn cha mẹ.

Hướng dẫn "linh hồn" của cha mẹ
Rời khỏi ảo thân của họ,
Anh hòa hợp họ với tâm anh,
Và hòa tan họ trong Tự Tánh của Tâm
Của Bậc Chiến Thắng.
Nhờ từ ái của Ngài, một ánh sáng cầu vồng
Từ Tịnh Địa chiếu ra;
Và thân họ biến mất vào trong
Thân Phật "hiện ra" song trống rỗng.
Như thế, kỳ diệu làm sao là hòa
Vào Phật Tánh Nội Tại.

Giọng nói của họ, những âm vang không thật.
Được hòa hợp với lời của Phật.
Như thế kỳ diệu làm sao là
Hòa hợp với Âm Thanh Tự Ngã.

Tâm của họ, lang thang trong Cõi Trung Gian,
Mà Định lực của anh bắt được.
Như thế cái đã thấy của em, Bộ Mặt Tự Ngã
Của Tỉnh Giác Quang Minh Tịch Chiếu.

Giữ tâm trong trạng thái tự nhiên của nó
Tất cả bối rối sẽ tiêu tan.
Kỳ diệu làm sao là trạng thái bất động này.

Trong sự sùng mộ dài suốt đời anh,
Với tình thương và thiện chí
Anh đã niệm Chú (Mantra) ngày và đêm.
Với công đức này tội lỗi của cha mẹ anh được rửa sạch;
Họ sẽ không bao giờ tái sinh trong Sáu Nẻo.

Với những bạn đồng hành thánh thiện,
họ bây giờ đang sống vui;
Với khoái lạc và thú vị, họ bây giờ sống an lạc.
Trong Tịnh Địa An Lạc, họ được
Các Bha Wo và Đa-ki-ni vây quanh.
Em Bedha ơi, chớ lo lắng hay âu sầu vì họ!

Bedha nói, "Đây quả thật là kỳ diệu. Nhưng xin hãy nói cho em biết, anh đã thực hiện nghi thức gì cho họ?" Để trả lời, Milarepa hát:

Con khẩn nguyện Nơi Nương Náu của tất cả chúng sinh –
Xin giúp con trả công ơn cha mẹ của con.

Trong Man-đa-la của Cực Lạc Bất Nhị
Anh đặt các hình tượng Phật
Của Tự Tỉnh Giác quang minh.

Trong cái bình Thánh Thư và những Chỉ Dạy Thiết Yếu
Anh chứa nước Sáu Ba-la-mật để súc rửa.
Với nước ấy anh rửa sạch sự ô uế của Năm Độc.

Với cam lồ của Đạo Sư Ghagyu
Anh ban Bốn Khai Thị
Cho thân, khẩu, và ý của họ.
Anh chỉ cho họ Đại Cực Lạc không phân biệt,
Và những Chứng Ngộ kế tục của Đường Đạo.

Nhất thể của Ba Thân
Là hiến vật anh làm cho họ;

Giải thoát khỏi Dục Vọng
Là nghi thức anh thực hiện cho sự chết của họ.
Với tri kiến hoàn thiện về thời gian anh đem lại
Sự hiến dâng trợ giúp tinh thần cho họ.
Vì họ anh cống hiến Đại Thủ Ấn,
Vì họ anh nguyện phục vụ tất cả [chúng sinh].

Mong ước của anh, và của những chúng sinh như cha mẹ
Tất cả được thực hiện và hợp thành một.
Bằng nghĩ đến ân huệ của Đạo Sư anh
Anh đã trả công ơn của họ.

Nghe bài hát này, Bedha hoàn toàn tin chắc. Để thuyết phục người em gái quyết tâm tu tập Pháp, Milarepa lại hát:

Con đảnh lễ dưới chân [sư phụ]Marpa.
Nguyện những phiền não của thân nhân được dập tắt,
Và tâm họ hòa hợp với Pháp.

Hãy thức tỉnh và lắng nghe, em gái Bedha!
Nếu khi còn trẻ mà em không tu tập,
Thì về già sao tu tập làm chi?
Nếu em không tùy thuộc vào Đạo Sư Jetsun,
Tại sao tùy thuộc vào những Đạo Sư thích thú?
Không có sự Chỉ Dạy của Dòng Truyền Rỉ Tai,
Dùng làm gì cuộc nói chuyện vô ích và những lời vô vị?

Nếu em không biết tâm em,
Học thức dùng để làm gì?
Nếu em không thể yên nghỉ thoải mái trong Tánh Không,
Những nhận xét vô ích sẽ chỉ tăng thêm tội lỗi.

Những người tự phụ
Luôn luôn phô trương
Không có kinh nghiệm nào bên trong.
Những người tự phụ và hoài nghi

Không thấy rằng những hiện tướng
Chỉ là những trò tiêu khiển.

Những kẻ giả vờ và chỉ trích quá độ
Là những người không có từ bi, niềm tin, hay Tâm Bồ-đề.

Ai không bao giờ nghĩ đến
Phật, thì hay tức giận,
Và lo âu về tiền bạc,
Không thể là chân Phật tử.

Thiếu từ bi vì tất cả mọi người,
Lòng hiếu thảo gây nên Sinh Tử.
Nếu một người hành động trái với Pháp
Bạn bè sẽ sớm biến thành kẻ thù.
Những kẻ chỉ làm hại bạn bè
Là những bà con của quỉ,
Tuy họ có thể là những người quyến rũ!

Ai tuyên bố là hành giả yoga
Nhưng không thể tu tập sâu xa Nội tại,
Thì chỉ là người lạc lối.
Với những ai không thể kiên nhẫn giúp người khác
Tình bạn chỉ đem lại cãi nhau và hối tiếc.

Em gái Bedha ơi, sầu muộn của em vì
nỗi buồn của mẹ
Chứng tỏ rằng em còn phải dẹp sạch
Chướng ngại và tội lỗi của em.

Rồi Jetsun bảo bà ta thiền định, và kết quả, bà ta đã đạt được những Kinh Nghiệm và Chứng Ngộ phi thường. Jetsun rất hài lòng. Để phấn khích và khuyến khích bà, ông lại hát:

Hãy lắng nghe một lần nữa, em gái Bedha!
Nếu một người không bao giờ mất niềm tin nơi Pháp,

Thì tất cả khổ đau sẽ chấm dứt.
Nếu một người không bao giờ lên án người khác,
Người ta thấy y như một thiên thần.
Nếu một người không có những ý nghĩ hại người,
Thì công đức của y sẽ tăng trưởng.

Kẻ nào bây giờ không chấp vào sự vật,
Sẽ được vui trong kiếp sau.
Một người ít kiêu căng,
Sẽ được mọi người yêu mến.

Kẻ nào giữ tâm tự tại
Sẽ sớm thành Phật.
Ai thật sự nghiêm túc ẩn tu
Và tịnh khẩu
Sẽ được các Đa-ki-ni gia trì.

Nếu em không ham muốn khoái lạc,
Nghiệp Chín muồi của em sẽ diệt.
Nếu em thiền định cho đến khi chết,
Em là Vua của các vua!

Nếu tâm không man trá, lung tung,
Em sẽ được các Đa-ki-ni và Bha Wo tiếp nhận.

Nếu em [bây giờ và luôn luôn] khẩn nguyện với
Jetsun Đạo Sư
Em sẽ được Thành Tựu và sự gia trì.

Hãy nhớ những lời này trong tâm và thiền định!
Cầu mong niềm vui và vận may mãi mãi ở với em!

[Sau này], Bedha đã có thể thiền định trong cô tịch với sự kiên trì to lớn. Kết quả, bà ta đạt được những Kinh Nghiệm và Chứng Ngộ phi thường, và cuối cùng bà đã có thể sánh công đức của bốn người con gái tinh thần [hàng đầu] của Jetsun.

Những người đạo Bon theo dự nghi lễ vào dịp này tất cả đều được xác định với niềm tin không thay đổi hướng về Milarepa.

Đây là câu chuyện về việc cứu độ người chết, và về Milarepa hướng dẫn em gái của ông đến [Đạo] Bồ-đề.

Chú Thích Chuyện 54

(1) Nhà của người Tây Tạng thường xây cất với ba tầng, chuồng bò hay ngựa ở tầng trên mặt đất; phòng sinh hoạt gia đình, nhà bếp, v.v…, ở tầng giữa. Phòng khấn nguyện, bàn thờ, và phòng khách thường ở trên tầng cao nhất.

(2) Công đức của sự Giác Ngộ thượng thừa: Đây là phóng dịch. Theo nghĩa đen, nên đọc là: "Công đức của giai đoạn [khai thị] của Giác Ngộ trên Đường Đạo" (mThon.Lam.Gyi.Yon.Tan.). Giai đoạn khai thị, hay Địa Thứ Nhất, được xem là giai đoạn quan trọng và nghiêm trọng nhất trên Con Đường Bồ-tát. Chân Giác Ngộ được thừa nhận khi một người đạt đến giai đoạn này. Xem Chuyện 44, Chú thích 3.

55. HOÀN THÀNH LỜI TIÊN TRI CỦA CÁC ĐA-KI-NI

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Một lần khi Jetsun Milarepa đang trú ở vùng trên của thung lũng Tsar Ma ở Nya Non, một vài người trong các người bảo trợ của ông đánh nhau về của hồi môn của cô dâu mới. Khi họ đến Jetsun để thiền định, ông gọi tất cả những người tham dự lại, hòa giải họ với lời khuyên tốt, và giảng Pháp cho họ. Rồi ông hát:

Hãy lắng nghe, các người – những người tự phụ
Với những tảng đá trên đầu!
Đây là thứ phiền phức do đàn bà mà có
Những người đã lâu không có đàn ông,
Những người đàn bà khao khát đàn ông,
Là tất cả những người gây phiền phức
Bên trong chỉ ấp ủ những ý nghĩ xấu.
Tệ hại là những người gieo rắc
Bất hòa khắp mọi nơi.
Cô dâu này của thung lũng xấu vào một lúc xấu
Đã trở thành vô giá cho những người "mù";
Cái bao hành lý bẩn thỉu này là nguyên nhân
Tranh cãi giữa bọn đàn ông.
Hỡi ôi, đây là những hành động thế gian, không xứng đáng;
Các trưởng lão, chớ xúi giục họ,
Các thanh niên, hãy lành mạnh và điềm tĩnh.
Theo lời Pháp dạy
Mọi người tụ hội ở đây
Nên cố gắng thay đổi tâm mình!

Xúc động vì bài hát này, tất cả những người tranh cãi đã hòa bình trở lại. Rồi nữ bảo trợ Jham Mei, một tín đồ rất trung thành của Jetsun, đã cúng dường ông những phẩm vật sang trọng. Từ trong hàng hội chúng đứng lên, bà ta hỏi, "Jetsun Tôn kính, Bậc Quí, xin hãy nói cho chúng con làm thế nào ngài thành tựu được những hành vi vì người? Ngài có bao nhiêu đệ tử? Và trong những đệ tử ấy có bao nhiêu người đã đạt Giác Ngộ?" Milarepa đáp, "Rất kỳ diệu là những câu hỏi ấy đã hiện lên trong tâm con. Như đã được các Đa-ki-ni tiên tri, ta đã làm những điều này để lợi ích chúng sinh":

Con nguyện với chư Đạo Sư và các Đa-ki-ni–
con khẩn nguyện
Hãy giúp con không nỗ lực mà lợi ích được
tất cả mọi người.

Như các Đa-ki-ni đã báo trước, như mặt trời
Là Hóa Thân Dhagpo,
Mà ánh sáng sẽ rực rỡ tất cả; như mặt trăng
Là Hóa Thân Rechungpa;
Và Shiwa Aui, người huynh trưởng,
Là hành giả thiền định giống như con cọp.
Với Drigom và những Repa khác, ta có hai mươi lăm
Đệ tử dẫn đầu như đã báo trước.

Trong đệ tử của ta, hai mươi lăm người là
những người thành tựu;
Một trăm đạt được Chứng Ngộ;
Một trăm lẻ tám, Kinh Nghiệm Tự Phát;
Gần một ngàn, hợp nhất với Pháp; và
Hơn một trăm ngàn có duyên với Pháp.
Một vài đệ tử đã
Học nơi ta những nghệ thuật khác.
Câu hỏi của con hay nhất,
Con quả thật được phú bẩm tốt.

Nghe như vậy, các đệ tử trong hội chúng tất cả đều cảm thán, "Ôi, nhiều người thành tựu sẽ đến! Điều này thật kỳ diệu làm sao!" Tất cả đều tràn ngập niềm vui và phấn khởi. Rồi họ yêu cầu Milarepa chúc lành cho họ. Jetsun nói, "Vì kỳ này cả người thọ nhận và những người bảo trợ đều chân thành, những chúc lành sẽ tự động thành. Tuy nhiên, ta sẽ theo gương Phật mà nói những lời chúc tặng các con. Bây giờ các con nên theo dõi và lặp lại bài hát này theo ta:

Con khẩn nguyện với Đạo Sư của con, Phật Thủ Hộ,
Và tất cả chư thần – xin hãy hoàn thành tất cả
ước nguyện của con.
Hãy để cho tất cả ở đây bây giờ cùng tụng với con,
Vì con biết con đường thành Phật.
Xin hãy nhớ đến con, các Ngài chư Phật, chư Bồ-tát,
và Tăng-già!

Vì từ vô thủy trong đại luân hồi này,
Con và tất cả chúng sinh đã tu tập
Bố thí, trì giới, và những công đức khác.
Nghĩ đến họ, tâm con đầy vui sướng!
Với cha mẹ và các thầy của con, con dâng hiến
Tất cả công đức mà trong đời này con đã làm được
Trong bố thí và phục vụ
Để đạt thành Phật quả.
Trước khi ngày [cuối cùng] đến, con có thể
Nhờ sức công đức của con,
Gặp được một bậc thầy Đại Thừa
Và giữ theo Ba Giới Luật.
Cầu mong tất cả ước nguyện lành của con được thực hiện,
Và cầu mong con không bao giờ làm những hành vi tội lỗi.

Nhờ sức công đức của con, cầu mong cho con
Được sống lâu và thịnh vượng.
Gặp được bạn hiền và những thuận duyên,
Cầu mong tất cả chướng ngại lìa xa con trên

Con Đường Giải Thoát.

Trong lúc Milarepa đang hát bài hát này, tất cả đều nghe một âm vang từ cõi Trời.

Sau đó một thời gian, những người ở Nya Non nghe nói Jetsun sắp đi ẩn tu ở những nơi khác. Tất cả bọn họ mang những phẩm vật cúng dường tốt đến và khẩn nguyện ông đừng đi. Jetsun đáp, "Tôi đã ở đây một thời gian dài. Những người bảo trợ của tôi bây giờ có thể đã trở nên nhàm chán [tôi]. Tôi sẽ đi đến một nơi khác để chờ chết đến. Nếu tôi không chết sớm, luôn luôn sẽ có dịp cho chúng ta gặp lại nhau. Trong thời gian ấy, các người nên cố gắng tu tập những điều này:

Đảnh lễ Đạo Sư hoàn hảo của con!

Tài sản và sở hữu
Giống như sương trên cỏ –
Hãy cho đi mà không tham lam quá độ.

Thân người có thể tu tập Pháp là quí nhất –
[Để được nó trở lại] các người nên giữ tốt Giới Luật
Giống như bảo vệ đôi mắt của mình!

Giận dữ đưa người ta đến những Cõi Thấp hơn,
Vì vậy đừng bao giờ mất bình tĩnh,
Ngay cả dù cho mất mạng.

Trì hoãn và biếng nhác không bao giờ mang đến
Thành Tựu –
Vì thế hãy tận lực mình trong sùng mộ.

Qua phân tán, người ta không bao giờ có thể
hiểu được Đại Thừa –
Vì thế hãy tu tập nhiếp tâm.

Vì Phật Tánh không thể đạt được bên ngoài

Hãy quán bản tánh của tâm mình bên trong.

Niềm tin không ổn định thì giống như sương mù –
Khi nó bắt đầu tàn lụi, các người nên
Làm nó mạnh hơn bao giờ hết.

Những người bảo trợ kêu lên, "Bất kể thầy nói gì, chúng con sẽ không để thầy đi! Bằng mọi giá, xin thầy hãy ở lại đây!" Họ đã cầu xin ông với nhiệt tình như thế. Jetsun đáp, "Nếu thầy không chết, thầy sẽ cố gắng trở lại làng của các con. Trong thời gian nếu chúng ta không thể gặp nhau, các con thỉnh thoảng hãy nhớ và tu tập những điều này." Vì thế ông hát:

Hỡi ôi, đáng thương thay là những kẻ thế gian!
Giống như ngọc quí, họ ấp ủ
Thân họ, song giống như cổ thụ
Cuối cùng phải ngã xuống.
Đôi khi hãy kiềm chế những ý nghĩ hoang đường,
Và hãy chú tâm đến Pháp.

Mặc dù các con góp nhặt giàu sang khó nhọc
Như lũ ong góp mật,
Bệnh tật có thể đổ xuống trên các con
Không bao giờ ai có thể nói trước.
Đôi khi hãy kiềm chế những ý nghĩ hoang đường,
Và hãy chú tâm đến Pháp.

Một người có thể cúng dường một Lạt-ma
Hàng lố lụa trong nhiều năm
Nhưng một khi vận xui ụp xuống,
Giống như cầu vồng phai nhạt
Niềm tin của mình tức thời tiêu tán.
Đôi khi hãy kiềm chế những ý nghĩ hoang đường,
Và hãy chú tâm đến Pháp.

Giống như một đôi dã thú cặp với nhau,

Những tình nhân sống với nhau,
Nhưng tai họa do chó sói tấn công
Có thể rơi xuống các con bất cứ lúc nào.
Đôi khi hãy kiềm chế những ý nghĩ hoang đường,
Và hãy chú tâm đến Pháp.

Các con có thể ấp ủ con cưng của mình
Như gà ấp trứng;
Nhưng một hòn đá rơi có thể nghiền nát nó bất cứ lúc nào.
Đôi khi hãy kiềm chế những ý nghĩ hoang đường,
Và hãy chú tâm đến Pháp.

Mặt có thể xinh đẹp như bông hoa,
Song nó có thể bị mưa đá bạo tàn phá hỏng
bất cứ lúc nào.
Đôi khi hãy nghĩ đến thế gian này
Đáng tiếc, vô thường, và phù phiếm làm sao.

Mặc dù mẹ và con có tình thương thắm thiết
Cho nhau, khi bất hòa nổi lên,
Họ va chạm và cãi nhau như kẻ thù.
Đôi khi đối với tất cả chúng sinh
Các con nên cảm mà thương xót.

Phơi mình trong nắng ấm
Có thể là thích thú và thoải mái,
Nhưng cơn bão buồn phiền có thể nổi lên
Làm các con nghẹt thở bất cứ lúc nào.
Đôi khi hãy nhớ đến những người bị bóc lột,
Và bố thí cho họ trong những lúc cần.

Ôi, các người bảo trợ nam và nữ thân mến,
Đối với người không thể tu tập Pháp,
Tất cả đời y sẽ vô nghĩa,
Tất cả những hành động của y là những việc làm sai!

"Vâng, Jetsun Tôn Kính, chúng con sẽ theo những lời chỉ dạy của thầy," những người bảo trợ nói, "nhưng chúng con không thể chịu đựng được thấy thầy ra đi. Xin hãy vì chúng con mà ở lại!" [Nhưng] Milarepa [chỉ] ở lại trong Hang Cái Bụng một thời gian ngắn, và rồi đi xuống hạ lưu thung lũng. Đứng trên một tảng đá, ông để lại những dấu chân in lõm xuống đó như là dấu hiệu kỷ niệm mà người dân Nya Non có thể tỏ lòng tôn kính. Rồi ông ra đi, không một người bảo trợ nào hay biết.

Đây là câu chuyện về Milarepa ban cho những người bảo trợ ở Nya Non lời khuyên nhủ cuối cùng.

56. NHỮNG LỜI KHUYÊN NHỦ Y SĨ YANG NGE

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Jetsun Milarepa và năm đệ tử bây giờ khởi hành đi Tong Lha. Trên đường đi, họ gặp năm tên cướp, chúng lục soát họ và chỉ tìm thấy một vài cái bát và sọ người. Rồi chúng hỏi, "Các ông có phải là những người gọi là 'những Milarepa' không?" Jetsun trả lời, "Tôi là Milarepa." Tất cả bọn cướp đều cúi đầu đảnh lễ với ông và nói, "Chúng con gặp ngài thật là may mắn! Bây giờ xin ngài cho chúng con một vài lời chỉ dạy." Lúc ấy Jetsun giảng cho họ giáo lý về Nghiệp, gồm những đề tài như niềm vui và công đức của các cõi cao hơn, những khốn khổ và hành vi xấu, một cách tương ứng, sẽ mang lại an lạc và đau khổ. Rồi ông thêm, "Đây là lời khuyên của tôi: chấp nhận nó hay không, hoàn toàn tùy các anh. Hãy lắng nghe bài hát này:"

Con cúi đầu đảnh lễ chư Đạo Sư toàn hảo.

Cao bên trên, ở Trời Khoái Lạc,
Chư Thiên gieo lúa,
Và hoa màu chín
Khi hạt giống được gieo.
Ấy chẳng phải là phương pháp làm
Nông của họ siêu đẳng hơn,
Ấy chỉ là phần thưởng của Nghiệp
Vì những hành vi tốt của họ trong những đời trước.
Hỡi những người phú bẩm, hãy bố thí!

Thấp bên dưới là những chúng sinh khốn khổ

Trong Mười Tám Địa Ngục lớn.
Khi thân họ bị cưa
Những vết thương liền lành trở lại;
Ấy không phải vì da họ khỏe mạnh,
Mà là Nghiệp báo
Vì những người họ đã giết trong các đời trước.
Hỡi những người phú bẩm, đừng bao giờ giết!

Trong cõi tối tăm đó
Những con ma đói lang thang.
Ngay khi vừa ăn xong
Chúng lại cảm thấy đói;
Ấy chẳng phải vì bao tử lớn,
Ấy là Nghiệp báo.
Vì sự hà tiện trong các đời trước.
Hỡi những người phú bẩm, đừng bao giờ bủn xỉn!

Gần cái Ao Thanh Tẩy
Là con bò cái kỳ diệu của Duinjo
Luôn luôn sẵn sàng cho sữa.
Nhưng ấy là tùy các anh
Có bắt được nó hay không.

Ở dưới rễ Cây Như Ý
Là thuốc chữa lành tất cả năm bệnh.
Song đó là hoàn toàn tùy các anh
Có đào được nó hay không.

Trước mặt Đạo Sư tốt
Là chìa khóa của những Chỉ Dạy Thiết Yếu
Cho cửa Hai [Hoàn Thiện], (1)
Nhưng đó hoàn toàn tùy các anh
Có mở được nó hay không.

Nghe bài hát này, một niềm tin lớn đã phát sinh trong tất cả năm tên cướp. Bốn người trong bọn họ đã thề rằng sẽ không

bao giờ giết người hay cướp của nữa. Một người quyết định đi theo Jetsun, và được chấp nhận làm đệ tử hầu cận. Sau này anh ta đạt Chứng Ngộ và trở thành một hành giả yoga tiên tiến.

Sau sự kiện này, Milarepa và các đệ tử đi xuống Din Ri Namar. Trên đường đi gặp một người chăn cừu, Milarepa hỏi anh ta, "Hãy cho tôi biết ai là người bảo trợ xuất sắc ở chỗ này?" Người chăn cừu trả lời, "Có một y sĩ gọi là Yang Nge – ông ta là một Phật tử giàu và sùng mộ." Họ tiến đến nhà của y sĩ, và thấy ông ta đang đứng giữa nhiều người đang tụ họp ở đó. Milarepa nói, "Người bảo trợ thân mến, chúng tôi nghe nói rằng ông là người giàu nhất ở đây. Chúng tôi hỏi xin ông cho chúng tôi một ít thức ăn sáng nay." Y sĩ đáp, "Bên kia núi có Milarepa, bên này núi có Dhampa Sangje. Dòng suối hành giả yoga hành hương không bao giờ ngừng chảy. Làm sao tôi có thể làm từ thiện với tất cả mọi người của họ được? Bây giờ tôi sẽ chỉ bố thí cho Milarepa thôi nếu ông ta tự đến đây. Dĩ nhiên, tôi biết rằng tôi không thể có được Nghiệp tốt để gặp ông ta chút nào." Jetsun đáp, "Tôi có thể nói rằng tôi chính là Milarepa. Bây giờ hãy đem cho chúng tôi thức ăn."

"Nghe nói rằng Jetsun Milarepa có thể dùng bất cứ vật gì ngay trước mắt làm tỉ dụ để giảng dạy. Bây giờ xin hãy dùng những bong bóng trên mặt nước của cái hào này, trước mặt chúng ta, làm tỉ dụ và cho chúng tôi một bài pháp," y sĩ nói. Đáp ứng yêu cầu, Jetsun hát một bài gọi là "Bập Bềnh Chóng Vánh":

Con đảnh lễ Đạo Sư ân huệ của con –
Tự Tánh của tất cả chư Phật mọi thời.
Cầu khiến cho mọi người ở đây nghĩ đến Pháp.

Như có lần người đã nói, "Giống như bong bóng là
Đời này, tạm thời và chóng vánh –
Trong đó không có gì bảo đảm."
Đời của một người thường giống như tên trộm
Lẻn vào một căn nhà trống.
Các người có biết ấy là rồ dại hay không?

Tuổi trẻ giống như hoa mùa hè –
Bỗng chốc tàn tạ.
Tuổi già giống như lửa lan qua
Đồng ruộng – đột nhiên ngay dưới gót chân.
Đức Phật có lần đã nói, "Sinh và tử giống như
Mặt trời mọc và lặn – lúc đến lúc đi."
Bệnh giống như con chim nhỏ
Bị thương vì ná bắn.
Anh có biết không, sức khỏe và dũng lực
Sẽ đến kỳ bỏ phế anh?
Chết giống như ngọn đèn cạn dầu
[Sau cái nháng cuối cùng].
Không một cái gì, ta bảo đảm cùng anh,
Trong thế gian này là thường hằng cả.
Nghiệp ác thì giống như thác nước,
Không bao giờ chảy ngược lên trên.
Người tội lỗi thì giống như cây độc –
Nếu tựa mình vào anh sẽ bị thương.
Người phạm tội thì giống như hạt đậu bị giá rét đánh –
Như mỡ hư, chúng làm hỏng bất cứ việc gì.
Người tu tập Pháp thì giống như nông dân
trên thửa ruộng –
Với cẩn thận và kiên cường, y sẽ thành công.
Đạo Sư thì giống như thuốc và cam lồ –
Nương vào ông, sẽ được thành công.
Giới Luật thì giống như cái tháp của lính canh –
Giữ nó, người ta sẽ được Thành Tựu.

Nghiệp luật thì giống như bánh xe Sinh Tử –
Ai phá bỏ nó sẽ đau khổ vì mất lớn.
Sinh Tử thì giống như gai độc
Ở trong thịt – nếu không rút nó ra,
Độc sẽ gia tăng và lan rộng.
Khi chết đến thì giống như cái bóng
Của cây lúc mặt trời lặn – nó chạy
Nhanh và không ai ngừng nó được.

Khi đại hạn đến, cái gì khác
Có thể giúp, trừ thánh Pháp?
Mặc dù Pháp là nguồn chiến thắng,
Mà người khao khát nó thực hiếm hoi.

Nhiều người bị mắc trong
Khốn cùng Sinh Tử;
Sinh ra trong bất hạnh này, họ ráng sức
Để có được bằng cướp giựt hay ăn cắp.

Các người bảo trợ thân mến, chớ nói quá nhiều,
Mà hãy tu tập thánh Pháp.

"Đây quả thật rất hữu ích cho tâm tôi," y sĩ bình luận, "nhưng xin hãy giảng thêm nữa cho tôi về chân lý của Nghiệp và sự khổ của sinh, già, bệnh, chết, như thế khiến cho tôi có thể có được niềm tin quyết sâu hơn về Phật Giáo." Đáp ứng yêu cầu này, Jetsun hát:

Trong cõi Đại Bất Sinh
Người chiếu sáng Bốn Vô Cùng –
Với Đạo Sư Jetsun ban cho ước nguyện của con,
Người Dẫn đạo đến Con Đường Niềm Vui Lớn Nhất,
Con tỏ lời ca ngợi tâm cảm của con.

Xin hãy lắng nghe những lời này,
Các bạn thân mến tụ hội nơi đây.
Khi các bạn trẻ và cường tráng
Không bao giờ nghĩ tuổi già đến.
Nhưng nó đang tiến gần và chắc chắn
Như hạt giống đang nảy mầm dưới đất.

Khi các bạn khỏe và mạnh
Không bao giờ nghĩ bệnh đến
Nhưng nó sẽ giáng xuống với sức mạnh thình lình
Như sét đánh.

Khi vướng mắc trong sự việc thế gian
Các bạn không bao giờ nghĩ chết đến.
Nó đến nhanh như sấm
Nổ quanh đầu các bạn.

Bệnh, già, và chết
Luôn gặp nhau
Như tay và miệng.

Mai phục đợi con mồi,
Diêm vương sẵn sàng cho nạn nhân của hắn
Khi tai họa chụp lấy nạn nhân.

Chim sẻ bay thành hàng đơn độc. Giống như vậy
Sinh, tử, và Cõi Trung Gian theo nhau một dọc.
Không bao giờ rời khỏi các bạn
Là ba "người khách" này.
Nghĩ như thế, các bạn
Không sợ những hành vi tội lỗi sao?

Giống như những mũi tên mạnh trong bụi cây chờ đợi,
Tái sinh nơi Địa Ngục, làm ma đói, hay súc sinh
Là [định mệnh]đang chờ bắt bạn.
Nếu một khi rơi vào trong bẫy của chúng,
Các bạn sẽ khó tìm được lối thoát ra.

Các bạn không sợ những khốn khổ
Đã kinh nghiệm trong quá khứ sao?
Chắc các bạn sẽ cảm thấy nhiều đau đớn
Nếu bất hạnh đến tấn công mình?
Buồn khổ của đời nối tiếp nhau
Giống như những làn sóng không ngừng trên biển –
Sóng này vừa đi qua, trước khi
Sóng khác tới.
Cho đến khi các bạn được giải thoát, đau khổ
Và khoái lạc đến và đi một cách ngẫu nhiên

Giống như khách qua đường gặp trên đường phố.

Khoái lạc là tạm thời,
Giống như tắm nắng;
Cũng tạm thời như những cơn bão tuyết.
Chúng đến không báo trước.
Khi nhớ những điều này,
Sao không tu tập Pháp?

Nghe bài hát này, niềm tin to lớn vào Jetsun đã phát sinh nơi tất cả mọi người. Họ tặng ông nhiều thức ăn ngon, và yêu cầu ông ở lại đó mãi mãi. Milarepa không chấp nhận lời mời của họ, mà chỉ bằng lòng ở lại qua đêm.

Y sĩ khẩn xin Jetsun ban cho họ một vài chỉ dạy trước khi ông đi. Rồi ông ta triệu tập tất cả dân làng lại, và xin, "Jetsun Tôn kính, nếu ngài không ở lại đây ngay cả vài ngày, thì xin hãy ban cho chúng tôi một ít Pháp để tu tập." Đáp lại, Milarepa hát:

Hãy chú ý lắng nghe, tất cả những người tụ hội nơi đây;
Các bạn có thực sự muốn tu tập pháp không?
Nếu muốn, hãy thử những điều này:
Khi nằm xuống trên giường, chớ để
Mình đi với vô minh;
Vào lúc chiều, hãy niệm Chú Phật Hộ Trì
Đêm đến, hãy khẩn nguyện chư Thánh;
Giữa đêm, thiền định về Không Phân Biệt.
Lúc rạng đông, tu tập Sinh-Khí; buổi sáng,
Sám hối những việc làm sai; khi mặt trời lên,
Hãy đồng nhất tâm mình với hình tướng.

Khi tu tập, điều chính yếu
Là quán Tự Tâm;
Cốt lõi của tất cả những chỉ dạy
Thọ nhận từ Đạo Sư của mình.
Rồi nên luôn luôn khẩn nguyện

Với Phật Hộ Trì của mình;
Giữ các Luật Samaya
Với huynh đệ Kim Cương của mình;
Với Tam Bảo
Hãy luôn luôn cúng dường phụng sự.

Mãi mãi trên đầu mình hãy quán tưởng Ngài là Toàn Từ Ái,
Niệm Thần Chú Ngọc Liên Hoa. (2)
Luôn luôn từ thiện cho người nghèo, và giúp đỡ
Những ai cần đến; luôn luôn phục vụ và bố thí
Cho các tu sĩ có học thức và giữ giới;
Lúc nào cũng chăm sóc cha mẹ.
Dù một trăm học giả và Đạo Sư tụ hội ở đây
Họ cũng không thể ban cho chỉ dạy nào tốt hơn nữa.
Cầu cho thịnh vượng và niềm vui
Theo các bạn suốt đời!
Cầu cho sức khỏe và sống lâu
Ở với các bạn mãi mãi!

Xúc động vì bài hát này, tất cả những người nghe đều xác định một niềm tin không lay chuyển hướng về Jetsun. Về sau, người y sĩ đã nhập được Đạo lúc ông ta chết.

Sau sự vụ này, Milarepa và các đệ tử khởi hành đi Chu Bar.

Đây là câu chuyện về Y sĩ Yang Nge.

Chú Thích Chuyện 56

(1) Hai Hoàn Thiện: Hoàn Thiện Công Đức, và Hoàn Thiện Trí Tuệ.

(2) Tức Thần Chú Quan Thế Âm (Mantra của Avalokiteshvara): Om.Ma.Ni. Padme.Hum.

57. SỰ RA ĐI CỦA RECHUNGPA

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Rechungpa, đệ tử trong lòng của Jetsun Milarepa, gặp khó khăn bởi vì nhân duyên của ông ta với Cô Dembu [người đàn bà quí phái]. Để giải thoát ông ta khỏi chướng ngại này, Milarepa tự biến mình thành một tên ăn mày và đến Rechungpa xin bố thí. Lúc bấy giờ Rechungpa sở hữu một miếng ngọc bích rất lớn lấy được của một con quạ trong thung lũng Yagder. Ông ta cho miếng ngọc này cho "người ăn mày" và nói, "Hãy dùng miếng ngọc này mà mua đồ ăn." Milarepa nghĩ, "Con ta không bị giàu sang vật chất ràng buộc, mà có tâm đại bi."

Nhờ hậu quả của sự bố thí này, Rechungpa đã chia tay với Cô Dembu; trong lòng không thích và chán cô ta, ông ta từ giã và trở về với Jetsun. Trên đường trở về, ông ta đến nhà của một người giàu có và được tặng hai phần thịt khô mà ông giữ rất cẩn thận để đem về làm quà cho Jetsun. Vào lúc Milarepa đang ở Chu Bar với một vài đệ tử. Ông nói với họ, "Rechungpa đang đến đây, và đang mang cho chúng ta một vật quá lớn đến nỗi cả thung lũng không chứa hết."

Không lâu thì Rechungpa đến. Ông ta dâng bao thịt khô cho Jetsun và hỏi thăm sức khỏe của ông. Để trả lời, Milarepa hát:

Là hành giả yoga, ta dạo chơi trên núi;
Như một Man-đa-la vĩ đại,
Thân ta đầy an lạc.
Sạch dục vọng và kiêu hãnh,
Ta cảm thấy khỏe và an lạc.
Không còn ước mong những trò tiêu khiển
Ta cảm thấy vui trong cô tịch.
Vì ta đã từ bỏ tất cả mọi sự vật,

Ta an lạc ở vùng đất không người.
Vì ta đã cắt đứt những sợi dây ràng buộc bà con
Lấy và để dành không phải lo phiền –
Ta sống vui và an lạc.
Không ham muốn học thức hay nghiên cứu
Nhiều sách, ta không có cảm giác tự ti –
Với Tự Tánh của Tâm ta chỉ cảm thấy an lạc.

Ta khỏe và an lạc
Không có "lỗ hổng" và "bép xép,"
Vì ta không muốn nói năng kiêu hãnh.
Ta khỏe và an lạc.
Không kế hoạch và âm mưu.
Vì tâm ta không có gian lận.
Ta khỏe và an lạc, vì ta không bao giờ
Xen vào tán gẫu vu khống
Và ta không ham danh vọng hay vinh quang.
Bất cứ nơi nào ta ở, bất cứ thứ gì ta mặc
Hay ăn, ta thực sự cảm thấy an lạc.
Ta luôn an lạc và khỏe. Con
Rechungpa, con khỏe khi con trở về?

Vì thế Rechungpa tặng thịt khô cho tất cả Repa không phân biệt hay hà tiện. Một người trong bọn họ hỏi Milarepa, "Jetsun Tôn kính, thầy vừa bảo chúng con rằng Rechungpa sẽ mang cho chúng ta một món quà lớn, to đến nỗi cả thung lũng không chứa hết; nhưng nó ở đâu?" Milarepa mỉm cười, đáp, "Thung lũng là cái bao tử của con, và thịt đó là quà lớn – quá lớn để tọng vào bao tử." Nghe như vậy, tất cả các Repa bật cười sảng khoái.

Rồi Jetsun nói, "Ta sẽ cho tất cả các con một lễ Khai Thị, nhưng theo Pháp, cúng dường Đạo Sư là cần thiết; các con có thể đem bất cứ vật gì mình có, nhưng Rechungpa là trường hợp đặc biệt – nó có thể không đem gì cả." Nghe nói thế, Rechungpa tham dự nghi lễ mà không an lạc.

Khi đến gần Man-đa-la, ông ta nhìn thấy miếng ngọc bích lớn mà ông ta đã cho người ăn mày, đứng ngay ở chính giữa.

Ông ta trơ như phỗng; rồi ông ta nhận ra rằng người ăn mày là hóa thân của Đạo Sư mình, dùng để cắt đứt những ràng buộc giữa ông ta và Cô Dembu. [Nhìn lại toàn bộ sự kiện trong hồi tưởng], Rechungpa bây giờ cảm thấy biết ơn Jetsun sâu xa.

"Rechungpa," Jetsun nói, "Nếu không phải là ta, miếng ngọc bích này đã đưa con đến chỗ hủy diệt. Chỉ vì niềm tin và sự kính trọng không ngừng của con đối với ta, và tâm đại bi của con đối với tất cả chúng sinh, mà con thoát khỏi chướng ngại đó. Bây giờ con nên biết ơn và vui sướng. Hãy lắng nghe bài hát của ta":

Vĩ đại là sự gia trì của Sư Phụ,
Quan trọng là phép thần thông của Milarepa,
Chủ yếu là lòng từ thiện và thương yêu của Rechungpa!
Ngọc bích con đã cho người ăn mày ấy
Đang ở đây với chúng ta, chiều hôm nay
Chúng ta có thể dâng nó lên Dem-Chog
Trong nghi thức Khai Thị.

Bố thí cho những người cần với lòng bi mẫn
Thì tương đương với phụng sự chư Phật Ba Thời.
Cho những người ăn xin với lòng đồng cảm là
Cúng dường Milarepa.
Chúng sinh là cha mẹ của mình;
Phân biệt họ là làm hại và vô minh.
Hiền sĩ và học giả chân thực
Thì luôn luôn hòa hợp;
Bám vào tông phái mình và chỉ trích các tông phái khác
Chắc chắn là con đường để lãng phí học thức của mình.
Vì tất cả các Pháp đều tốt như nhau,
Những người bám vào chủ nghĩa môn phái
Là hạ thấp Phật Giáo và tự cắt đứt
Mình khỏi Giải Thoát.
Tất cả an lạc một người có
Đến từ những người khác;
Tất cả những giúp đỡ mà một người đã cho

Mang về an lạc cho y.
Những hành vi độc ác của một người
Chỉ hại y thôi.

Bước vào Man-đa-la với tâm từ thiện;
Hãy thú tội, sám hối những tội lỗi của con,
Hãy quyết tâm tuân giữ Giới Luật.

Rechungpa xúc động sâu xa. Để sám hối, ông ta thú nhận tất cả những vi phạm trước Đạo Sư và huynh đệ trong Pháp trong bài hát này:

Khao khát những thú vui vật chất,
Theo đuổi khoái lạc, con đã đắm mình
Sa ngã vì cám dỗ, con đã cam làm
Những hành vi hạ tiện đưa đến khốn cùng.
Trước thân *của Sư Phụ*
Bây giờ con xin thú nhận tất cả.

Ham nói chuyện đưa đến lừa gạt
Và dối láo, lưỡi trơn tru và những lời nói
Khôn lanh lôi người ta thẳng xuống Địa ngục.
Rượu và thịt làm thỏa mãn cái miệng
Biến người ta thành ma đói.
Tất cả sự nói năng không thật và vô sỉ của con,
Bây giờ con thú nhận tất cả trước khẩu *của Sư Phụ con.*

Ham muốn khoái lạc gây nên ác ý,
Thèm khát danh vọng tạo nên đa số hành động bẩn thỉu.
Tất cả những hành vi tội lỗi của con, do dục vọng
và tham lam mà có,
Bây giờ con thú nhận đầy đủ trước
Ý *của Sư Phụ con.*

Lang thang trong thị trấn và xóm làng,
Sự tu tập của con bị gián đoạn;

Biểu diễn nhiều phép xua tà,
Năng lực Thần Chú của con suy yếu;
Trở thành quá hoạt động, kinh nghiệm
Định [Samadhi] tốt của con tàn lụi.
Với chư Thần của Man-đa-la
Bây giờ con thú nhận những sai lầm này.

Trong căn nhà nơi nhiều người cùng sống
Con phân biệt giữa "của tôi" và "của anh."
Tất cả sự nhỏ nhen và thoái hóa của con
Con thú nhận với anh em trong Pháp.

Vì thế Jetsun đã khai thị cho các Repa với bài luyện tập "Chỉ Ra" một cách kỹ lưỡng. Sau nghi lễ, Repa Shiwa Aui từ trong hội chúng đứng lên hỏi, "Rechungpa là một hành giả yoga đã hoàn toàn làm chủ Tâm-Khí. Tại sao một người như huynh ấy vẫn còn cần sự bảo vệ và quan tâm của Jetsun khi huynh ấy chấp nhận một nữ nhân cho sự tu tập Mật Giáo? Và tại sao một người như thế vẫn còn sám hối trước thầy vì hành động này?" Jetsun đáp, "Đây là vì [để thực hành mật hạnh ấy], người ta phải biết đúng lúc và đúng duyên." Vì thế ông hát:

Con cúi đầu đảnh lễ Đạo Sư Marpa ân huệ của con –
Nguyện dẫn con đến đường Đạo với sự gia trì của Thầy,
Hãy giúp con hiểu tâm trạng của đệ tử của con.

Không biết đúng lúc để tu tập,
Yoga của mình sẽ đi lạc hướng;
Không biết đúng lúc để nói,
Những người trưởng lão sẽ đi lạc đường;
Không biết đúng lúc để cho đồ ăn,
Người nội trợ giỏi sẽ đi lạc đường;
Không biết đúng lúc để thực hiện bổn phận,
Những người tôi tớ sẽ đi lạc đường;
Không biết đúng lúc để gặp kẻ thù
Những chiến sĩ sẽ đi lạc đường;

Không biết đúng lúc để gặp các duyên
Những tăng nhân cao quí sẽ đi lạc đường;
Không biết đúng lúc để giúp người khác
Những hành vi vị tha sẽ đi lạc đường.

Không kiên trì và quyết tâm
Ở lại trong núi sẽ lãng phí thời gian.
Nếu người ta không quan tâm hay không giúp nhau,
Tình bạn bè và tình anh em sẽ mất.
Nếu đệ tử không giữ luật lệ của Đạo Sư,
Mối quan hệ của y sẽ sớm đổ vỡ.
Vô biên, hỡi ôi, là sai lầm và lệch lạc,
Làm sao một người có thể liệt kê tất cả?
Các con thân mến, các con nên tu tập
Theo những lời ta nói!

Nghe bài hát này, tất cả các đệ tử đạt được sự thấu hiểu quyết định. Rồi Rechungpa lập lời thệ nguyện trang nghiêm trước Jetsun rằng ông ta sẽ tuân theo tất cả những chỉ dạy của thầy. Từ đó về sau, ông ta phục vụ Milarepa còn nhiệt tình hơn trước.

Một đêm Rechungpa nằm mộng thấy mình đặt một lố lông cừu lên [lưng] một con chó, và hét lên, "Hãy viết những chữ ấy đi! Hãy viết những chữ ấy đi!" Rồi họ bắt đầu đi, và đến một cái đèo. Từ một bên núi, tám mươi tám người tháp tùng họ, và từ phía núi bên kia, tám mươi tám người chào đón họ. Rechungpa yêu cầu Jetsun giải thích giấc mộng này cho ông ta. Để trả lời, Milarepa hát:

Con chó chứng tỏ rằng con sẽ có
Một người bạn, lông cừu là tâm con
Sẽ hiền lành và dịu dàng.
"Hãy viết những chữ ấy đi!" có nghĩa là
Con sẽ có học thức tốt.
Hét chứng tỏ rằng con sẽ hát

Từ Kinh Nghiệm diệu kỳ.
Hai nhóm tám mươi tám người
Có nghĩa là rất nhiều người
Sẽ hộ vệ và chào mừng con.

Một đêm khác Rechungpa mộng thấy ông ta ném đi quần áo của mình và rửa thân mình bằng nước, rồi một con chim đã đến bay đi và đậu trên một cành cây. Rồi ông ta thấy một cái gương và nhìn vào nó. Giải thích giấc mộng này, Milarepa hát:

Ném quần áo đi ám chỉ
Sự từ bỏ tất cả mọi dục vọng.
Rửa thân thể bằng nước sạch có nghĩa là
Thanh tẩy qua những lời Chỉ Dạy.
[Biến thành] một con chim ám chỉ
Từ và bi. Hai cánh chim
Là Hai Thứ Lương Thực.
Đậu trên cành cây tiết lộ
Con sẽ ngồi trên Cây Bồ-đề.
Cái gương con thấy ám chỉ
Những mật khải của các Đa-ki-ni.

Một đêm khác, Rechungpa mộng thấy ông ta cưỡi ngược một con lừa, và mặc một chiếc y gọi là "Hy vọng!" Jetsun giải thích giấc mộng đó trong bài hát này:

Quay lưng lại với luân hồi
Con cưỡi con lừa Đại Thừa.
Khi Niết Bàn đến chào mừng
Con sẽ thực hiện hy vọng của tất cả.

Một đêm khác Rechungpa mộng thấy ông ta đặt một viên ngọc lên đầu mình và mặc một chiếc y không tì vết. Rồi ông ta nhìn vào một tấm gương sáng không có vết bẩn nào trên đó. Tay phải ông ta cầm một cái chày Kim Cang (Vajra), tay trái một cái sọ người đầy máu. Ông ta cũng mộng thấy mình ngồi

xếp chân trên một tòa sen; lưng phát ra hào quang và thân sáng rực một ngọn lửa lớn. Ông ta thấy một ngọn suối phun lên phía trước mình, mặt trời và mặt trăng chiếu ra từ trái tim mình. Phía bên trái ông ta, đàn ông và đàn bà đứng thành số chẵn; phía bên phải ông ta, một cậu bé đang chăn một con dê con, rồi nhân lên thành nhiều dê. Rechungpa đến Jetsun và yêu cầu ông giải thích giấc mộng ấy. Jetsun đáp, "Ý nghĩa giấc mộng ấy là như thế này":

Viên ngọc có nghĩa là con nên luôn luôn
Nghĩ đến Đạo Sư của con ở trên đầu của con;
Chiếc y trắng tinh ám chỉ Dòng Truyền Rỉ Tai;
Nhìn vào tấm gương có nghĩa là
Thị hiện "Chỉ Ra";
Cầm chày Kim Cang trên tay phải biểu thị
Sự hủy diệt tất cả tạp niệm.
Cái sọ người trên tay trái là biểu tượng
Của Kinh Nghiệm Tánh Không-Cực Lạc
Tòa Sen ám chỉ sự tự do không có tất cả những lỗi lầm;
Ngồi xếp chân biểu thị
Con sẽ ở trong Định lâu dài;
Ánh sáng chiếu ra từ lưng
Có nghĩa là con sẽ nhận thức đúng.
Ngọn suối phun ra trước con có nghĩa là
Con sẽ có các Tướng và Kinh Nghiệm;
Lửa cháy từ thân con
Là sự cháy của nhiệt Dumo;
Mặt trời và mặt trăng là bằng chứng
Sự Quang Minh của con.
Đàn ông và đàn bà đứng bên trái của con
Có nghĩa là những Bha Wo và Mo sẽ chào đón con;
Bên phải của con, đứa bé và những con dê là bằng chứng
Rằng con sẽ bảo vệ đệ tử của con;
Sự nhân lên của những đứa trẻ báo trước
Sự truyền bá của Dòng Truyền Rỉ Tai.

Jetsun tiếp tục, "Vì con đã đạt đến cảnh giới này, không cần thiết cho con ở lại đây với ta lâu hơn nữa. Con nên đi, bây giờ đã đúng lúc cho con làm lợi ích chúng sinh ở mức độ rộng lớn." Rồi ông hát:

Hãy lắng nghe, con ta Rechungpa,
Biết sự tùy thuộc phát sinh
Của Sinh Tử và Niết Bàn,
Nếu con có thể nương tựa vào một Đạo Sư Thánh Thiện,
Những Chỉ Dạy Thiết Yếu sẽ đến với con
Mà không nỗ lực và tìm kiếm.

Hãy lắng nghe, con ta Rechungpa!
Nếu con có thể khắc phục được sự ham muốn đời sống
Thành thị và ở lại trong nơi ẩn tu,
Thành Tựu tự nó sẽ đến
Không nỗ lực và gắng sức.
Nếu con có thể từ bỏ những hành vi xấu và chấp trước
Và có thể từ bỏ tất cả những ham muốn của con,
Con sẽ lặng lẽ dẫm chân trên Con Đường Hoan Hỉ
Không dính mắc hay dục vọng.

Hãy lắng nghe, ôi con của ta,
Gốc rễ của Sinh Tử là cưu mang*;*
Nếu con có thể cắt đứt tình yêu bám víu vào
Con cái, và sống trong cô tịch,
Con sẽ tịch nhiên nhập vào Đất Phật.

Hãy lắng nghe, con ta, mặc dù Pháp
Truyền qua Tây Tạng, nhiều người
Giả mạo nó. Người ta tự gọi
Họ là Đạo Sư và đệ tử,
Nhưng với miệng lưỡi khôn lanh,
Họ đắm mình nói năng tà vạy.
Hãy đi, con ơi, hãy đi và dạy họ,
Cho họ thấy giáo lý chân chánh

Của Dòng Truyền thanh tịnh!

Hãy lắng nghe, con ta Rechungpa,
Nếu từ trái tim con muốn
Tu tập thánh Pháp,
Hãy nhớ rằng Phật Giáo nên
Khiến người ta chinh phục dục vọng của mình.
Hãy cố gắng từ bỏ tất cả tham lam,
Hãy tiết chế nói năng nhiều quá.

Hãy lắng nghe, Rechungpa con,
Nếu con muốn [thành] Phật
Hãy quên đi tất cả những khoái lạc của đời này,
Hãy cố gắng để Chứng Ngộ ổn định bên trong,
Và không bao giờ xa rời căn bản *Tự Tâm.*

Rồi Jetsun nói, "Rechungpa, trong quá khứ, khi con nên ở lại một chỗ, con muốn đi. Nhưng bây giờ con nên đi đến Doh ở Loro [gần] rừng Shar Bo [sát với] Núi Tuyết Shambo trên biên giới Tây Tạng. Ở đó con có thể làm lợi ích cho chúng sinh."

Rechungpa, trưởng tử của ta,
Bây giờ con sắp đi đến Weu.
Trong bốn con trai của ta,
Con là người can cường nhất.
Con trai thân mến của những Thừa kế khác nhau,
Nghĩ đến Đạo Sư của con ở trên đầu, và hãy đi.

Hãy cẩn thận giữ các giới luật Samaya, và hãy đi đi!
Người cầm đuốc của Dòng Truyền Rỉ Tai,
Hãy đi và đánh tan màn mù vô minh!
Hãy đi và thuần thục những đệ tử có tài,
Chớ tiết lộ gì cho những kẻ vô năng.

Hãy đi và trồng cây Pháp sống,
Chăm sóc những kẻ tài năng với lòng thương yêu.

Hãy đi về phía nam đến các vùng biên giới,
Và thiền định trên núi Shambo.
Rechungpa con, con sẽ có chùa riêng
Trên biên giới giữa Tây Tạng và Doh.

Chuẩn bị xong tất cả cho cuộc hành trình, Rechungpa đến Jetsun, cúi đầu lễ bái trước ông, và hát bài hát này:

Theo mệnh lệnh của thầy, Sư Phụ,
Trưởng tử của cha bây giờ sắp đi Weu.
Nguyện hãy gia trì cho nó với Thân Kim Cương của cha,
Trong cuộc hành trình của nó; con khẩn nguyện, với
Ngữ Không tì vết của cha, hãy bảo vệ
Nó khỏi tất cả mọi chướng ngại;
Với ý vô niệm của cha
Hãy dẫn nó đến Đường Đạo.
Jetsun Cha ơi, xin hãy
Tự chăm sóc và bảo trì sức khỏe của cha.

Con trai cha bây giờ đi Weu;
Nguyện cha hộ vệ nó trong cuộc hành trình.
Nguyện Bậc Trân Quí – nơi nương náu
Của tất cả chúng sinh, hóa thân
Tất cả chư Phật của tất cả mọi thời –
Hãy tự chăm sóc và giữ gìn sức khỏe.

Nguyện Bậc Phổ Hiện, tạo những
Điều Kỳ Diệu với Con Mắt Pháp,
Nguyện hãy giữ sức khỏe và tự chăm sóc lấy mình.

Nguyện Bậc Trân Quí, mà ân từ
[Con] khó trả được –
Nguyện hãy đánh tan tất cả bóng tối,
Và ở lại trong khỏe mạnh.
Nguyện Đạo Sư hùng mạnh, người hướng đạo
Từ ái của Đường Bồ-đề,

Xin hãy tự chăm sóc lấy mình.

Khi tiễn Rechungpa lên đường hành trình, Jetsun hát một bài về Thấy, Tu, và Hành:

Con ơi, Thấy là tự loại bỏ cho mình chủ nghĩa bộ phái,
Tu là ở lại trong chỗ ẩn tu,
Hành là tránh đồng hành xấu,
Giới là hòa hài với với tất cả hình tướng,
Thành Tựu đạt được là do [luôn] nghĩ đến sự chết.

Jetsun tiếp tục, "Vào năm con Thỏ, tháng con Ngựa, ngày mười bốn, con nên trở về. Điều này rất quan trọng." Rồi ông cho Rechungpa một thỏi vàng và ban cho ông ta nhiều Chỉ Dạy mà ông ấp ủ nhất. Rechungpa nói, "Mặc dù con không thể chịu đựng xa rời thầy ra đi, con phải vâng lời thầy. Bây giờ con phải đi Weu." Khi Rechungpa nói những lời này, nước mắt lăn xuống trên mặt. Để nói lên mong ước gặp lại Jetsun, ông ta hát:

Những dòng sông của Ấn Độ và Nepal,
Bị phân chia bởi những thung lũng khác nhau,
Chảy theo những hướng khác nhau.
Song, là sông, tất cả đều giống nhau –
Đều gặp lại nhau nơi biển lớn.

Bị phân chia bởi Bốn Châu,
Mặt trời mọc ở phương Đông, mặt trăng
Lặn ở phương Tây, như những người mang ánh sáng
Cả hai giống nhau: vào một chiều Thu
Không mây đôi khi chúng gặp nhau.

Bị vô minh che mờ,
Tâm của người và Phật
Có vẻ khác nhau;
Song trong cõi Tự Tánh của Tâm
Cả hai có cùng một vị. Đôi khi

Chúng gặp nhau
Trong đại Pháp giới.
Bởi vì Ma-ya (Huyễn hóa) tạo tác,
Jetsun Cha ở lại
Trên đồi, trong khi Rechungpa,
Đứa con, hành trình tới những chỗ xa xôi;
Song trong Pháp Thân
Họ không bao giờ xa cách.
Trên Trời Og-Men
Họ sẽ gặp lại nhau.

Jetsun Cha ơi, xin hãy giữ gìn sức khỏe.
Con, Rechungpa, đang từ giã đi Weu!

Rechungpa cúi lạy trước Jetsun, chạm đầu ông ta vào chân Jetsun, và một lần nữa nói thêm nhiều lời chúc lành. Rồi ông ta khởi hành đi Weu.

Trong khi Rechungpa đang ở tại một ngôi Chùa ở Rừng Shar Mo, người đàn bà của ông ta đến xin ông ta tha thứ. Ban đầu, ông ta không muốn gặp bà, nhưng về sau, vì thương xót và sự cầu khẩn nhiệt tình của Rin Chin Drags, ông trở nên dịu đi và ban cho bà một cuộc tham vấn. Bà nghèo khổ bần cùng và có vẻ đã trải qua nhiều thử thách thể xác và tinh thần. Thấy bà trong tình trạng đáng thương như thế, Rechungpa xúc động sâu xa. Ông đã nhỏ nhiều nước mắt, cho bà một thỏi vàng, và hát bài hát này:

Con cúi lạy dưới chân Mila
Bậc tối thượng. Nguyện người, với lòng thương xót,
Khiến con nhớ đến ân huệ của người.

Bà, người nói chuyện nhiệt tình,
Trông không như lúc trước kia.
Khi tôi trở về với Đạo Sư của tôi
Tôi thấy trong Man-đa-la ấy một miếng

Bích ngọc lớn đã khiến chúng ta cãi nhau.
Khi tôi thấy nó, tất cả tóc và lông
Trên người tôi dựng đứng.

Trước kia, Đạo Sư của tôi đã nói,
"Đừng đi, con đừng đi Weu."
Nhưng sau này ông nói,
Bây giờ hãy đi Weu!"
Nghĩ đến điều này, tôi chỉ cảm thấy kinh ngạc.

Trong đời Jetsun Cha của tôi,
Người ta thấy rằng ông coi vàng như đá;
Khi cho tôi miếng vàng này, ông nói,
"Bây giờ hãy lấy đi, hãy lấy nó đi."
Nghĩ đến điều này, tôi chỉ cảm thấy kinh ngạc.

Với miếng vàng này bà có thể
Mạ vàng những tượng Phật,
Và tẩy sạch những tội về thân của bà.
Với miếng vàng này bà có thể
Tu tập các nghi thức và Chân Ngôn,
Như thế tẩy sạch những tội về ngữ của bà.
Với nó bà cũng có thể xây
Nhiều tháp (stupa) và Tsa Tsa,
Như thế tẩy sạch những tội về ý của bà.

Khi đối chiếu tất cả sự vật với Tự Tâm bên trong của bà,
Hãy tu tập giáo lý của Dòng Truyền Rỉ Tai;
Hãy khẩn nguyện và khẩn nguyện nữa với Đạo Sư
Jetsun của bà,
Hãy thường khởi dậy ý nghĩ từ bỏ.
Nếu bà có thể làm được điều này bà sẽ
Đạt đại Thành Tựu!

Cảm thấy thương hại sâu xa cho bà và người chú của bà, Rechungpa chăm sóc cả hai. Rồi ông ta truyền cho họ những

Chỉ Dạy và xếp đặt cho họ thiền định. Người chú như thế được chữa khỏi bệnh cùi và người đàn bà ấy cũng đạt được những Kinh Nghiệm và Chứng Ngộ tốt. Sau này, người ta nói, bà ta trở thành một nữ hành giả yoga rất giỏi và làm lợi ích nhiều chúng sinh.

Đây là phần sau của câu chuyện về cuộc hành trình của Rechungpa đến Weu.

58. CÂU CHUYỆN VỀ DRASHI TSE

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Một lần ở Lha Dro của Drin, Jetsun Milarepa được Drashi Tse làm người bảo trợ. Trong một hội chúng có nhiều người bảo trợ theo dự, ông ta đứng lên và nói, "Jetsun Tôn kính, khi con nghe người ta giảng Pháp con luôn luôn cảm thấy rất sung sướng. Nhưng con biết rằng con không thể vừa là một đại hành giả yoga vừa là một giáo sĩ học thức cao cùng một lúc. Chứng kiến sự kiện chính ngài, Jetsun, chỉ sùng mộ tu tập, con tin chắc với niềm tin to lớn. Ngài có nghĩ con nên tập trung nỗ lực vào một mình thiền định, hay không? Jetsun đáp, "Chỉ vì tu tập mà người ta giảng và nghiên cứu Pháp. Nếu không tu tập hay thiền định, thì cả nghiên cứu và giảng dạy sẽ là vô nghĩa. Bây giờ hãy lắng nghe bài hát của tôi":

Không tu tập, giảng Pháp
Chỉ đưa đến kiêu hãnh. Không nuôi dưỡng,
Đứa con nuôi luôn trở thành kẻ thù.
Không chỉ dạy, một lố
Sách chỉ là gánh nặng;
Ngoại trừ nói láo và khoe khoang
Họ có thể làm được điều gì tốt?
Nghe những Giáo Lý
Phương Tiện*, người ta cảm thấy thích thú,*
Nhưng rất ít người theo
Giáo Lý Tối Hậu *của Đạo Sư.*

Hãy tu tập thánh Pháp với niềm tin,
Các người bảo trợ và đệ tử thân mến!

Không tự phụ hay khoe khoang,
Khiêm tốn, lương thiện, và trung thực,
Tôi bây giờ nói với các người sự thật!

Jetsun tiếp tục, "Nếu một người quyết định tu tập Pháp, y sẽ học được rất nhiều; nhưng nếu y có thể chiêm nghiệm Chân Lý Cốt Yếu chỉ trong một thời gian ngắn, sẽ giúp y nhiều hơn. Nếu một người nói nhiều quá, giáo lý cao sẽ bị những chứng ngộ thấp của y phủ bóng. Nếu một người không thể ổn định được tâm mình, tất cả những hành vi dường như tốt của y sẽ trở thành tự lừa gạt. Nếu một người có sự ràng buộc và ham muốn lớn với thế gian này, bất cứ hình thức Pháp nào y có thể tu tập cũng sẽ không gì hơn là Pháp nói bằng miệng. Một số người tu nghiên cứu Phật Giáo vì lạc thú, rồi với sự kiêu hãnh lớn về học thức của mình, họ bắt đầu mất niềm tin nơi những bậc đại sư trong quá khứ. Kết quả, họ sẽ mất sự gia trì của họ.

"Nhiều người nghĩ rằng họ sẽ có thời giờ rộng rãi để tu tập Pháp, mà không chú ý hay mong đợi gì cả, chết bỗng nhiên giáng xuống họ và họ vĩnh viễn mất đi cơ hội tu tập. Lúc ấy họ có thể làm gì? Người ta nên quay tất cả kiến thức Phật Giáo vào bên trong miệng họ và thiền định. Nếu một người không nghiên cứu thêm nữa và thiền định cùng một lúc, nhưng nghĩ rằng y trước tiên nên học cho nhiều trước khi bắt đầu thực sự tu tập, [y sẽ hoàn toàn bị lạc mất], bởi vì kiến thức thì vô cùng, không thể nào làm chủ tất cả nó được.

"Lại nữa, nếu một người nói chuyện với một giáo sĩ được trọng vọng có học thức Phật Giáo phong phú, y sẽ được bảo rằng trong Phật Giáo không có điều gì là không cần đến. Rồi y có thể tìm được rất nhiều giáo lý thâm sâu; nhưng y không biết tu tập giáo lý nào. Y có thể chọn lấy một và tu tập nó, nhưng không đạt được Kinh Nghiệm nào cả. Rồi nghi ngờ và hoài nghi len vào trong tâm, y bắt đầu nghĩ, 'Ta nên thử tu tập một cái khác không? Không một Yoga nào khác phù hợp với ta hơn Yoga này sao?' Như thế y sẽ không bao giờ thành tựu được gì cả. Đây có thể so sánh với một người nghiên cứu cây Soma (1) nhưng quên những nguyên tắc căn bản và ý định ban đầu, giống

như một đứa bé cầm một cái hoa dại trong tay.” Rồi Milarepa tiếp tục khuyên nhủ trong bài hát này:

Hãy lắng nghe, các người bảo trợ thành tín!
Ngay cả những người tội lỗi,
không biết năng lực to lớn của Nghiệp,
Cũng mộng đạt Giải Thoát.
Sự sống hao mòn khi ngày tháng trôi qua,
Song người ta tiêu phí đời họ
Theo đuổi khoái lạc. Họ hỏi,
“Tháng hay năm này có tốt không?”
Không thấy đời nhanh chóng đi qua,
Những người ngu ấp ủ những câu hỏi ngốc.

Kẻ nào thực sự muốn tu tập Pháp
Nên cúng dường các bậc Thánh Thiện,
Qui y Tam Bảo,
Phục vụ Đạo Sư Jetsun,
Kính trọng cha mẹ,
Hãy bố thí mà không hy vọng đáp đền.
Nên giúp đỡ những người đang cần;
Nên sống và hành động theo
Các nguyên tắc của Pháp.
Tu tập Phật Giáo chẳng cần chi nhiều;
Quá nhiều thệ nguyện dẫn đến tự lừa dối.
Các người bảo trợ thân mến, hãy cố gắng tu tập
những gì ta nói.

“Những chỉ dạy của ngài rất hữu ích, và dễ hiểu,” những người bảo trợ nói. “Chắc chắn chúng tôi sẽ cố gắng theo mà không bỏ cuộc. Bây giờ xin hãy cho chúng tôi thêm lời khuyên thích hợp với những điều chúng tôi cần.”

Milarepa đáp, “Tôi có nhiều giáo lý hay để cho nếu các người có thể tu tập và theo được. Nếu không, tôi không thấy có điểm nào [cần] để làm như thế.”

"Chúng tôi sẽ tu tập các giáo lý đó. Dù bất cứ giá nào, khẩn nguyện ngài hãy dạy cho chúng tôi!"

"Vậy thì đây là những điều mà các người nên làm":

Hỡi những người bảo trợ thân mến của ta,
nếu các người quyết định theo
Những lời ta nói và tu dưỡng cái Tối Hậu,
Hãy nhớ rằng tất cả đều sẽ chết,
Sự giàu sang của thế gian là một mê hoặc –
Mặc dù các người có thể tích lũy nhiều,
Đến cuối cùng các người phải bỏ lại
Tất cả, vậy tốt hơn nên bố thí.

Tình yêu thương cho những người mình yêu có thể
Rất sâu xa, song cuối cùng người ta phải
Bỏ lại họ.
Tốt hơn là tu tập Chân Lý Không Hai.

Dù ngôi nhà được xây kiên cố bao nhiêu
Cuối cùng nó cũng ngã.
Tốt hơn hết, là sống trên đất không người.
Bất cứ thực phẩm nào có thể bảo trì,
Cũng đến lúc người ta ăn nó. Tốt hơn hết
Là tích trữ thức ăn Pháp.
Chuyện thế gian không thể tin cậy được;
Tốt hơn là từ bỏ tất cả đi.

Vì nói chuyện ngu xuẩn thì vô tận
Tốt hơn là ngậm miệng mình đi.

Những chỉ dạy giống như thuật thoa dầu
cho da người khác;
Tốt hơn là nương tựa một Đạo Sư thành thạo.
Kinh nghiệm [tâm linh] giống như
Mặt trăng ra khỏi đám mây[trong chốc lát].
Tốt hơn là tu tập không ngừng,

Như dòng suối chảy mãi.

Đây là mười điều cốt yếu
Đã hiện lên trong tâm ta.
Mong các người, nam và nữ bảo trợ của Drin,
Tất cả được tiến bộ tốt trong Pháp!

Rồi Milarepa dạy họ cách qui y Tam Bảo, làm thế nào phát Tâm Bồ-đề, hiến [mình], và nhận lời nguyện của Bồ-tát. Những chỉ dạy này làm họ phấn khởi vô cùng với những tâm ý tốt. Trong đám người theo dự, nhiều người học tu tập thiền định, và một vài người còn đạt được ngay cả những Kinh Nghiệm tốt nữa.

Đây là câu chuyện về Drashi Tse.

Chú Thích Chuyện 58

(1) Cây Soma: "Một loại dây leo, nước của nó dùng để rảy tưới trong lúc cúng tế các thần, người Ấn Độ Giáo cũng sùng bái nó vì tính chất làm say của nó." (Dẫn theo Từ điển của Sarat Chandra Dass, p. 1282. - Garma C. C. Chang).

59. KHÚC CA BẠN ĐỒNG HÀNH TỐT

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Khi Jetsun Milarepa đang ở Ngôi Nhà Đá ở Drin, thì Tsese, Ku Ju, và nhiều người bảo trợ khác đến ông vì Pháp. Tsese nói, "Xin cho chúng con một giáo lý Phật Giáo dễ hiểu." Milarepa nói, "Tốt lắm, hãy lắng tai nghe kỹ bài hát này:"

Nguyện Sư Phụ Marpa chí thượng,
Xin gia trì cho chúng con và đem Pháp
đến tâm chúng con.

Hỡi các người bảo trợ thân mến, hãy cẩn thận lắng nghe
Trong chốc lát những lời ta nói.

Những người nam bậc trên cần Pháp;
Không có Pháp, họ giống như những con chim ưng –
Dù đậu trên cao,
Chỉ có ít ý nghĩa.

Những người nam bậc trung cần Pháp;
Không có Pháp, họ giống như những con cọp –
Dù sở hữu sức mạnh to lớn nhất,
Chỉ có ít giá trị.

Những người nam bậc dưới cần Pháp;
Không có Pháp, họ giống như những con lừa
của một kẻ bán hàng rong –
Mặc dù mang lố hàng lớn,

Chỉ làm tốt cho họ được chút ít.

Những người nữ bậc trên cần Pháp;
Không có Pháp, họ giống như tranh vẽ trên tường –
Dù trông rất xinh,
Chẳng hữu dụng hay ý nghĩa.

Những người nữ bậc trung cần Pháp;
Không có Pháp, họ giống như những con chuột nhắt;
Dù tinh khôn trong việc tìm thức ăn,
Đời của chúng ít có ý nghĩa.

Những người nữ bậc dưới cần Pháp
Không có Pháp, họ giống như những con chồn cái –
Dù khéo léo, tinh khôn,
Việc làm của chúng ít có giá trị.

Những người già cần Pháp;
Không có Pháp, họ giống như những cây suy đồi.
Những thanh niên đang lớn cần Pháp;
Không có Pháp, họ giống như những con bò đực mang ách.
Những người nữ trẻ cần Pháp;
Không có Pháp, họ chỉ là những con bò cái
được điểm trang.
Tất cả những người trẻ cần Pháp;
Không có Pháp, họ giống như những bông hoa
nhốt kín bên trong cái vỏ.
Tất cả trẻ con cần Pháp;
Không có Pháp, chúng giống như những tên cướp
bị quỉ ám.

Không có Pháp, người ta hoàn toàn
Thiếu ý nghĩa và mục đích.
Những ai muốn sống có ý nghĩa
Nên tu tập theo lời Phật dạy.

Lúc ấy nữ bảo trợ Ku Ju nói, "Jetsun Tôn kính, bây giờ ngài có nhiều con và đệ tử, song ngài vẫn thích sống đời ẩn dật. Chắc ngài phải thấy đó là một đời sống rất an lạc. Ngài có những người đồng đạo tốt [mà chúng con không biết] sống với ngài không?"

"Phải, có. Bây giờ hãy nghe bài hát này":

Con cúi đầu đảnh lễ chư Sư Phụ của con.

Sống ẩn dật như một hành giả yoga,
Ta có một và hai mươi đồng đạo tốt:
Đạo Sư, Phật Hộ Trì, và Đa-ki-ni
Là ba chỗ khẩn nguyện;
Phật, Pháp, Tăng là ba chỗ qui y;
Kinh, Mật Điển, và Luận là ba nơi để học;
Kênh, Giọt [tinh chất], và Hơi thở là ba cái để tu
Của Con Đường Thiện Xảo;
An Lạc, Vô Niệm, và Quang Minh
Là ba cái để thiền định;
Lòng thành kính, ý nghĩ thanh tịnh, và bi tâm
Là ba cái cho Đạo Bồ-đề;
Bha Wo, Bha mo, và Hộ vệ
Là ba vệ sĩ
Nhờ họ để chinh phục chướng ngại.

"Những [đồng đạo] đó thật là kỳ diệu," Ku Ju nói, "nhưng ngài có ngại nói cho chúng con biết về họ bằng tỉ dụ không?" Milarepa hát trả lời:

Nguyện gia trì cho con, tất cả chư Đạo Sư
trong Dòng Truyền.

Ngồi trên tòa nhật nguyệt, (1) các Đạo Sư
Của Truyền Thừa ở trên đầu ta.
Miêu tả họ bằng ngụ ngôn,
Họ giống như một xâu chuỗi ngọc –

Được gia trì và hoan hỉ là tâm ta.

Tam Bảo là nơi nương tựa của ta –
Ta mãi mãi được bảo vệ trong tình thương của họ.
Miêu tả cảm giác này bằng tỉ dụ,
Ấy giống như một em bé được ấp ủ
Nuôi dưỡng trong lòng mẹ nó
Không sợ hãi hay ưu sầu –
Được sự gia trì và hoan hỉ là tâm của ta.

Bên phải của ta là nhiều Bha Wo
Mà sự gia trì đánh tan mọi chướng ngại của ta.
Miêu tả họ bằng ngụ ngôn,
Họ giống như những lưỡi đao xoay quanh trên đầu
Bảo vệ ta khỏi tất cả mọi thương tích –
Được sự gia trì và hoan hỉ là tâm của ta.

Bên trái của ta là nhiều Đa-ki-ni,
Gia trì cho ta với món quà Hai Thành Tựu.
Miêu tả họ bằng tỉ dụ,
Họ giống như mẹ hay chị em gái hiền từ
Quanh quẩn bên ta để thực hiện những ước mong của ta –
Được gia trì và hoan hỉ là tâm của ta.

Trước mặt ta là những thần Hộ Pháp
Thực hiện những mệnh lệnh của ta.
Miêu tả họ bằng ngụ ngôn,
Họ giống như những thuộc hạ vâng lời
Thực hiện tất cả những gì ta mong ước –
Được gia trì và hoan hỉ là tâm của ta.

Cái Thấy của ta về Chân Như được hoàn thiện
trong ba khía cạnh, (2)
Với nó, ta vượt qua giáo lý Tiểu Thừa.
Miêu tả bằng tỉ dụ,
Nó giống như con sư tử không sợ hãi vênh vang

trong tuyết –
Được gia tri và hoan hỉ là tâm của ta.

Sự tu tập Thiện Xảo và Trí Tuệ của ta
Giống như đôi cánh hùng mạnh của một con chim ưng
Với nó ta bay vút vào bầu trời.
Ta bay qua bầu trời không sợ rơi xuống –
Được gia trì và hoan hỉ là tâm của ta.

Hành động của ta đầy sức mạnh và dũng cảm,
Cả phân tán và hôn trầm đều bị tiêu diệt.
Miêu tả điều này bằng ngụ ngôn,
Nó giống như con hổ rảo bước qua
Khu rừng không sợ sệt hay kinh hãi –
Được gia trì và hoan hỉ là tâm của ta.

Đã hiện thực Ba Thân,
Ta dễ dàng làm lợi ích cho tất cả mọi người
Qua các Thân biến hóa.
Miêu tả điều này bằng tỉ dụ,
Nó giống như con cá vàng chơi
Vui vẻ trong nước không ráng sức –
Được gia trì và hoan hỉ là tâm của ta.

Làm chủ tất cả mọi hiện thân,
Ta hát những bài hát nhỏ
Thích nghi với cơ hội.
Miêu tả điều này bằng tỉ dụ
Nó giống như con rồng gầm trong
Bầu trời không sợ sệt hay kinh hãi –
Được gia trì và hoan hỉ là tâm của ta.

Ta là Hành giả Yoga Milarepa
Lang thang từ chỗ ẩn tu này đến chỗ khác.
Miêu tả điều này bằng tỉ dụ,
Nó giống như dã thú sống

Trong núi không sợ hãi –
Được gia trì và hoan hỉ là tâm của ta.
Ta đã hát cho các người, trong tâm thái vui,
Một khúc hát năm ngụ ngôn và sáu ý nghĩa –
Hãy cẩn thận lắng nghe, người và Trời tụ hội nơi đây!
Đừng để bị dẫn lạc đường,
Nhưng hãy quán sát tâm mình;
Hãy cố gắng đạt đến cảnh giới
Chết không hối tiếc.
Trong ánh sáng của Pháp
Ta chúc tất cả mọi người vận tốt!

Tất cả những ai theo dự đều thỏa mãn và hài lòng. Từ đó về sau, họ tạo những nỗ lực tốt và làm những hành vi đạo đức. Nhiều thanh niên có mặt đã được Jetsun chấp nhận làm đệ tử hầu cận, ông đã khai thị cho họ với những Chỉ Dạy Thiết Yếu và rồi bảo họ đi thiền định. Một vài người trong bọn họ sau này đã trở thành những hành giả yoga giác ngộ.

Đây là câu chuyện về Tsese, Ku Ju, và những người bảo trợ khác ở Drin.

Chú Thích Chuyện 59

(1) Tòa nhật nguyệt (T.T.: Ni.Zlahi.gDan.): Các Thần trong Mật Giáo hay được vẽ ngồi trên một chỗ ngồi gồm ba lớp: lớp thứ nhất là một hoa sen, lớp thứ nhì là một mặt trời, thứ ba là một mặt trăng biểu tượng cho, theo trình tự, sự thanh tịnh, lực dương (tích cực) và lực âm (tiêu cực).

(2) Dịch giả không chắc về ba khía cạnh, hay ba phận sự này (T.T.: rTsal.gSum.) là gì. Đây có lẽ chỉ Căn Nguyên, Con Đường, và Thành Tựu.

60. BẰNG CHỨNG THÀNH TỰU

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Một lần khi Jetsun Milarepa đang trú ở lâu đài Bầu Trời trên đỉnh núi Đá Đỏ, một vài người chủ nuôi cừu từ Drin đến viếng ông. Họ nói, "Xin vui lòng cho chúng tôi vài lời chỉ dạy giúp cho tâm chúng tôi." Jetsun đáp, "Nếu muốn thọ nhận Pháp, các ông tốt hơn theo gương tôi và trước tiên hãy từ bỏ những điều trái với Pháp."

"Nhưng đó là những điều gì?" họ hỏi.

Milarepa hát trả lời:

Hãy nghe tôi, các bạn và những người bảo trợ!
Một hành động không ý nghĩa,
Giả vờ không tự nhiên, và nói chuyện rỗng tuếch
không sợ gì,
Là ba điều trái nghịch với Pháp
Mà tôi đã từ bỏ. Tốt
Cho các người là cũng làm như vậy.

Chỗ thổi phồng người ta, nhóm họp
Khuấy lên cãi cọ, địa vị
Do đạo đức giả duy trì,
Là ba điều trái nghịch với Pháp.
Mà tôi đã từ bỏ. Tốt
Cho các người là cũng làm như vậy.

Đạo Sư với ít tri thức,
Đệ tử với niềm tin nhỏ bé,
Người anh em ít giữ giới luật,
Là ba điều trái nghịch với Pháp

Mà tôi đã từ bỏ. Tốt
Cho các người là cũng làm như vậy.
Người vợ luôn luôn phàn nàn,
Các con trai bao giờ cũng cần trừng phạt,
Tôi tớ bao giờ cũng khoác lác,
Là ba điều trái nghịch với Pháp
Mà tôi đã từ bỏ. Tốt
Cho các người là cũng làm như vậy.

Sau khi nghe bài hát này, tất cả những người bảo trợ trở về nhà đầy hứng khởi và niềm tin.

Một lần khác, Milarepa bị một cơn gió lốc thổi bay khỏi một vách đá cao. Khi rơi, thân ông đập vào một cành cây. Ngay khi các đệ tử, đầy lo sợ, muốn biết [ông có bị thương nặng hay không], Milarepa xuất hiện và cho họ thấy rằng ông không bị thương gì cả. Rồi ông hát:

Bị gió mạnh thổi bay khỏi vách đá,
Ta bị đập vào một nhánh cây ác ôn
Và bị cái đau không thể chịu đựng nắm lấy,
Nhưng các Đa-ki-ni đã chữa lành cho ta.

... ...

Lại một hôm, Milarepa có vẻ như rơi xuống từ trên đầu một vách đá. [Từ phía dưới] các đệ tử thấy việc xảy ra, lập tức phóng ngay đến địa điểm để đón lấy thân ông đang rơi. Nhưng khi họ đến nơi, Milarepa đã ngồi ở đó, bật cười. Họ hỏi ông chuyện gì đã xảy ra. Ông hát trả lời:

Giương đôi cánh chim ưng Bất Nhị
Ta bay đến đầu Vách Đá Đỏ.
Rơi, là rơi đến đáy hố thẳm;
Chơi, là chơi trò khôi hài với các đệ tử của ta;
Giải thoát, là giải thoát khỏi luân hồi và niết bàn;
Thọ nhận, là thọ nhận Tánh Không-Cực Lạc của tự ngã.

… … …

Lại một hôm, khi Milarepa đang ngồi trên mép một vách đá cao, một cô gái đi đến. Thấy ông, cô ta kêu lên, "Chớ ngồi ở đó! Chớ ngồi ở đó! Nguy hiểm lắm!" Làm ngơ lời cảnh cáo của cô gái, ông vẫn ngồi yên tại chỗ. Rồi đất phía bên dưới ông bắt đầu sụp và đổ xuống [vách đá] từng mảng. Khi một đụn đất khổng lồ sắp rơi, Milarepa bắt Ấn Đe dọa, và bay đi. Vào lúc đó, các đệ tử nghĩ rằng ông phải bị thương nghiêm trọng và vội vã đến hiện trường. Nhưng [khi đến] họ thấy ông đang ngồi đó thoải mái, hát bài hát này:

Thân này như một cái hoa.
Từ đồi Đá Đỏ nguy hiểm
Những con quỉ cố nắm lấy nó,
Nhưng các Đa-ki-ni mang nó an toàn.
Không quỉ nào cố gắng nữa.

Lúc ấy các đệ tử hỏi, "Làm thế nào, Jetsun Tôn kính, thầy có thể rơi từ trên vách đá cao xuống và đập vào cây mà không bị thương?" Milarepa đáp, "Thân ta đã trở thành Thân Cầu Vồng, và các Nhiễm (Kleśas) của ta trở thành Trí Tuệ; đã giác ngộ chân lý Vô Hữu, ta sẽ không bao giờ chết. Vì ta đã chinh phục Tám Dục Vọng Thế Gian, tất cả Bốn Quỉ đã bị ta làm nhục và thất vọng." "Thầy có cho rằng bây giờ thầy đã hoàn toàn chinh phục được Bốn Quỉ không?" "Có," ông đáp, "Các con có thể nói thế. Từ đây về sau, trong mười ba thế hệ tới, những người theo Dòng Truyền của ta sẽ được miễn sự xâm nhập của Bốn Quỉ."

… … …

Một hôm một hành giả yoga Mật Giáo từ Weu đến viếng Jetsun. Sevan Repa hỏi ông ta, "Ở Weu người ta thấy có loại người thành tựu gì?" Hành giả yoga trả lời, "Chúng tôi có những hành giả yoga thành tựu mà Phi-nhân phục vụ và cung cấp thực phẩm cho họ." "Theo các tiêu chuẩn của tôi," Jetsun

đáp, "Đó không thể coi là những người thành tựu." Lúc ấy Sevan Repa hỏi, "Thưa Thầy, Jetsun Tôn kính, cũng nhận cúng dường từ Phi-nhân?" "Phải, ta nhận theo cách này":

Bất tận như Kho Tàng của Trời,
Định (Samadhi) là kẻ phục vụ ta;
Đa-ki-ni chuẩn bị đồ ăn và thức uống cho ta;
Nhưng đấy không phải là bằng chứng
Của một người thành tựu.

Hành giả yoga ấy vặn lại, "Nhưng ở Weu chúng tôi có những hành giả yoga có thể thấy Phật Hộ Trì." Đáp lại, Milarepa hát:

Với người thấy bản tánh của tâm
Và đánh tan màn mù vô minh,
Các Đa-ki-ni lộ diện;
Song, trong Cõi Chân Như,
Không có gì để thấy.
Trong tâm không có sự "không quán sát" có dụng công,
Tất cả các Pháp khởi lên và tự sáng.
Điều này được tất cả Đa-ki-ni thuyết giảng.

Giáo lý sâu xa nhất có thể có được
Chỉ từ Đạo Sư của mình, với ông tất cả
Những Thành Tựu Tối thượng và Thế gian
Sẽ đạt được, và tất cả những ước mong tốt đẹp
Được thực hiện trong đời này;
Điều này được tất cả Đa-ki-ni bảo đảm.
Nhưng tất cả đó không phải là bằng chứng
Của một người thành tựu.

Hành giả yoga ấy lại hỏi, "Ngài dùng tỉ dụ gì để miêu tả bản tánh của tâm?" Để trả lời, Milarepa hát:

Tự Tánh của Tâm bất sinh này không thể

Miêu tả được bằng ẩn dụ hay dấu hiệu;
Tự Tánh của Tâm này không thể diệt,
Thường được kẻ ngu miêu tả,
Những người chứng ngộ nó, giải thích bằng chính nó.
Không có "cái tượng trưng" và "cái được tượng trưng,"
Ấy là cõi ở bên kia tất cả ngôn từ và ý nghĩ.
Kỳ diệu làm sao là sự gia trì Truyền Thừa của ta!

Nghe bài hát này, hành giả yoga ấy thức tỉnh những quan niệm sai lầm trước kia của ông ta, và được xác định với niềm tin không thay đổi hướng về Jetsun, người đã chấp nhận ông ta làm đệ tử hầu cận và khai thị cho ông ta với những Chỉ Dạy. Qua tu tập, ông ta cuối cùng đã trở thành một hành giả yoga xuất sắc và giác ngộ.

Đây là câu chuyện về chinh phục Bốn Quỉ, và về cuộc tham vấn của hành giả yoga Mật Giáo với Milarepa.

61. NHỮNG KỲ TÍCH VÀ LỜI KHUYÊN NHỦ CUỐI CÙNG

Kính Lễ Chư Đạo Sư

Một lần khi Jetsun Milarepa đang ở Chu Bar, thân ông trở thành vô hình đối với một số người. Những người khác thấy ông [ngồi yên] không ăn hay dấn thân vào một hoạt động nào. Nhưng mọi người để ý thấy rằng đôi khi ông cười và đôi khi ông khóc. Lúc ấy Shiwa Aui nói với ông, "Hôm qua con không thể thấy thầy. Một vài người có thể thấy, nhưng họ thấy thầy ngồi yên [giống như] trong Định. Lúc ấy thầy làm gì, và tại sao trước thầy cười, và rồi sau lại khóc, không có lý do gì rõ ràng?" Jetsun đáp, "Vì hôm qua nhiều người tham dự nghe ta thuyết giảng. Khi ta thấy họ an lạc, ta cười, khi ta thấy họ đau khổ, ta khóc."

"Xin nói cho chúng con nghe về chuyện ấy."

"Nếu các con muốn nghe chuyện ấy, bây giờ các con nên chuẩn bị cúng dường Man-đa-la."

Cúng dường đã chuẩn bị xong, sau nghi lễ Jetsun nói, "Hôm qua ta đã đi thuyết Pháp cho tất cả chúng sinh trong Sáu Cõi. Khi thấy niềm vui của Thần, người và những ai làm những hành vi thiện, ta cười; nhưng khi ta thấy những cảnh khốn cùng trong ba Cõi dưới, và những ai đắm mình trong những hành vi ác, ta khóc." Rồi Shiwa Aui yêu cầu, "Xin hãy kể những niềm vui và những khốn cùng mà chúng sinh trong Sáu Cõi kinh nghiệm là gì? Nhất là, xin nói cho chúng con, những khoái lạc mà chư Thiên hưởng thụ là gì?" Jetsun đáp, "Đừng để những khoái lạc của chư thiên lôi cuốn; họ cũng có những khốn khổ như vầy":

Con khẩn nguyện các Bậc Ân Từ. Nguyện hãy ôm ấp

Tất cả chúng sinh trong sự gia trì của các ngài!
Những khoái lạc mà người và Thần hưởng thụ
Giống như trò tiêu khiển của con bò Yak cõi Trời (1)
Nó có thể thấp như sấm
Nhưng nó có thể làm được điều gì tốt?

[Ngây ngất trong trạng thái xuất thần],
Chư Thiên trong Bốn Trời Vô Sắc (2)
Không thể phân biệt tốt và xấu.
Bởi vì tâm họ trì trệ và chai lì,
Không nhạy cảm, họ không có tình cảm.
Trong trạng thái mê mờ vô ý thức
Họ sống nhiều kiếp trong một giây.
Đáng thương thay [là họ] không biết như vậy!

Hỡi ôi, những sự sinh ở cõi Trời này
Chẳng có ý nghĩa hay giá trị.
Khi họ nghĩ những ý xấu
Họ lại bắt đầu sa đọa trở lại.
Về lý do họ sa đọa
[Các học giả], với những lời rỗng tuếch,
Miệng họ khô vì giải thích..

Trong các Trời Hữu Sắc, (3) chư Thiên của
Năm Cõi cao hơn và mười hai Cõi thấp hơn
Chỉ có thể sống đến khi công đức cạn.
Những đức hạnh của họ chủ yếu là do duyên,
Và nghiệp của họ căn bản là Sinh Tử.

Những người tu tập Pháp đó tùy thuộc vào
dục vọng thế gian,
Và những "đại hành giả yoga" đó bị bao kín
trong tịch tĩnh,
Song phải thanh tịnh tâm của họ;
To lớn là những tuyên bố và khoa trương của họ,
Nhưng những hạt giống ý nghĩ do tập khí

Cắm rễ sâu trong tâm họ.
Sau một thời gian dài ngủ mơ màng,
Những ý nghĩ xấu sẽ nổi lên trở lại.
Khi công đức và vận may của họ đã cạn,
Họ sẽ đi đến các Cõi thấp hơn một lần nữa!
Nếu ta giải thích những kinh rợn về cái chết
của một vị Thần,
Các con sẽ nản lòng và bối rối.
Hãy giữ điều này trong tâm và luôn luôn thiền định!

Trong tâm thái buồn bã, các đệ tử yêu cầu Jetsun giảng cho họ những đau khổ của A-tu-la. Đáp ứng yêu cầu của họ, ông hát:

Con khẩn guyện với chư Đạo Sư và Đa-ki-ni –
Xin hãy gia trì và khiến cho tất cả có thể
Phát Tâm Bồ-đề.

To lớn thay là những đau khổ của A-tu-la.
Bị những ý nghĩ độc ác dẫn dắt sai lạc,
Chúng đem đến vận xui cho tất cả.
Không biết Tự Tâm chân thật của họ,
Những hành vi của họ là tự lừa dối,
Những cảm giác thô, những thức giác cộc cằn.
Cho rằng tất cả đều là kẻ thù của họ,
Không một phút giây nào
Họ có thể biết được chân lý.
Ác do bản tánh, họ khó có thể chịu đựng bị thua;
Khó hơn nữa cho họ là ấp ủ từ thiện.
Mù quáng do Nghiệp của Tình trạng đang giao chiến,
Họ không bao giờ có thể chấp nhận lời khuyên tốt.

Bản tánh ác như thế là do
Tìm khoái lạc cho riêng mình
Và mang những ý nghĩ ác hại hướng về người khác.
Kiêu hãnh, ưu ái riêng tư, tự cao, và oán hận

Là những Nghiệp lực ác
Lôi người ta đến sinh chỗ thấp hơn,
Làm cho những hành vi phạm tội dễ hơn.
Nghiệp chín muồi mang đến
Sự oán hận bản năng;
Không phân biệt đúng và sai,
Khó có thể giúp họ bằng bất cứ phương tiện gì.
Các đệ tử của ta, hãy ghi nhớ điều này trong tâm.
Và hãy suốt đời kiên trì thiền định!

Shiwa Aui nói, "Bây giờ xin hãy nói cho chúng con về những đau khổ của loài người." Milarepa hát trả lời:

Con đảnh lễ dưới chân Jetsun Marpa –
Phật đội lốt người.

Chúng ta những con người được phú cho năng lực
Để làm những hành vi thiện hay ác,
Đây là vì thân của chúng ta
Được làm bằng tất cả Sáu Đại. (4)

Các con, những Repa trẻ ham muốn làm những đại học giả
Nên biết "hạt và vỏ" của Phật Giáo,
Kẻo học thức chỉ đưa các con đến nhầm lẫn.

Không biết cội nguồn của tâm,
Thiền định bao năm vô ích.
Không chân thành và chí nguyện,
Cúng dường nhiều cũng chẳng có nghĩa thật gì.
Không trợ giúp bình đẳng cho tất cả,
Sự bảo trợ thiên vị là sai.
Không biết lời khuyên đúng cho từng người
Nói chuyện đần độn chỉ đem lại bất bình và phiền phức.

Ai biết cách thích hợp
Giúp những người có khí chất khác nhau,

Có thể dùng những lời thích hợp cho mục đích
Tốt và hiệu quả. Kẻ nào biết ít về mình
Có thể làm hại nhiều do sự ngu ngốc của y.
Khi thiện chí phát sinh trong tâm, đá,
Cây, và tất cả trái đất đều trở thành hạt giống đức hạnh.

Lại những người quá câu nệ không biết làm sao thư giãn;
Con chó tham ăn không biết đói là gì
Đạo Sư mặt dày không biết sợ là gì.
Người giàu là sinh vật khốn khổ vì tiền bạc,
Người nghèo là sinh vật khốn khổ vì không tiền.
Hỡi ôi, có tiền hay không, cả hai đều khốn khổ!
An lạc sẽ đến, các con thân mến,
Nếu các con có thể tu tập Pháp.
Vậy, hãy nhớ lời ta và kiên trì tu tập.

"Thật rất đúng con người đau khổ là như vậy," các đệ tử đồng ý. "Bây giờ xin hãy nói với chúng con về những đau khổ trong Ba Cõi Khốn Cùng, dù cho chỉ nhắc đến thôi cũng có thể gây buồn phiền. Cũng để thúc giục chúng con nỗ lực tinh thần, xin hãy giảng cho chúng con những nguyên nhân và sự thống khổ của Địa ngục." Đáp ứng, Jetsun hát:

Con nguyện chư Đạo Sư bảo vệ của con, con khẩn nguyện
Hãy đánh tan nỗi sợ hãi của những Cõi Khốn Cùng.

Những kẻ vì máu và thịt
Sát hại chúng sinh,
Sẽ bị thiêu trong Tám Ngục Nóng.
Nhưng nếu có thể nhớ được các Giáo Lý tốt,
Họ sẽ sớm được giải thoát.

Những kẻ cướp tàn nhẫn đánh và giết,
Ăn thực phẩm của người khác một cách sai lầm
Trong khi bám chặt lấy của riêng vì tham lam
Sẽ rơi vào Tám Ngục Lạnh.

Song nếu họ không giữ tà kiến trái nghịch với Pháp
Người ta nói rằng sẽ đến lúc giải thoát đến.
[Thánh Thư] cũng nói
Bất cứ khi nào cư dân của Địa Ngục
Niệm danh hiệu Phật,
Lập tức họ sẽ được giải thoát.

Tái phạm mãi những hành vi tội lỗi có nghĩa là
Bị Nghiệp xấu ác thống trị.
Những kẻ tàn ác đầy ham muốn khoái lạc,
Giết người ngay cả cha mẹ và Đạo Sư,
Cướp kho tàng của Tam Bảo,
Bôi nhọ và kết án các Bảo,
Và kết tội Pháp là không thật;
Những kẻ làm ác này sẽ bị thiêu
Trong Ngục Vô Gián, (5)
Hỡi ôi, họ thật cách xa Giải Thoát.
Các con ta, điều này chắc chắn sẽ gây phiền muộn
cho các con,
Vậy hãy ném trọn trái tim mình vào Pháp.
Và hiến mình cho thiền định.

Các Repa nói, "Chỉ nghe những điều khủng khiếp này thôi cũng đủ làm chúng con sợ hãi và buồn phiền đến độ chúng con muốn biết làm sao ai thực sự có thể chịu đựng nổi! Tuy nhiên, vì lợi ích chúng sinh, xin hãy nói với chúng con về những đau khổ của Ngạ Quỉ (Quỉ Đói)." Milarepa hát trả lời:

Con cúi đầu đảnh lễ tất cả chư Đạo Sư. Khẩn nguyện
Hãy bảo vệ những cư dân nơi Địa Ngục
Khỏi sợ hãi bằng từ bi của các ngài!
Đầy thúc ép tự giết mình
Những kẻ ở Địa Ngục không thể chạy trốn sợ hãi.

Ngạ quỉ, thấy tất cả hình tướng là kẻ thù,
Chạy vì mỗi khiếp sợ kế tiếp nhau.

Những dã thú đánh và ăn thịt nhau.
Trong bọn chúng có ai để khiển trách?
Những đau khổ của ngạ quỉ
Phát sinh từ hạ tiện.
Giống như con chuột, kẻ
Không bố thí khi giàu sang,
Miễn cưỡng cho thức ăn khi y có nhiều,
Không cho ai cái gì, nhưng kiểm tra hết,
Đếm và đem cất –
Ngày đêm không bằng lòng.
Vào lúc chết y thấy
Sự giàu sang khó kiếm được của y
Sẽ bị người khác hưởng thụ.
Bị nỗi thống khổ vì mất bắt giữ
Trong Cảnh Giới Trung Gian,
Y sống cuộc sống của một Ma Đói.
Vì những ý nghĩ mê hoặc
Y chịu khổ vì khát và đói.
Khi y thấy của cải của y người khác hưởng thụ
Y bị lòng tham vô độ và thù ghét dày vò.
Như thế y rơi xuống [Địa Ngục] hết lần này đến lần khác.

Ta, đại Hành giả Yoya Hùng Mạnh,
Bây giờ hát cho các con những buồn khổ
Của Ma đói. Các con và đệ tử thân mến của ta
Tụ hội nơi này, hãy nghĩ về
Những lời ta nói và kiên trì thiền định!

Rồi Shiwa Aui yêu cầu, "Bây giờ xin hãy nói cho chúng con về những đau khổ của súc sinh." Vì thế Milarepa hát:

Con đảnh lễ tất cả chư Đạo Sư Thánh Thiện.
Xin hãy bảo vệ
Tất cả súc sinh khỏi sợ hãi bằng từ bi của các ngài!

Hỡi ôi, súc sinh thì vô minh và ngu ngốc;

Đa số người ngu sẽ đầu thai trong bọn chúng.
Mù quáng và nô lệ vì ác Nghiệp,
Kẻ vô minh không biết Chân Lý của Pháp.
Mù quáng đối với ác hạnh và đức hạnh,
Chúng nhanh chóng lãng phí đời mình.
Không thể lý luận và dùng biểu tượng,
Chúng hành động giống như tự động mù lòa;
Không thể phân biệt sai với đúng,
Giống như khùng điên, chúng làm sai nhiều điều.
Vài người còn nói rằng
[Làm súc vật] là tốt,
Vì nó không tiếc nuối và hối hận.
Ôi, nghĩ như vậy thực là ngu xuẩn!

Rồi, tất cả những kẻ sát sinh ngu si
Sẽ đầu thai làm dã thú;
Những kẻ ngu không biết đúng với sai,
Và những kẻ chứa chấp những ý nghĩ ác,
Sẽ đầu thai làm súc vật thông thường.
Khó cho ta miêu tả Nghiệp của chúng,
Nhưng hãy nghĩ về những lời ta nói
Và tu dưỡng tâm mình.

Các Repa lại hỏi, "Thầy đã giảng Pháp cho chúng sinh chỉ tại một nơi duy nhất, hay đã đi đến những vùng khác nhau trong Sáu Cõi để giảng?"

"Tùy theo khả năng, Nghiệp, và nhu cầu khác nhau của chúng sinh," Jetsun đáp, "ta đã tự hiện thân trong những hình tướng khác nhau ở những chỗ khác nhau để giảng Pháp thích hợp cho họ."

Tăng nhân, đệ tử, người bảo trợ, và những người theo dự trong hội chúng đều có ấn tượng sâu xa với sự sợ hãi về những đau khổ to lớn của luân hồi và các Cõi thấp hơn. Với nguyện vọng to lớn hướng về Pháp, tất cả những người đó tận lực từ bỏ tội lỗi và làm những hành vi tốt.

… … …

Một lần khác, Milarepa bay lên trời, biến thân mình từ một thành nhiều, và rồi thu lại thành một. Ông cũng giảng nhiều Pháp khác nhau trong một hình tướng không thể thấy được, và thi triển nhiều phép thần thông.

Khi Sevan Repa thấy Milarepa đang bay ông ta cũng đề khí (giữ hơi thở) và cố gắng bay; nhưng tất cả những gì ông ta có thể làm là bước đi trên mặt đất. Bình luận về việc này, Milarepa nói, "Nếu một người chưa tu tập như ta đã làm, do tôn kính Đạo Sư của ta, kính trọng huynh đệ của ta, từ bỏ luân hồi, thương xót chúng sinh, và tu tập sùng mộ với đại tinh tấn, y không bao giờ nên mong thi triển những phép thần thông này một cách dễ dàng và tự phát. Các con và đệ tử của ta, nếu các con chưa hoàn thành những việc làm khác nhau này tạo đủ nhân [cho Thành Tựu Tối thượng], các con không bao giờ nên mong đạt được nó một cách dễ dàng." Vì thế ông hát:

Nếu không có Nghiệp hay các duyên cần có,
Trong đời này không nên hy vọng thành Phật.
Ai không thể đặt tất cả tin cậy của y nơi Đạo Sư
Không nên mong quan tâm và sự gia trì trả lại.
Ai không thể làm đệ tử mãn nguyện
Không nên mong trở thành Đạo Sư.
Ai không thể làm chủ được tâm mình
Không nên hy vọng dẫn dắt người khác.
Ai không thể giữ được truyền thống Dòng Truyền
Không nên ngưỡng vọng về các Tướng và Thành Tựu.
Ai không thể tu tập tinh tấn
Không nên có những ý nghĩ ước mong thành Phật.
Ai không cắt đứt những mối dây nhị nguyên
Không nên mong Bi Tâm vô lượng.
Ai không thể chặt đứt được sợi xiềng chấp vào thực thể
Không nên mong cái Thấy tự do trọn vẹn.
Ai không thể thấy Tự Tâm trong trần trụi
Không nên mong thấy Chân Tự Tánh.
Ai không biết làm sao tẩy được bất tịnh

Không nên mong Kinh Nghiệm không ngừng.
Ai không thể diệt được ràng buộc bên trong [chính mình]
Không nên mong thư giãn Sáu Thức.
Ai không lão thông trong Định
Không nên mong đại Phổ Hiện.
Ai còn phải nhổ rễ những hy vọng và sợ hãi vi tế
Không bao giờ nên mong đạt Ba Thân.
Ai không thể giữ những luật lệ đạo đức không tì vết
Không bao giờ nên mong an lạc tức thời.
Ai không hoàn thành Hai Lương Thực
Không bao giờ nên mong thành Phật kính tôn.
Ai không thể tuân theo mệnh lệnh, không nên hy vọng
Được biết đến nhiều giữa các anh em.
Ai còn phải làm chủ Tự Tỉnh Giác
Không nên mong thoát khỏi Thiên, ma.
Ai còn phải làm chủ tất cả ngoại tướng
Không nên mong điều hành Ba Giới.
Ai còn phải vượt qua mức thế tục
Không nên ấp ủ ý nghĩ "không thiện và không ác."
Một hành giả yoga đứng đầu tu viện
Không nên chểnh mảng giới luật và đức hạnh.
Ai không hiểu các giai đoạn Kinh Nghiệm,
Không nên cố gắng chứng minh và
Khảo nghiệm những đệ tử tài năng.
Ai không tu tập đầy đủ những Chỉ Dạy Thiết Yếu
Không nên mong đạt Giải Thoát ở Cõi Trung gian.
Ai không thể giữ giới trong trật tự hoàn hảo
Không bao giờ nên mong ước nguyện dễ hoàn thành.
Ai không thể tuân giữ tốt các luật Samaya
Không bao giờ nên mong các Đa-ki-ni
và thần Hộ vệ thích mình.
Ai không có được những Chỉ Dạy Thiết Yếu
Từ luận lý học và các Thánh Thư
Không nên chểnh mảng từ ngữ và biểu tượng.
Ai không có Năm Lực Thần Thông
Không nên tiên đoán dựa vào các dấu hiệu bên ngoài.

Ai không ổn định được Kinh Nghiệm,
Không bao giờ nên chểnh mảng tu dưỡng tâm.

... ...

Một dịp khác, thân của Jetsun trở nên vô hình đối với tất cả những ai đến trước ông. Một vài người thấy ánh sáng, một vài người thấy một ngọn đèn sáng rực chiếu trên giường nằm của ông; những người khác thấy cầu vồng, nước, một thỏi vàng, hay một cơn gió lốc, và những người khác nữa không thấy gì cả. Lúc ấy Repa Shiwa Aui hỏi Jetsun ý nghĩa và lý do đằng sau tất cả những hiện tượng này là gì. Milarepa trả lời ông ta trong bài hát này:

Con nguyện với tất cả chư Đạo Sư –
Nguyện khiến cho con có thể biến thành
nhiều hình tướng.

Hãy lắng nghe Shiwa Aui, con thân mến của ta,
Người tốt như Rechungpa.
Vì ta đã làm chủ được Đất,
Đất bây giờ là một phần của chính ta;
Vì ta đã làm chủ được Nước,
Nước bây giờ là một phần của chính ta;
Vì ta đã làm chủ được Lửa,
Lửa bây giờ là một phần của chính ta;
Vì ta đã làm chủ được Gió,
Gió bây giờ là một phần của chính ta;
Vì ta đã làm chủ được Hư Không,
Tất cả hóa hiện trong Vũ trụ
Hòa hợp và đồng nhất với ta.
Vì ta đã làm chủ được dự phóng của Khí-Tâm,
Ta có thể biến thân ta thành bất cứ hình tướng gì.
Con ơi, nếu con có niềm tin
Nơi những Jetsun Thành Tựu,
Con sẽ thực sự được gia trì
Và những ước nguyện của con sẽ được thực hiện.

... ...

Lại một hôm, Jetsun biến mình thành một thân khác trước mỗi đệ tử và các người bảo trợ của ông, giảng Pháp cho họ. Ông cũng triệu gọi [hô biến] một đứa trẻ chơi đất sét bên cạnh mỗi giảng sư. Tóm lại, ông thi triển nhiều phép thần thông trong nhiều thể loại không thể nghĩ bàn. Các đệ tử hỏi ông lý do tại sao làm thế. Ông đáp, "Ta là một hành giả yoga thấy Tự Tâm mình, như thế ta có thể thay đổi và sử dụng tất cả những hiện thân trong thế giới bên ngoài theo bất cứ hình tướng nào và theo bất cứ cách thức nào tùy ý. Ta cũng có thể phóng và nhân lên tất cả những vật từ tâm ta và đem chúng trở lại tâm." Rồi ông hát:

Con cúi đầu đảnh lễ tất cả chư Đạo Sư.

Khi thân ta có sự gia trì của Đạo Sư,
Nó có thể thị hiện nhiều phép thần thông
Và nhiều biến hóa.
Khi miệng ta thọ nhận sự gia trì của Đạo Sư,
Nó có thể hát những ca khúc trữ tình
Và cho những Chỉ Dạy Thiết Yếu.
Khi tâm ta thọ nhận sự gia trì của Đạo Sư
Nó giác ngộ và là Phật.

Lửa không thể đốt cháy ta, nước không thể nhận chìm ta;
Bước đi như một con voi, ta hành động
Và nhảy múa với niềm tin tưởng lớn.

Với những cảnh giới khác nhau của tâm,
Những người thành tín thấy những hình tướng
khác nhau của ta
Và nghe những giảng dạy khác nhau của ta;
Nhờ vậy họ sẽ đạt được Giải Thoát.
Nhưng những người bất tịnh với Nghiệp xấu
Không thể thấy được thân ta.
Họ phải đau khổ vì tội lỗi của họ –

Ngay cả Phật cũng không thể giúp.
Các con ơi, hãy cố gắng tinh tấn tu tập Pháp.
Ta có thể tiếp tục nói bất tận,
[Nhưng ta có thể cho các con lời khuyên gì tốt hơn?]
Hỡi ôi, hãy thương xót tất cả những người tội lỗi!
Thấy họ bị tước đoạt cơ hội Giải Thoát,
Và chịu tất cả những sầu buồn, tim ta
Phiền muộn và phiền não nhất!
Ôi các bạn, chúng ta hãy cố gắng
Kiên định tu tập sùng mộ của mình.
Hãy quên tất cả những sự vật thế gian,
Để chuẩn bị cho đời kế tiếp!

Nghe bài hát này, tất cả các đệ tử đều phấn khởi với niềm vui to lớn.

[Như thế, và bằng cách này, Jetsun Milarepa] đã làm cho đạo Phật rạng ngời ở Tây Tạng, và đem lại an lạc tạm thời và Tối Hậu cho chúng sinh. Hợp nhất hình tướng và Tâm, giữ miên mật trong khi Thiền Định và sau khi Thiền Định, đại Hành giả Yoga, Milarepa, đã làm lợi ích cho chúng sinh bằng các năng lực thần kỳ và những ca khúc êm dịu hài hòa. Những ca khúc này đã được yêu mến, nhớ và ghi lại bằng cách chép xuống bởi những đệ tử tâm phúc của ông. Phần lớn những ca khúc của Milarepa phổ biến trong thế giới con người, bây giờ được biên tập trong tập sách này. Ích lợi là tuyên bố ở đây rằng sưu tập tất cả vô số những ca khúc của ông là một việc làm hoàn toàn ở bên kia tầm với của chúng tôi.

Đây là câu chuyện về Milarepa thị hiện thần thông để phấn khích các đệ tử, và kết thúc loạt truyện cuối cùng [của *Mila Grubum*].

Ba nhóm truyện trong các chương trước, (6) làm nhiệm vụ của một chương mục tốt về Tám Việc Làm (7) của [Jetsun Milarepa] qua đó ông đã truyền bá Truyền Thừa Tu Tập ở Tây

Tạng và gia trì cho chúng sinh, đã được thuật lại với đầy đủ chi tiết.

HẾT

Chú Thích Chuyện 61

(1) Con bò Yak cõi Trời: một con bò yak truyền kỳ nói nó ở trên cõi Trời (T.T.: lHa.gYag.).

(2) Bốn Trời (hay Cõi, Xứ) Vô Sắc (T.T.: gZugs.Med.sKye. mChed.bShi.) là: (a) Cõi Hư không Vô biên; (b) Cõi Thức Vô biên; (c) Cõi Vô Sở hữu ; (d) Cõi Phi Thức phi Phi thức. Các Trời Vô Sắc này được coi là những cõi Trời cao nhất trong luân hồi; chỉ những ai đạt được các Định rất cao là có thể được sinh ra trong các Cõi này. Tuy nhiên, theo Phật Giáo, sinh trong các cõi Trời này sẽ không đem lại cho người ta sự Giải Thoát, vì thế nó chỉ lãng phí thì giờ.

(3) Các Trời Hữu Sắc (T.T.: gZugs.Khms.Kyi.lHa.): Trong Cõi này, người ta nói, có 17 Trời, là:

(1) Brahmapariṣadya, (2) Brahamapurohita, (3) Mahābrahmā. (Ba Trời này thuộc về các Trời Thiền-na Thứ nhất.)
(4) Parīttābha, (5) Apramāṇābha, (6) Ābhāsvara.
(Ba Trời này thuộc về các Trời Thiền-na Thứ nhì.)
(7) Parīttaśubha, (8) Apramāṇaśubha, (9) Subhakṛtsna.
(Ba Trời này thuộc về các Trời Thiền-na Thứ ba.)
(10) Anabhraka, (11) Puṇyaprasava, (12) Bṛhatphala, (13) Avṛha, (14) Atapa, (15) Sudṛsa, (16) Sudarśana, (17) Mahāmaheśvara.
(Tám Trời này thuộc về các Trời Thiền-na Thứ tư.)

(4) Sáu Đại: các nguyên tố đất, nước, lửa, không khí [gió], hư không, và thức. So sánh với chúng sinh ở các cõi Trời, con người được cho là sở hữu nhiều nguyên tố hơn. Ví dụ, trong các Trời Hữu Sắc, chúng sinh không có các nguyên tố đất, nước, và lửa.; và trong các Trời Vô Sắc, chúng sinh không có các nguyên tố đất, nước, lửa, không khí, và hư không, bởi vì họ chỉ sở hữu nguyên tố thức.

(5) Ngục Vô Gián (T.T.: mNar.Med. dMyal.Wa.): người ta nói rằng cư dân của Địa ngục này đau khổ vì bị tra tấn không ngừng, trong khi ở các ngục khác, có thể có sự giảm bớt đau đớn tạm thời.

(6) Theo người biên tập, sách này, *Mila Grubum*, gồm có ba nhóm truyện. Nhóm truyện thứ nhất là những chuyện về Milarepa chinh phục và cải hóa những ác quỉ – các Chuyện 1 đến 8; nhóm thứ nhì là những chuyện về Milarepa và những đệ tử tài năng của ông – các Chuyện 9 đến 44; và nhóm thứ ba là những chuyện thuộc các phạm trù khác nhau – các Chuyện 45 đến 61. Xem những đoạn cuối của các Chuyện 8 và 44.

(7) Tám Việc Làm (T.T.: mDsad.Pa.brGyad): Đây là Tám Việc Làm nổi tiếng của Phật, thực hiện trong tám giai đoạn của cuộc đời Ngài. Đó là: (1) giáng xuống từ Trời Đâu suất (Tusita); (2) nhập vào tử cung của mẹ; (3) sinh ra; (4) từ bỏ thế gian; (5) chinh phục quỉ thần; (6) đạt Giác Ngộ Vô thượng; (7) chuyển Pháp luân (giảng dạy); và (8) [nhập] Niết Bàn.

LỜI CUỐI SÁCH

Trên đôi cánh Trí Tuệ và
Thiện Xảo hùng mạnh,
Người đã bay lên bầu trời Thành Tựu
Tối thượng, với tâm
Vô giá và thanh tịnh như Thiên tâm.

Người là Đức Jetsun Mila
Đã nhảy múa và ca hát với niềm vui
Trong vở kịch Pháp Giới.
Với tâm kiên cố như kim cương
Người dựng lá cờ Hai Thành Tựu (Siddhis).
Với Người, Kim Cương bất biến,
Với tiếng cười
Rung chuyển trời và người
Con tỏ lòng tôn kính chân thành nhất!

Đọc chuyện đời Người, người ta sẽ được lợi ích,
Nghe tên Người, người ta sẽ thoát được khổ đau;
Sẽ được ban cho năng lực
Thành Phật trong đời này.
Với những ai nhớ và tôn kính,
Người là ngọc như ý, kẻ mở cửa kho tàng vô song,
Đại Phù Thủy, con cháu của Dòng Truyền dũng cảm.

Bất cứ ai có ý thức đọc các chuyện về Người
Sẽ được phấn khởi với ước mong theo Người.
Những ai đọc, nghe, suy nghĩ, và chạm đến
Sách này, tất cả sẽ được lợi ích lớn.
Với điều này trong tâm, để truyền bá Pháp
Chueji Jangtse thành tín đã sắp xếp bản gỗ

Để xuất bản ấn bản cũ của sách này.
Với công đức này cầu mong tất cả
Chúng sinh theo Milarepa,
Cho đến khi họ thành Phật.
Cầu cho tất cả những ai có được sách này, mãi mãi
Sinh ra trong Dòng Truyền Tối Thượng Thừa.
Cầu cho tất cả gặp được Đạo Sư toàn hảo,
Hãy nương tựa vào Người
Và thương yêu Người như đôi mắt của mình –
Như Milarepa một lần đã làm trong đời.
[Bằng công đức xuất bản sách này],
Cầu mong tất cả các Trường Phái Phật Giáo,
Kinh Điển và Mật Điển,
Kinh thư hay Sùng mộ, thịnh vượng và lan xa.
Cầu cho tất cả các bậc lãnh đạo tôn giáo
mọi nơi trường thọ.
Cầu cho tất cả những giảng sư của tất cả
Tông phái đồng lòng
Với nhau trong ánh sáng Pháp.
Cầu cho tất cả những người bảo trợ Phật Giáo được
thịnh vượng và năng lực.
Cầu cho tất cả mọi người hoàn thành việc chuẩn bị của họ
Và sớm Nhập vào Con Đường tối thượng duy nhất
của Kim Cang Thừa!
Trong Cung điện Hai-trong-Một của các Đa-ki-ni,
Cầu cho họ sớm thành Phật Mười Hoàn Thiện!

Do nhiệt tâm yêu cầu của người thực hành từ thiện (sGrub. Pa.Po.), tôi, tu sĩ Jhambar Rolbi Lhodroe, viết những ước nguyện cát tường này. Cầu mong tất cả những Ước Nguyện tốt của chúng ta, cả nhất thời và vĩnh viễn, sớm thành hiện thực.

PHỤ LỤC

"TRĂM NGÀN CA KHÚC CỦA MILAREPA," NGUỒN GỐC, BỐI CẢNH, NHIỆM VỤ, VÀ DỊCH THUẬT

Garma C. C. Chang

Mila Grubum, (1) hay "Trăm Ngàn Ca Khúc của Milarepa," có lẽ là kiệt tác xuất sắc nhất của văn học Tây Tạng. Nội dung phong phú, chuyện kể lôi cuốn, phong cách đặc trưng, tất cả tiết lộ qua cách diễn đạt đơn giản song hình ảnh linh động, đã nắm bắt trái tim và tâm trí của người Tây Tạng từ mọi bước đường đời trong tám thế kỷ qua, cung cấp cho họ sự khuyên giải, nguồn vui và cảm hứng bất tận. Người ta đọc nó như đọc tiểu sử của một bậc thánh, một sách hướng đạo cho sùng mộ tinh thần, một cẩm nang của Yoga Phật Giáo, một tập thơ ca, và còn là một sưu tập của những chuyện dân gian và thần tiên của người Tây Tạng.

Khi giới thiệu thánh thư yêu dấu này của người Tây Tạng, tôi đã quan tâm một cách tự nhiên e rằng tôi làm điều bất công đối với nó do sự trình bày sai lầm có thể xảy ra – và ngay cả sự bất kính nữa. Tôi có khuynh hướng tin rằng sự giới thiệu đúng đắn cho một quyển sách thuộc loại này nên bám vào "phong cách bản xứ" càng sát càng tốt, vì không ai biết rõ hay cảm thấy thân mật với chủ đề của *Mila Grubum* hơn chính những người chủ của quyển sách ấy – người dân Tây Tạng, những người thừa kế nó và sống với nó hằng bao thế kỷ. Với niềm tin này trong tâm, tôi giới thiệu quyển sách này với độc giả dưới ba đề mục:

(1) Cuộc đời và sự đóng góp của Milarepa
(2) Giáo lý cốt tủy của Mật Giáo Tây Tạng
(3) Việc dịch thuật

CUỘC ĐỜI VÀ SỰ ĐÓNG GÓP CỦA MILAREPA

Milarepa, vị thánh Phật Giáo và thi sĩ vĩ đại của Tây Tạng, sinh năm 1052 sau K.N. (2) và mất năm 1135. Tuổi trẻ của ngài đầy bất hạnh và đau buồn. Theo sau cái chết sớm của người cha, những thân nhân phản bội và vô liêm sỉ đoạt lấy di sản to lớn của ngài. Sau nhiều năm lao động cực khổ, nghèo đói, và khổ nhục, cuối cùng ngài đã được mẹ ngài thuyết phục báo thù những người đã làm những việc sai lầm bằng huyền thuật, vì họ có quá nhiều quyền lực, không thể thắng họ bằng các phương tiện thông thường. Ngài đã thành công đạt được một chú thuật đầy quyền năng, qua sự chân thành hiến dâng và phục vụ cho một thầy phù thủy, bằng phương tiện ấy ngài đã sát hại nhiều thân nhân và phá hoại rất nhiều hoa màu trên thung lũng bản xứ bằng những trận mưa đá.

Sau đó không lâu, ngài hối hận vì những hành vi tội lỗi của mình và quyết tâm tìm sự cứu chuộc bằng cách dâng hiến quãng đời còn lại của mình cho tu tập Pháp. Mặc dù ngài đã được một lạt-ma giác ngộ khai thị đi vào những giáo lý thâm sâu của "Đại Hoàn Thiện" (T.T.: rDsogs.Pa.Chen.Po.), những hình bóng của tội lỗi và sự kiêu hãnh vẫn làm cho ngài không thể tạo được bất cứ tiến bộ tinh thần nào. Rồi vị lạt-ma ấy gửi ngài đến vị Đạo Sư nổi tiếng – Marpa Dịch giả – vừa từ Ấn Độ trở về sau nhiều năm nghiên cứu và tu tập ở đó.

Vào ngày trước khi Milarepa đến, cả Tổ Marpa và vợ ông ta đã mộng thấy các nữ thần tiên tri về sự đến của người đệ tử mà một ngày nào đó sẽ trở thành bậc thầy vĩ đại nhất của Tây Tạng, đem sự cứu độ đến cho vô số chúng sinh, đem lại sự Giác Ngộ cho vô số tín đồ của Pháp, và làm vinh quang cho giáo pháp không tì vết của Phật Giáo.

Nhận thức những tội lỗi của Milarepa và những khả năng vĩ đại tiềm tàng của ngài, và muốn tẩy sạch tất cả những chướng ngại, mà nếu không, có thể ngăn chận sự phát triển tâm linh của ngài, Tổ Marpa không ngớt thử thách ngài bằng cách đặt lên người ngài những khổ hành nghiêm trọng về thể xác và tâm trí.

Milarepa được lệnh xây, chỉ một mình, hết ngôi nhà này đến ngôi nhà khác trên một hòn núi hoang vu, rồi kéo sập nó xuống không một lý do gì rõ rệt. Bù lại những năm dài phục dịch, hiến mình, và vâng lời Tổ Marpa, Milarepa chỉ nhận được sự lăng nhục và đối xử thô bạo bất công. Cuối cùng, Milarepa được chấp nhận làm đệ tử, và được ban cho những chỉ dạy từ lâu mơ ước. Rồi trong mười một tháng liên tiếp, ngài đã thiền định một mình trong một cái hang, nơi cuối cùng ngài đã đạt được Chứng Ngộ trực tiếp và sự thành đạt khởi đầu trên Đường Bồ-đề.

Vào lúc ấy, Milarepa đã cách biệt gia đình trong nhiều năm. Một hôm, khi đang thiền định trong hang, ngài rơi vào giấc ngủ và mộng thấy mình trở về nhà và thấy hài cốt của mẹ nằm trong căn nhà đổ nát. Lúc ấy ngài nghĩ rằng bà đã chết trong khi ngài vắng mặt đã lâu. Ngài thấy người em gái duy nhất của mình là một người ăn xin lang thang không nhà, ngôi nhà và đồng ruộng của ngài đã hoang tàn và mọc đầy cỏ dại. Ngài tỉnh giấc và khóc cay đắng, gọi tên mẹ và em gái, chiếc gối của ngài ướt sũng nước mắt.

Buồn rầu cắn rứt và khao khát gặp mẹ, ngài từ giã sư phụ Marpa trở về làng quê, nơi đây tất cả những điềm báo trước trong giấc mộng của ngài được chứng thực. Chứng kiến sự hiện hữu đầy đau đớn của con người không chỗ nương tựa và phù phiếm bị tiêu tan dần mòn trong sự biến mất nhanh chóng, một nỗi thống khổ vì ham muốn từ bỏ thế gian bóp chặt trái tim ngài. Ngài đã lập trọng thệ rằng ngài sẽ thiền định trong núi non hẻo lánh một cách không gián đoạn cho đến khi nào đạt được Giác Ngộ Tối Hậu.

Ngài đã giữ lời thệ nguyện này. Trong mười hai năm liên tục, ngài đã thiền định một mình trong hang núi, chỉ sống bằng cây tầm ma, cho đến khi toàn thân ngài trở thành màu xanh. Kết quả của nỗ lực liên tục này, cuối cùng ngài đã có được phần thưởng – nhận ra sự Giác Ngộ Tối Hậu. Sau đó, danh tiếng của ngài dần dần lan ra khắp cả Tây Tạng và Nepal. Trong những năm sau này, ngài được tất cả người Tây Tạng gọi là "Jetsun Milarepa" ("Milarepa Thánh Thiện") và đến ngày nay được

xem một cách không tranh cãi là thi sĩ, hành giả yoga, và bậc thánh vĩ đại nhất trong lịch sử Tây Tạng.

Milarepa có giọng hát hay, và yêu thích hát. Ngay cả khi còn là một cậu bé, ngài đã được những người đồng hương xem là một ca sĩ thượng hạng của dân ca. Thành Thánh và Giác Ngộ chỉ làm cho ngài hát nhiều hơn và vui vẻ hát hơn trước. Khi nào những người bảo trợ và các đệ tử của ngài yêu cầu hay hỏi ngài một câu hỏi, hay có cuộc tranh luận nổi lên, ngài đã trả lời họ không phải bằng văn xuôi nhàm chán mà bằng những bài thơ tuôn chảy tự do hay những ca khúc trữ tình sáng tác tự phát. Không ai biết có bao nhiêu ca khúc hay "bài thơ" ngài đã "sáng tác" trong đời ngài. Người Tây Tạng tin rằng có gần một trăm ngàn bài. Lời tuyên bố này có thể không phải phóng đại, nếu chúng ta cho rằng suốt hầu hết nửa cuộc đời của Milarepa là những ca khúc để thông tin những ý tưởng của ngài trong những lời dạy và những cuộc đàm thoại. Ngay cả nếu chúng ta giảm bớt lời tuyên bố dường như phóng đại này, thì chúng ta cũng phải thừa nhận rằng ngài là "tác giả" phong phú phi thường của những ca khúc. Vì ngài không có sự khó khăn nào trong sáng tạo một ca khúc mới vào bất cứ lúc nào, vì trong thiên tài của tâm giác ngộ của ngài, là nguồn suối cảm hứng bất tận.

Trong các ca khúc của mình, Milarepa đã để lại cho chúng ta một kho tàng tin tức giá trị về kinh nghiệm yoga cá nhân của ngài, lời khuyên và chỉ dạy về các vấn đề tu tập thiền định. Đối với những hành giả yoga và những người tu tập Pháp nghiêm túc, chúng quả thật là một sự hướng dẫn quí nhất. Những văn viết có tính cách suy lý và học giả thì có quá nhiều trong văn học Phật Giáo, nhưng rất hiếm khi người ta có thể tìm được một tập có sự sống đầy sinh lực như thế, phát sinh ra một từ lực sáng ngời, hùng mạnh đủ để đánh tan bóng tối sầu muộn, mang hy vọng và niềm vui đến cho tất cả.

Không giống như nhiều nhà lãnh đạo tôn giáo, tận dụng sức mình để sáng tạo những Dòng tu mới, Milarepa không bao giờ cố gắng xây dựng chùa chiền, thành lập đoàn nhóm, hay dựng

một tổ chức thuộc loại này hay loại khác, mà chỉ trung thành theo những giáo lệnh của Đạo Sư của ngài bằng cách sống đời sống của một hành giả yoga khất sĩ đích thực trong núi non hẻo lánh, đời sống của một người hát rong, lang thang từ nơi này đến nơi khác để giảng dạy thánh Pháp qua các ca khúc của ngài. Cũng khác với những tăng nhân học giả bác học và những hành giả yoga Mật Giáo giáo điều, những người bám vào ý niệm và lời nói hay các nghi lễ đầy hình thức, Milarepa ném tung tất cả những nghiên cứu Phật Giáo thông thái và những nghi thức Mật Giáo cồng kềnh, mà đi thẳng vào Phật Tánh bằng cách hiểu đơn giản và tu tập kiên trì. Kết quả, lời dạy của ngài cũng chính xác, trực tiếp, và đơn giản hơn những giáo lý Mật Giáo qui ước, đáng được gọi là lời dạy tinh hoa của Phật Giáo thực tiễn. Mặc dù Milarepa bị một số học giả vào thời ngài ganh tị chế diễu là một nhà ẩn tu dốt nát không biết gì về Phật Giáo, lịch sử đã chứng minh rằng những lời dạy của ngài hơn xa và có ảnh hưởng nhiều hơn giáo lý của bất cứ một học giả có học thức Phật Giáo nào vào thời ngài.

Qua sự miêu tả rõ ràng về cuộc đời mình, Milarepa đã nêu lên cho tất cả tín đồ Phật Giáo một tấm gương của một Bồ-tát hoàn thiện, một mô hình về đời sống không suy đồi của một hành giả thiên tài của Mật tông Phật Giáo. Đời ngài là một chứng từ không thể nhầm lẫn cho sự hợp nhất và tương tùy của tất cả giáo lý Phật Giáo – Trưởng Lão (Theravada), Đại Thừa, và Kim Cương Thừa, vì Phật Tánh không thể đạt được nếu thiếu một trong ba loại này. Ngài làm cho tất cả rõ ràng rằng nghèo không phải là một thứ bóc lột, mà đúng hơn là con đường cần thiết của tự giải thoát mình khỏi bạo lực của những sở hữu vật chất; rằng tu tập Mật Điển hoàn toàn không ám chỉ sự phóng túng và suy đồi, mà là lao động khó nhọc, giới luật nghiêm túc, và kiên trì vững chắc; rằng không quyết tâm từ bỏ và kỷ luật không khoan nhượng, như chính đức Phật Cồ-đàm đã nhấn mạnh, tất cả những ý niệm cao cả và những hình tượng sáng ngời miêu tả trong Đại Thừa và Phật Giáo Mật Tông không gì khác hơn những ảo ảnh hoa mỹ.

Milarepa là một trong số rất ít những vị thánh Phật Giáo mà giáo lý được truyền đã sản sinh ra nhiều người giác ngộ hơn bất cứ vị thánh nào trong các Tông phái Phật Giáo Đại Thừa, trừ Phật Giáo Thiền (Ch'an) ở Trung hoa. Huệ Năng, người sáng lập Thiền, có lẽ là hình ảnh duy nhất trong lịch sử Phật Giáo mà ảnh hưởng và sự đóng góp, trong nhiều khía cạnh, có thể sánh với Milarepa.

Hai bậc đại hiền giả này cũng có chung rất nhiều điểm giống nhau. Cả hai người đều nhấn mạnh sự tu tập thực tế và Chứng Ngộ trực tiếp, và trong cả hai trường hợp, các giáo lý của họ đều có đặc trưng đơn giản và trung thực. Nhưng giáo lý của Milarepa dường như triệt để, đầy đủ, và "tiên tiến" hơn giáo lý của Huệ Năng bởi vì, không như Huệ Năng, người đã đặt tất cả sự nhấn mạnh lên Bát-nhã-ba-la-mật-đa, Milarepa nhấn mạnh *tất cả* những giáo lý cốt yếu của Phật Giáo. Về sự nhấn mạnh tầm quan trọng của Pháp Thân (Dharmakāya), cả hai giống nhau, nhưng trong lời dạy về hai Thân (Kāya) kia – sự thị hiện và động lực của Phật Tánh [Hóa Thân và Báo Thân]– giáo lý của Milarepa dường như toàn triệt hơn. Như thế, qua tấm gương sống của ngài, Milarepa giảng dạy và chứng minh sự hợp nhất và tương tùy của tất cả các giáo lý nòng cốt của Phật Giáo. Trong nhiều đóng góp quan trọng của ngài, đây có lẽ là đóng góp to lớn nhất và độc đáo nhất trong tất cả.

Những ai nghiêm túc quan tâm đến cuộc đời và tác phẩm của Milarepa cũng nên đọc một tác phẩm Tây Tạng quan trọng khác, "The Jetsun Milarepa *"Khabum"* hay *"Namthar"* – "Tiểu sử của Milarepa," do cố Lạt-ma Kazi Dawa-Samdup dịch và do Tiến sĩ W. Y. Evans-Wentz hiệu đính cùng với Lời Giới Thiệu và chú thích, dưới nhan đề "Tibet's Great Yogi, Milarepa" [Milarepa, Đại Hành giả Du-già Tây Tạng], (Oxford University Press xuất bản, 1951).[4] Nghiên cứu cẩn thận tác phẩm tình tiết này không những mở rộng sự hiểu của người đọc về cuộc đời và tác phẩm của Milarepa, mà còn đem lại cho họ sự hiểu biết bao quát hơn về tinh thần và giáo lý của Phật Giáo Tây Tạng.

---

[4] Cũng xem "*Milarepa, Con Người Siêu Việt*," ND.

GIÁO LÝ CỐT TỦY CỦA MẬT GIÁO TÂY TẠNG

Sẽ có được một hiểu biết tốt hơn và thâm cảm sâu hơn về những ca khúc của Milarepa, nếu có được một kiến thức tốt về Phật Giáo nói chung, và một lãnh hội khá về Mật Giáo Tây Tạng nói riêng. Để giúp những ai không thể có được một bối cảnh như thế, một tóm lược ngắn về các giáo lý thiết yếu của Mật Giáo Tây Tạng sẽ được trình bày trong những trang tiếp theo. Tin tức về Phật Giáo tổng quát không bao gồm ở đây, vì điều này có thể có được một cách dễ dàng từ các nguồn có thể dùng được cho mọi người. Không cần nói ai cũng biết, là một tóm lược ngắn thì không đủ để biểu hiện các nội dung mênh mông và bao hàm của Mật Giáo Tây Tạng. Do đó, người ta không thể mong lượm lặt từ những dòng ngắn ngủi này nhiều hơn một ám chỉ về các nguyên lý nền tảng, cốt yếu.

Mật Giáo Tây Tạng là một hình thức Phật Giáo thực nghiệm có nhiều phương pháp và kỹ thuật thực hiện sự tu tập của tất cả các giáo lý Đại Thừa. Trái với các hình thức Phật Giáo "lý thuyết," như Kinh lượng bộ (Sautrāntikā), Tì-bà-sa (Vaibhā-ṣika), Trung quán (Mādhayamika), Duy Thức (Yogācāra), Hoa nghiêm, Thiên thai, v.v…, Mật Giáo Phật Giáo đặt phần lớn sự nhấn mạnh trên *Tu tập* và *Chứng Ngộ*, hơn là trên những suy lý triết học. Những nguyên tắc và thực hành chính của nó có thể tóm lược như sau:

1. Tất cả tồn sinh và hóa hiện có thể tìm thấy trong kinh nghiệm của một người, kinh nghiệm này ở bên trong tâm của một người, Tâm là suối nguồn và tác nhân của tất cả sự vật.

2. Tâm là một phức thể mênh mông vô cùng, sâu xa vô lượng của những điều kỳ diệu, sự mênh mông và thâm sâu của nó thì không thể vào được đối với những người không được khai thị.

3. Người nào đã đến được chỗ triệt ngộ và làm chủ hoàn toàn tâm mình là một vị Phật, và những ai không được như thế là chúng sinh không giác ngộ.

4. Trong yếu tánh, chúng sinh và Phật đồng nhất. Phật là chúng sinh đã giác ngộ, và chúng sinh là Phật chưa giác ngộ.

5. Tâm-Phật vô cùng, ôm trùm tất cả này ở bên kia tri thức và các thuộc tính. Định nghĩa hay nhất và gần gũi nhất có thể là:

"Tâm-Phật là
ĐẠI TỈNH GIÁC QUANG MINH TỊCH CHIẾU."

6. Ý thức của chúng sinh là sự tỉnh giác có giới hạn; ý thức của một hành giả yoga tiên tiến là sự tỉnh giác chiếu sáng; ý thức của một Bồ-tát đã giác ngộ là sự tỉnh giác quang minh tịch chiếu; và ý thức của Phật là ĐẠI TỈNH GIÁC QUANG MINH TỊCH CHIẾU.

7. Tất cả mọi giáo lý Phật Giáo chỉ là những sự "nâng cao," chuẩn bị, và hướng dẫn đưa người ta đến sự khai mở của ĐẠI TỈNH GIÁC QUANG MINH TỊCH CHIẾU.

8. Bi tâm vô lượng, công đức, và những điều kỳ diệu sẽ tự động đến khi Tâm-Phật khai mở hoàn toàn.

9. Để khai mở Tâm-Phật này, hai phương thức hay Con Đường được cung cấp cho những cá nhân có khí chất khác nhau: Con Đường Phương Tiện, và Con Đường Giải Thoát. Phương thức trước nhấn mạnh sự tiến gần Phật Tánh qua tu tập thuần hóa Khí (Prāṇa), và phương thức sau là sự tiến gần qua tu tập thuần hóa Tâm. Tuy nhiên, cả hai phương thức đều đặt căn bản trên sự thật hiển nhiên về TÍNH ĐỒNG NHẤT CỦA

TÂM VÀ KHÍ (3) (T.T.: Rlun.Sems.dWyer.Med.), mà nó là định lý nền tảng của Mật Giáo.

Nguyên lý của Tính Đồng Nhất của Tâm và Khí có thể nói một cách vắn tắt như thế này: Thế giới bao gồm và được làm bằng nhiều đối lực khác nhau trong hình thức "phản đề" của tính quan hệ – tích cực và tiêu cực, bản thể và hiện tượng, tiềm năng và hiển hiện, hoạt lực và tánh không, Tâm và Khí, và những cái tương tự như thế. Mỗi một cặp nhị nguyên đối đãi, dù có tính cách phản đề một cách hiển nhiên, là một nhất thể không thể phân ly. Các lực đối đãi mà chúng ta thấy chung quanh chúng ta, thực tế, là một "thực thể" hiển hiện trong hai hình thức hay giai đoạn khác nhau. Vì thế, nếu ý thức hay Tâm của một người không kỷ luật, thuần hóa, biến đổi, mở rộng, chiếu sáng, thăng hoa, thì Khí của y cũng như vậy, và ngược lại. Sự tu tập nhấn mạnh sự thuần hóa Khí gọi là "Yoga Hữu Tướng," hay là "Con Đường Phương Tiện." Sự tu tập nhấn mạnh sự thuần hóa Tâm gọi là "Yoga Vô Tướng," hay "Con Đường Giải Thoát." Cái trước là một kiểu tu tập Yoga có tính chất nỗ lực, và cái sau là một kiểu tu tập tự nhiên và không nỗ lực, được biết như là Đại Thủ Ấn. (4)

(1) ***Con Đường Phương Tiện***: Tu tập Con Đường Phương Tiện gồm có tám bước như sau:

(A) Tu dưỡng những ý nghĩ vị tha, và tu luyện căn bản theo các giới luật Bồ-tát.

(B) Bốn tu tập chuẩn bị căn bản, gồm:
   (a) Một trăm ngàn lễ lạy chư Phật. Phương pháp tu tập này có mục đích tẩy sạch tất cả các tội và chướng ngại của thân, như thế khiến người tu có thể thiền định không bị khiếm khuyết do những chướng ngại của thân.
   (b) Tụng một trăm ngàn lần lời nguyện sám hối. Khi được thực hiện đúng, phép tu này tẩy sạch các

chướng ngại và tội lỗi của tâm, tẩy sạch tất cả những chướng ngại của tâm có thể ngăn chận sự tiến bộ tinh thần.

(c) Tụng một trăm ngàn lần lời khẩn nguyện với vị Đạo Sư của mình của Phép tu Yoga Đạo Sư. Điều này mang lại sự bảo vệ và gia trì của vị Đạo Sư.

(d) Thực hiện một trăm ngàn Cúng dường Đặc biệt. Điều này sẽ tạo những thuận duyên cho sự sùng mộ của mình.

(C) Phép tu Yoga Phật Hộ Trì, một pháp tu luyện để nhận diện và hợp nhất mình với một vị Phật linh thiêng do Đạo Sư chỉ định. Yoga này gồm có niệm chú (mantra), quán tưởng, nhiếp tâm, và tập thở.

(D) Hình thức cao hơn của những phép luyện thở và những phép tu tập phát sinh đồng thời và tùy thuộc, gồm các Yoga Mộng, Yoga chuyển hóa, Yoga Hợp nhất, và Yoga Ánh sáng – thông thường được biết như là các Yoga Hoàn Thiện.

(E) Dẫn Tâm-Khí (T.T.: Rlun.Sems.) vi tế vào Kênh Giữa, như vậy tuần tự khai mở bốn Xa Luân (Cakra: trung khu 'tâm thần') chính và chuyển hóa ý thức thế tục thành Trí Tuệ siêu việt.

(F) Áp dụng năng lực của Tâm-Khí để mang lại hay làm biến mất theo ý muốn, sự chết, Cảnh Giới Trung Gian (Bardo), và cảnh giới tái sinh của một người, như thế đạt được sự giải thoát khỏi luân hồi.

(G) Áp dụng năng lực của Tâm-Khí để làm chủ những biểu hiện dự phóng của tâm.

(H) Thăng hoa và hoàn thiện Tâm-Khí thành Ba Thân của Phật Tánh.

(2) ***Con Đường Giải Thoát***, hay Yoga Vô Tướng là phương thức đơn giản nhất và trực tiếp nhất tiến đến Tâm-Phật. Nó là một phép tu tự nhiên và tự phát, lướt qua nhiều sự chuẩn bị, luyện tập kịch liệt, và ngay cả những giai đoạn kế tiếp nhau như được thiết định trong các kiểu Yoga khác. Tinh yếu của nó gồm trong khả năng của Đạo Sư đem lại cho người đệ tử cái thoáng thấy Tâm Phật Bẩm Sinh của y trong trạng thái nguyên thủy và tự nhiên của nó. Với "kinh nghiệm thoáng thấy" khởi đầu và trực tiếp này, người đệ tử dần dần biết cách duy trì, mở rộng, và làm sâu cái ngộ của mình cho đến khi nó nở hoa trong Giác Ngộ Viên mãn. Phép tu này gọi là Đại Thủ Ấn (Māhamudrā).

(A) Những cái thoáng thấy đầu tiên này về Tâm Bẩm Sinh có thể đạt được hoặc qua tự tu tập Yoga Đại Thủ Ấn, hoặc qua sự chứng minh "Chỉ Ra" của Đạo Sư. Cách trước là theo sự chỉ dạy của Đạo Sư và thiền định một mình; cách sau gồm trong sự nỗ lực của Đạo Sư để khai mở tâm của người đệ tử một cách tức thời. Tuy nhiên, cả hai cách đều đòi hỏi sự tu tập liên tục Yoga Đại Thủ Ấn để làm sâu và hoàn thiện kinh nghiệm của một người.

(B) Giáo lý chủ yếu của Đại Thủ Ấn gồm có hai điểm chính: thư giãn và không nỗ lực [không dụng công]. Tất cả những đau đớn và dục vọng đều có bản chất căng thẳng. Trái lại, Giải Thoát là một cái tên khác cho "sự thư giãn hoàn toàn." Tuy nhiên, bị các thói quen hình thành lâu đời thống trị, những người trung bình thấy nó khó khăn nhất, nếu không phải là hoàn toàn không thể được, đạt đến cảnh giới thư giãn thâm sâu; vì vậy những sự chỉ dạy và tu tập đều cần để làm cho họ có thể đạt đến một cảnh giới như thế. Do đó, mối quan tâm tiên khởi của Đại Thủ Ấn là chỉ dạy hành giả yoga làm cách nào để thư giãn tâm và như thế khiến y đi đến sự khai mở Tâm Bản Nhiên của mình. Một cách nghịch lý,

> không nỗ lực còn khó đạt hơn cả thư giãn. Nó đòi hỏi sự tu tập lâu dài để trở thành "không nỗ lực" trong tất cả mọi lúc và trong tất cả mọi hoàn cảnh. Nếu một người có thể giữ tâm mình lúc nào cũng thư giãn, tự phát, và không chấp trước, Tâm-Phật Bẩm Sinh của y sẽ sớm tỏa sáng trên y. [5]

(3) ***Con Đường Phương Tiện và Con Đường Giải Thoát***, chỉ hiện hữu trong các giai đoạn đầu. Ở các giai đoạn cao, hai Con Đường này hội tụ và trở thành một. Đối với một hành giả yoga ở giai đoạn cao, để thúc đẩy sự tiến bộ tâm linh của mình, y có thể tu tập hoặc cả hai giáo lý cùng một lúc hoặc dùng cái này bổ túc cho cái kia. Đa số các đại hành giả yoga Tây Tạng tu tập cả hai Con Đường, như Milarepa đã làm.

VIỆC DỊCH SÁCH NÀY

Theo chỗ biết tối đa của dịch giả, *Mila Grubum*, hay "Trăm Ngàn Ca Khúc của Milarepa" chưa bao giờ được dịch một cách đầy đủ từ Tạng ngữ sang bất cứ một ngôn ngữ nước ngoài phổ biến nào. Tuy nhiên, có những bản dịch năm bảy phần của tác phẩm khả dụng trong một thời gian. Nhiều độc giả có tâm tư và thích thú có thể tò mò tại sao một tác phẩm quan trọng như thế lại không được ai dịch trọn vẹn. Có nhiều lý do cho vấn đề này. Ngoài sự sâu xa của chính tác phẩm, một số khó khăn về kỹ thuật liên hệ. Các học giả Phật học Tây Tạng không thấy khó khăn lắm trong việc dịch theo lối qui ước các Kinh (Sūtras) và Luận (Śāstras) vì tất cả những tác phẩm đó được viết với những thuật ngữ, ngữ cú, và bút pháp đã được thiết định. Những đoạn văn bí ẩn khó hiểu của một bản văn Tạng ngữ có thể được viết theo lối ám hiệu bằng phương tiện nghiên cứu so sánh với bản tương đương bằng tiếng Trung hoa hay tiếng Phạn. Nhưng điều

---

[5] Về phương pháp tu tập Yoga Đại Thủ Ấn, xem *Sáng Tỏ Tâm Bình Thường* - ND.

này không xảy ra trong trường hợp của *Mila Grubum,* ngôn ngữ, bút pháp, và đề tài của nó, trong nhiều cách, khác hẳn với các bản văn theo qui ước của Phật Giáo. Nó không những được viết bằng ngôn ngữ đàm thoại hằng ngày của người Tây Tạng, mà còn bằng hình thức cổ ngữ đàm thoại được tẩm nhiều hương vị của ngôn ngữ địa phương của vùng Tây nam Tây Tạng. Những câu nói đặc biệt được Milarepa dùng để diễn đạt những ý niệm Mật Giáo và kinh nghiệm huyền bí, tiêu biểu một vấn đề khó khăn vô cùng khác của công tác dịch thuật. Hơn nữa, phần chủ yếu của tập sách được sáng tác rộng rãi bằng thể thơ và ca khúc theo một lối "không thông thường" tăng thêm khó khăn.

Ý thức đầy đủ những khó khăn này, tôi đã quyết tâm làm công việc khó khăn đáng sợ mà không phải không biết và không quan tâm. Tôi luôn luôn quan niệm rằng một bản dịch tốt hơn của những tác phẩm Phật Giáo cổ điển chỉ có thể đạt được bằng cách tập trung những tài năng của nhiều học giả Phật Giáo (thuộc nhiều lãnh vực khác nhau) cùng nhau liên kết nỗ lực trong công tác, như King James của nước Anh với bản dịch Kinh Thánh (Bible) và hoàng đế Thái Tông (Tai Tsung) của Trung hoa và vua Khri.Sron.lDe.bTsan của Tây Tạng với các bản dịch Kinh Phật trong thời nhà Đường (Tang). Những nỗ lực cá nhân đảm đương việc làm thuộc loại này luôn luôn là khó. Vì thế, tôi không hy vọng tạo được một bản dịch hoàn hảo, mà là muốn thấy tác phẩm quan trọng này của Phật Giáo Tây Tạng sớm khả dụng cho thế giới. Tục ngữ Trung hoa có câu, "Mục đích ném ra viên gạch là để người ta ném ra viên ngọc bích." Tham vọng lớn nhất của tôi là thấy bản dịch này, dù có thể là không hoàn hảo, khơi dậy sự thích thú rộng rãi hơn đối với chính tác phẩm, và như thế nó phục vụ làm việc mở màn cho những bản dịch tốt hơn của *Mila Grubum* tiếp theo sau.

Bởi vì không một lời tuyên bố rõ ràng nào xuất hiện trong tập sách, nên không biết rõ tác giả hay người biên tập của *Mila Grubum* là ai. Trừ các Chuyện 29, 30, và 31, có cho thấy tên của người biên tập – Shiwa.Hod. và Nan.rDson.sTon.Pa. – còn tổng số 58 Chuyện khác thì không nói ra một cách rõ ràng. Tuy

nhiên, thích thú là khi chú ý thấy rằng những câu chuyện này dường như có cùng một bút pháp, và khi so sánh với các Chuyện 29, 30, và 31, chúng cho thấy sự khác biệt, hương vị, và phẩm chất vượt trội hẳn. Chắc chắn chúng được viết bởi một tác giả khác. Vì thế tôi cho rằng người biên tập hay tác giả này là cùng một tác giả của *Mila Khabum* hay *Namthar* (Mi.La. bKah.hBum hay rNam.Thar.) – "Tiểu sử của Milarepa", tức là, hành giả yoga hoang đường và thần bí, gTsan. sMyon. Heruka. – "Hành giả Yoga Điên xứ gTsan" (5) – là đệ tử của Phag.Mo. Gru.Pa. (1110-1170) – một đồ đệ nổi tiếng của Gambopa (1079-1161), đại đệ tử của Milarepa. Một bằng chứng hùng hồn khác dường như cũng ủng hộ ý kiến này: trong *Mila Khabum,* hay *Namthar,* từ Tờ số 109 đến Tờ số 113, có một chương chi tiết về cuộc đời của Milarepa mà nó đồng nhất với *Grubum;* ngay cả trình tự các câu chuyện trong cả hai tập sách cũng hoàn toàn tương ứng. Dường như không có một giải thích nào khác hơn sự kiện là hai tập sách đã được cùng một người biên tập, hoặc là vào phần sau của thế kỷ 12 hay đầu thế kỷ 13.

Giáo sư Herbert V. Guenther, thuộc viện Đại học Phạn ngữ (Sanskrit University), Varanasi, Ấn Độ, đã rất tử tế sưu tầm nghiên cứu vấn đề này vì tôi. Những điều ông tìm được đã được tuyên bố trong một bức thư gửi cho tôi, như sau: "…chỉ cho anh biết rằng sự phỏng đoán của anh rằng Mi.La.Res.Pa. *[Mila Grubum]* không phải do Ras.Chun.Pa. viết mà là do "Hành giả Yoga Điên" viết là đúng. Trong khi tôi đang nghiên cứu sNan. rGyud., tôi đọc qua dòng sau đây: 'Dur.Khrod.Myul. Bahi.rNal. hBoyr.Pa.Sans.rGyas.rGyal.mTshan.gTsan.Pa.He.Ru.Ka.Rus.Pa hi.rGyan.Can.Sogs.Du.Mahi.Min.Can.Gis.bKod.Pa.' Cùng những tên giống nhau như ở cuối Mi.La.Res.Pa.rNam.Thar. Dường như sự nhầm lẫn với Ras.Chun.Pa. xảy ra là vì sự kiện cho rằng gTsan.Pa.Heruka là Ras.Chun.Pa đầu thai và là một trong những đệ tử của Phag.Mo.Gru.Pa.… Do bằng chứng hùng hồn này tác quyền của cả *Mila Khabum* và *Mila Grubum* như vậy được xác định là của Sans.rGyas.rGyal. mTshan, 'Hành giả Yoga xứ gTsan,' người mang nhiều tên khác nhau.

Trình tự các câu chuyện xuất hiện trong *Mila Grubum* dường như do sắp xếp, không nghiêm túc theo trật tự niên biểu của cuộc đời Milarepa, mà thành ba nhóm theo nội dung của các câu chuyện. Những câu chuyện về các cuộc gặp gỡ của Milarepa với các ác quỉ thấy ở phần thứ nhất của tập sách; những câu chuyện về Milarepa và các đệ tử người, ở phần giữa; và những câu chuyện có tính chất khác nhau và thông thường, ở phần cuối sách. Tất nhiên, không nên đối xử sự phân loại một cách quá cứng ngắc, vì đa số các câu chuyện đều chứa, ở một độ nào đó, tất cả ba yếu tố nêu trên.

Bản văn tiếng Tây Tạng của *Mila Grubum* có bốn phiên bản chính – của Peking [Bắc kinh?], của Narthang, của Dege, và của Lhasa. Ấn bản Lhasa gồm có 319 tờ in mộc bản với 61 chuyện, đã được dùng trong bản dịch này. Tôi tin ấn bản này là ấn bản xuất bản cuối cùng trong bốn phiên bản, có ít nhiều tái tạo của phiên bản Dege.

Bởi vì tính chất phức tạp và đặc biệt của thuật ngữ học Phật Giáo Tây Tạng, những chú thích cho những thuật ngữ này là cần thiết. Tuy nhiên, tôi đã cố gắng làm những chú thích này đơn giản tối đa nếu có thể được để tránh sự quá chi tiết tỉ mỉ, e rằng chúng có thể trở thành gánh nặng hơn là trợ giúp cho đọc giả phổ thông, và như thế làm trở ngại cho việc đọc chính bản văn.

Các tên Tây Tạng, cả người lẫn nơi chốn, *tất cả đều được phiên âm* (6) để tránh sự cồng kềnh, bối rối, và sự chuyển chữ (transliteration) các từ ngữ Tây Tạng, ví dụ, thay vì sNan.gYon., "Nyan Yuan"; Mi.La.Ras.Pa., "Milarepa"; gTsug. Tor. rNam. rGyal., "Tsudor Namjal"; Zla.Wa.bZan.Po., "Dawa-zung-po," v.v…. Sự đơn giản hóa này không những là đáng mong muốn và cần thiết theo quan điểm thực tiễn, mà còn cho thấy từ sự kiện rằng chính người Tây Tạng trong nhiều thế kỷ qua đã bỏ phát âm những tiếp đầu ngữ và tiếp vĩ ngữ cồng kềnh này trong ngôn ngữ hằng ngày cũng như trong cách đọc của họ. Tuy nhiên, để trợ giúp những học giả Tây Tạng học nhận diện các tên này, một bản liệt kê các tên và thuật ngữ Tây Tạng đính kèm ở cuối tập sách này, trong đó có cho cách phát âm và

chuyển chữ. Sự chuyển sang chữ La tinh của những chữ Tây Tạng trong tập sách này đặt căn bản trên phương pháp của Sarat Chandra Das. (7)

Vì cùng một lý do như trên, các dấu phụ của chữ Tây Tạng trong bản văn đã được bỏ đi, nhưng được giữ lại trong các chú thích.

Vào năm 1950, khi tôi an cư ở Kalimpong, Ấn Độ, Bà Yutog, một phụ nữ quí tộc Tây Tạng sùng tín đến viếng tôi. Bà thích thú khi nghe người ta nói rằng tôi, một người Trung hoa trẻ tuổi, đã bỏ ra một số năm nghiên cứu Phật Giáo Tây Tạng ở Đông Tây Tạng, bây giờ đang tu tập thiền định ở Kalimpong. Sau khi trao đổi tin tức, bà tỏ vẻ vui mừng. Sáng ngày thứ nhì, bà trở lại gặp tôi, mang theo một quyển sách Tây Tạng khổng lồ gói trong tấm khăn quàng bằng lụa màu vàng thanh nhã, và nói với tôi, "Đây là *Mila Grubum*. Tôi tặng nó cho anh, vì tôi hiểu tập sách này có ý nghĩa như thế nào đối với một người ẩn tu. Tuy nhiên, hy vọng lớn nhất của tôi là được thấy thông điệp của Milarepa đến tận mọi xó góc của địa cầu. Tôi hy vọng một ngày nào đó anh sẽ dịch quyển sách này sang tiếng Anh, như thế nhiều người có thể đọc nó và nhờ đó được lợi ích." Tôi hân hoan nhận lấy món quà tuyệt vời này, vì đây đúng là quyển sách tôi đã khổ công tìm kiếm mãi từ khi tôi mất tất cả những sách Tây Tạng của tôi trong lúc chạy trốn từ Trung hoa sang Ấn Độ.

Hồi tưởng lại, bây giờ bản dịch đã hoàn thành, tôi cảm thấy biết ơn Bà Yutog hơn bao giờ hết, vì sự viếng thăm có ý nghĩa sâu xa và đầy cảm hứng này. Nhờ Trí Tuệ và sự hướng dẫn thần diệu, bà đã mang đến cho tôi một món quà quí, cùng với nội kiến trong một sứ mạng quan trọng và thách thức – một món quà mà tôi nhận lấy với niềm vui và hứng khởi trong một thời kỳ rất nghiêm trọng trong đời tôi.

Chú Thích Phần Phụ Lục

(1) *Mila Grubum* tượng trưng cho cách phát âm Tây Tạng nhan đề của tập sách. Dịch chữ là: Mi.La.Ras.Pahi.mGur.hBum.

(2) Theo "The Blue Annals" [Biên Niên Thanh Sử], trang 427, Milarepa sinh năm 1040 sau K. N. và mất năm 1123 sau K. N. .Nhưng theo *Mila Khabum* hay *Namthar*, các niên đại là 1052 và 1135.

(3) Prāṇa (Khí) thuật ngữ tiếng Phạn, tương đương với Rlun. trong thuật ngữ Tây Tạng, và Ch'i (Khí) trong thuật ngữ Trung Hoa, có nhiều nghĩa khác nhau: không khí, lực sống, hơi thở, xu hướng, v.v… Dịch chính xác thuật ngữ này sang tiếng Anh thì cực kỳ khó khăn.

(4) Một phiên bản nổi tiếng của pháp môn Đại Thủ Ấn (Mahāmudrā) đã được dịch sang tiếng Anh, cùng với "Bình Luận về Yoga" của dịch giả trong cuốn "Tibetan Yoga and Secret Doctrines," 2nd edition, do Tiến sĩ W.Y. Evans-Wentz hiệu đính (Oxford University Press, 1958).

(5) Mặc dù bản văn *Mila Khabum* mở đầu bằng lời Rechungpa thỉnh cầu Milarepa kể lại câu chuyện đời ngài ngay đầu tập sách cũng như trong từng chương kế tiếp nhau, điều này không có nghĩa là Rechungpa là tác giả của *Mila Khabum,* như một vài học giả có khuynh hướng tin như thế. Trái lại, sự kiện này cung cấp bằng chứng hùng hồn rằng Rechungpa là một diễn viên trong "kịch bản *Mila Khabum"* như đã được tác giả miêu tả, hơn chính ông là tác giả. Sự kiện rằng gTsan.sMyon.Heruka là tác giả của *Mila Khabum* đã được người ta biết rõ ở Tây Tạng.

(6) Trong trường hợp các tên riêng kết thúc bằng chữ *Pa* (པ), thay vì dùng chữ *Ba*, như Milare*pa*, không phải Milare*ba*, và Rechung*pa*, không phải Rechung*ba*, mặc dù về mặt âm học, chữ "Pa" nên phát âm là "Ba" trong tiếng Tây Tạng hiện đại. Sự thỏa hiệp này dường như là cần thiết vì các tên này giờ đây đã được thiết định ít nhiều ở phương Tây.

(7) Để giữ sự chuyển chữ có thể gần gũi tối đa với "cách Tây Tạng" như có thể làm được, chữ Ba (བ) cũng được chuyển thành chữ "Wa" sau tiếp đầu ngữ *Da* (ད), ví dụ, dWan.bShi., không phải dBan.bShi. Đây là vì tất cả những chữ Tây Tạng phát âm nó không thay đổi là "Wa." Dĩ nhiên, không nên nhầm lẫn đồng nhất chữ Wa này với chữ Wa (ཝ), phụ âm thứ hai mươi.

Định luật này cũng đúng với trường hợp chữ ấy được dùng để hình thành một danh từ, ví dụ, dGe.Wa., không phải dGe.Ba. Ngữ căn của mỗi chữ Tây Tạng luôn luôn được viết hoa để dễ nhận diện. Trong trường hợp của các chữ Pha (ཕ), Tsa (ཙ), Tsha (ཚ), Dsa (ཛ), và Sha (ཤ), chỉ chữ đầu của ngữ căn là được viết hoa. Cũng nên chú ý "T.T." viết tắt của sự chuyển chữ Tây Tạng.

Giáo Sư GARMA C. C. CHANG
(Chenje Zhang - Trương Trừng Cơ)

Garma C. C. Chang 1984

Cuộc đời và hoạt động:

Chenje Zhang sinh ngày 28 tháng 8 năm 1920 tại Thượng Hải, Trung Quốc, mất ngày 24 tháng 5 năm 1988 tại Marietta thuộc tiểu bang Georgia, Hoa Kỳ. Ông là một học giả và triết gia Phật Giáo quan trọng, ở Châu Âu ông được biết đến bằng tên gọi đặc biệt là Garma C. C. Chang.

Thân Phụ của Chenje Zhang là ông Dulun Zhang, một sĩ quan quân đội cao cấp, về sau đã giữ chức vụ Thống Đốc của tỉnh Hồ Bắc.

Chenje Zhang thường xuyên cùng với Thân Mẫu của mình đi chùa Lễ Phật và thường đọc tụng kinh điển Phật Giáo. Khi được

mười lăm tuổi Chenje Zhang đã vào sống trong một Thiền Viện tại vùng núi Lư Sơn thuộc tỉnh Giang Tây. Lúc vừa mười sáu tuổi ông đã bắt đầu trải qua một thời gian chín năm sống trong những tu viện Phật Giáo thuộc truyền thống Kim Cang Thừa tại miền Đông Tây Tạng, trong chín năm đó thì có sáu năm ông đã sống cùng với vị Thầy của mình là Gangkar Rinpoche tại Tu Viện Minyak Gangkar thuộc phía Tây Nam huyện Khang Định. Năm 1945 ông rời khỏi Tu Viện của Gangkar Rinpoche để trở về với gia đình của ông tại Nam Kinh.

Năm 1948 ông lập gia đình với bà Nian Yu (Helena) ở Vũ Hán và năm 1949 ông cùng với vợ vượt qua các nước Ấn Độ, Đài Loan, Hồng Kông để di tản sang Hoa Kỳ và đã đến Hoa Kỳ vào năm 1950. Nhờ vào khả năng thông thạo nhiều ngôn ngữ như: Anh, Phạn, Pali, Hán, Tạng cũng như với kiến thức về Triết Học Phật Giáo sâu rộng, trong thời gian đầu tiên ông đã được nhận vào làm Giảng Sư tạm thời tại nhiều trường Đại Học khác nhau ở Hoa Kỳ, đến năm 1966 ông đã chính thức trở thành Giáo Sư của khoa nghiên cứu Tôn Giáo của Trường Đại Học Quốc Gia Pennsylvania.

Những tác phẩm dịch thuật sang Anh ngữ của ông đã được ông biên dịch và lý giải từ những văn bản bằng Hán ngữ và Tạng Ngữ, bao gồm các chủ đề như Đạo ca của Hành Giả Du Già Tây Tạng Vĩ Đại Milarepa, Thiền Đạo Tu Tập, Tu Tập Đại Thủ Ấn, Triết học của Hoa Nghiêm Tông...Các tác phẩm dịch thuật này ít liên quan đến những đối tượng học tập nhưng lại rất hữu dụng cho những hành giả ở các nước Tây Phương tu tập theo truyền thống Kim Cang Thừa và Thiền Tông do đó đã được đón nhận rất rộng rãi ở Hoa Kỳ và Châu Âu.

Một số tác phẩm của ông đã được một học trò người Áo là Giáo Sư Ernst Schönwiese (Garma Döndrub Tashi) chuyển dịch sang Đức ngữ; một người bạn Trung Quốc mà cũng là người học trò ưu tú của ông là Tiến Sỹ C.T. Shen, người mà ông đã quen biết tại Ấn Độ vào năm 1950 và về sau đã trở thành một doanh nhân

tại Hoa Kỳ với thu nhập rất cao, Tiến Sỹ C.T. Shen đã hỗ trợ rất tích cực cho những vị Thầy và những trung tâm Thiền Định Phật Giáo cũng như cho sự phát triển Phật Giáo Tại Hoa Kỳ, ông đã là một trong những người thành lập hiệp hội Phật Giáo Hoa Kỳ (BAUS).

Mặc dù đã hai lần phẫu thuật tim (1974 và 1984) nhưng tình trạng bệnh tim của ông vẫn trở nên trầm trọng hơn và do khả năng về thị giác của ông càng ngày càng sút giảm nên cuộc sống và sự làm việc của ông lúc về già trở nên khó khăn và nặng nề. Ông mất năm 1988 tại Marieta, Georgia để lại người vợ của mình, bà Helena Zhang.

Trong bản dịch một bài thơ của Thiền Sư Hoằng Trí Chánh Giác (Hongzhi-Zhengjue 1091-1157) ông đã viết:

Tĩnh lặng và thanh thản,
Mọi ngôn từ được quên lãng;
Cuộc sống tràn đầy và tỏa sáng
Sẽ hiện hữu trước bạn.

Đức Quốc, 24-07-2013
Nguyễn Hồ Lan Chi

Dịch từ bài viết của Munish Bernhard Schiekel trong trang nhà Wikipedia (Đức Quốc): http://de.wikipedia.org/wiki/Chenji_Zhang

Dịch Phẩm và Tác Phẩm:

- Garma C. C. Chang: *The hundred thousand songs of Milarepa - the life-story and teaching of the greatest poet-saint ever to appear in the history of Buddhism.* University Books, New York, 1962.
- Garma C. C. Chang: *Teachings of Tibetan Yoga*. 1963.

- Garma C. C. Chang: *The Buddhist Teaching of Totality: The Philosophy of Hwa Yen Buddhism.* 1971.
- Garma C. C. Chang: *The Practice of Zen.* 1978.
- Garma C. C. Chang: *Treasury of Mahayana Sutras: Selections from the Maharatnakuta Sutra.* 1983.
- Garma C. C. Chang: *The Six Yogas of Naropa & Teachings on Mahamudra.* 1986.
- Garma C. C. Chang: *Teachings and Practice of Tibetan Tantra.* 2004.

ĐỨC MILAREPA VÀ NÚI THIÊNG LAPCHI (LASHI)

Mặt trời, mặt trăng, và muôn vì sao … đó là khung cảnh sống của hành giả du-già Milarepa…
Nếu ba thứ đó là đủ đối với con … thì hãy bước theo Repa này!
(Milarepa)

Núi Tuyết Lapchi nằm ở phía Đông của nước Nepal, ngay sát biên giới Tây Tạng, ở độ cao khoảng 4.850 mét. Đây là một trong hai mươi bốn nơi linh thiêng của Chakrasamvara, vị [Hộ] Phật thuộc Mật Điển Vô Thượng Du Già hay Mật Điển du già cao nhất của Phật Giáo Tây Tạng.

Lapchi được tôn kính là mạn-đà-la Khẩu của Đức [Hộ] Phật Chakrasamvara, còn Núi Kailash là mạn-đà-la Thân của Ngài, và núi Tsari là mạn-đà-la Tâm của Chakrasamvara. Lapchi đã được Đức Liên Hoa Sanh (Guru Padmasambhava) và nhiều vị Đại Đạo Sư khác ở Ấn Độ như Ngài Saraha gia trì.

Trong tiểu sử của Đức Yeshe Tsogyal có nói, ở Tây Tạng có tất cả hai mươi lăm núi tuyết linh thiêng của Đức Liên Hoa Sanh; Lapchi là một trong số đó. Núi Lapchi còn được gọi là Godavari trong tiếng Phạn hay Nya-Yon trong tiếng Tạng, có nghĩa là "tai bên trái" bởi vì có một hình ảnh tự nổi trên vách núi đá ở Godavari có hình tai trái của con người.

Vào thế kỷ thứ 8, Yuthok Yonten Gonpo, vị bác sỹ của Vua Trisong Detsen, đã đến Lapchi tu tập thiền định. Động mà vị bác sỹ này dùng để tu tập thiền định hiện nay được gọi là động Yuthok Phug.

Vào thế kỷ 11, đại dịch giả Marpa Lotsawa Chokyi Lodro gửi đệ tử Milarepa của Ngài đến Lapchi để tu tập thiền định. Marpa đã nói với Milarepa rằng các núi thiêng ở Lapchi là những nơi thích hợp và lợi lạc cho việc nhập thất. Vào thời điểm đó, Marpa Lotsawa đã xác nhận rằng Lapchi là một trong hai mươi bốn nơi linh thiêng của vị [Hộ] Phật Chakrasamvara.

Nghe theo chỉ dạy của Đạo Sư, Milarepa đã trải qua nhiều năm thiền định tại các núi thiêng ở Lapchi, đặc biệt Ngài đã thiền định trong một hang động có tên là Dudul Phug (Động Hàng Ma). Milarepa cũng đã hàng phục long thần thổ địa ở đó. Mặc dù trước đó đã được Đức Liên Hoa Sanh hàng phục ở tại Rongshar (hay Drin Valley) - là vùng nằm chếch phía Đông của Lapchi - những long thần thổ địa này vẫn rất tai hại cho đến khi được Milarepa hàng phục. Từ đó trở đi, những long thần thổ địa tại đó trở thành các vị Hộ Pháp.

Có một vài hang động nổi tiếng khác ở Lapchi mà Milarepa đã từng tu tập thiền định, đó là Dudul Phug (Động Hàng Ma), Ze Phug (Động Bờm Ngựa), Bepa Gong Phug(Động Thượng - Giải Mã Mọi Bí Mật), Bepa Og Phug (Động Hạ - Giải Mã Mọi Bí Mật), động Rechen Phug, và Lungten Phug (Động Tiên Tri Giữa Đại Ngàn).

Milarepa đã ở tại một vài hang động khác nhau, như là Tak Tsang Phug (Động Hang Hổ) hay Chang Phug (Động Ong). Tuy nhiên động Dudul Phug là nơi đầu tiên ở Lapchi mà Milarepa đã đặt chân tới. "Du" nghĩa là quỷ thần, "dul" có nghĩa là hàng phục, "phug" có nghĩa là hang động. Động Dudul Phug chính là nơi Milarepa đã hàng phục năm vị thổ-sơn thần tên gọi là Tseringmas và quy phục họ phát thệ nguyện bảo vệ Phật Pháp. Không lâu sau khi Milarepa đặt chân đến động Dudul Phug, trời đổ tuyết trong mười tám ngày đêm. Tuyết rơi nhiều đến nỗi đã bịt kín mọi lối vào động và Milarepa bị mắc kẹt ở bên trong động Dudul Phug trong vòng sáu tháng. Vậy mà không những Milarepa đã sống sót chỉ bằng một lượng bột *tsampa* (bột lúa mạch rang khô) trong suốt cả giai đoạn đó, mà Ngài còn thành tựu pháp *tummo* (nội hỏa). Sau sáu tháng tuyết rơi, khi đệ tử của Milarepa đi từ Nyalam đến để tìm Ngài, Milarepa đã hóa hiện trong hình tướng con báo tuyết. Đến tận ngày nay, người ta vẫn có thể nhìn thấy dấu in hình báo tuyết gần Ramding và dấu in móng của con báo tuyết đó trên tảng đá gần động Dudul Phug.

Ở phía trên động Dudul Phug là một động nhỏ tên gọi là Rechung Phug, nơi Rechungpa đã ở. Khu vực xung quanh động Dudul Phug trông giống như Thân của Đức Kim Cang Du Già Thánh Nữ (Vajrayogini). Ở đó có một miếng đất phẳng gọi là Choe Jyung Tang, có nghĩa là Suối nguồn của Pháp. Đây chính là Mạn-đà-la của Đức Kim Cang Du Già Thánh Nữ (Vajra-yogini). Tương truyền rằng nếu ai thực hành pháp Vajrayogini ở nơi đây, người đó có thể thực hành dễ dàng thuận lợi. [Trong thời gian ở Lapchi,] Milarepa đã nặn một bức tượng về Ngài

bằng đất sét trộn với máu từ mũi và với nước miếng của Ngài. Bức tượng đó được gọi là Shang Drak Ma (bức tượng làm từ máu mũi). Bức tượng gốc đã bị vỡ do thời gian quá lâu. Tuy nhiên Đức Pháp Vương của Dòng Truyền Thừa Drikung Kagyu là Kyabgon Chetsang Rinpoche đã làm ra ba bức tượng sử dụng những phần còn lưu lại từ bức tượng ban đầu. Một bức được giữ tại Lapchi, một bức được gửi tới tu viện Drikung Thil ở Tây Tạng, và bức tượng thứ ba được đặt tại tu viện Jangchub Ling tại Ấn Độ.

Một bức tượng quý giá và nổi tiếng khác của Milarepa được làm bởi người đệ tử được ví như mặt trăng tên là Rechung Dorje Drakpa (1084-1161) của Ngài. Chính Milarepa đã hô thần nhập tượng cho bức tượng này và nhận xét rằng bức tượng rất giống Ngài. Bức tượng bằng đồng đó hiện nay được giữ tại tu viện Chora Gephel Ling ở tại Lapchi.

Lapchi đã trải qua các bước thăng trầm trong suốt chiều dài lịch sử. Có bốn giai đoạn quan trọng đã chứng kiến rất nhiều hành giả quy tụ tại Lapchi để tu tập Phật Pháp. Vào thế kỷ 11 trong thời gian Milarepa ở tại Lapchi, Ngài đã quy tụ rất nhiều đệ tử đến đó. Vào thế kỷ thứ 13, Đức Jigten Sumgon đã gửi một trong những người đệ tử xuất sắc nhất của Ngài là Dorzin Yangru Padrak đến Lapchi để tu tập thiền định. Đức Jigten Sumgon đã chỉ dạy rằng nơi đầu tiên người đệ tử đó cần tu tập thiền định là tại một động đá có hình trái tim con người lật ngược. Đức Jigten Sumgon cũng tiên đoán rằng Ngài sẽ gửi 55.525 đệ tử đến tu tập nơi đây. Dorzin Yangru Padrak vâng lời chỉ dạy của Đạo Sư và đến tu tập tại động nói trên, có tên là Lungten Phug. "Lungten" có nghĩa là tiên tri.

Đúng như tiên đoán của mình, Đức Jigten Sumgon sau đó đã gửi 55.525 đệ tử cùng lúc đến Lapchi để nhập thất tu tập. Giai đoạn này đánh dấu một trong những thời kỳ hưng thịnh khi Phật Pháp vô cùng nở rộ tại Lapchi. Vào thế kỷ 15, Ngài Lapchi

Dorzin Namkha Gyaltshen đã tu tập tại Lapchi trong vòng hơn ba mươi năm với rất nhiều đệ tử.

Việc tu tập Pháp tại Lapchi đã giảm sút từ sau giai đoạn nói trên cho đến tận thế kỷ 18 khi Đức Shabkar Tsogdruk Rangdrol (1781-1851) đặt chân đến Lapchi. Ngài đã xây dựng tu viện Chora Gephel Ling và bảo tháp Jangchub.

Tương truyền rằng một hôm, Đức Shabkar Tsodruk Rangdrol quy tụ các đệ tử của Ngài và nói nguyện vọng của Ngài về việc xây dựng một bảo tháp nơi đây. Có rất nhiều đệ tử đến nỗi mỗi người chỉ cần vác một tảng đá, và bảo tháp đã được hoàn thành trong đúng một ngày. Tu tập Pháp tại Lapchi hưng thịnh trở lại cho đến tận năm 1959.

Khi Nubpa Rinpoche, người được Đức Pháp vương thứ 34 của Dòng Truyền Thừa Drikung Kagyu là Kyabgon Chetsang Rinpoche tuyên nhận là hóa thân thứ 12 của Sekyo Yongpo Gyaltsen từ khi còn trong bụng mẹ, lần đầu tiên đến Lapchi vào năm 1998, Ngài đã thấy rất nhiều tu viện và các thánh địa tại Lapchi đang trong tình trạng đổ nát. Những bức tường bị xiêu vẹo của các tu viện chính được tạm thời nâng chống bởi các khúc gỗ, và bảo tháp Jangchub nổi tiếng đang trong nguy cơ bị đổ. Do thiếu các cơ sở vật chất cơ bản, như thiếu những con đường và các cây cầu tử tế cũng làm cho các hành giả khó đến được với Lapchi để thực hành tu tập.

Nhận thấy nhu cầu khẩn thiết cần khôi phục lại nơi này, Nubpa Rinpoche phát nguyện tha thiết cho việc "bảo tồn thánh địa Lapchi để việc tu tập Pháp được hưng thịnh nơi đây, đảm bảo sự tồn tại tương tục của Tam Bảo vì lợi lạc của tất cả chúng sinh."

Ban đầu Nubpa Rinpoche dự định sẽ trải qua các đợt nhập thất miên mật liên tục nơi đây. Tuy nhiên khi Ngài thấy những khó khăn mà các tu sĩ, hành giả, và những người dân sống tại

Lapchi phải chịu đựng, Nubpa Rinpoche không thể cam lòng nhìn thấy cảnh thánh địa này sụp đổ. Xuất phát từ lòng đại bi, Ngài quyết định chỉ tiến hành những đợt nhập thất ngắn để có thể truyền bá giáo Pháp vì lợi lạc tất cả chúng sinh, và cùng lúc tiến hành công việc gian khổ phục hồi Lapchi.

Sherab Dronma/Trần Lan Anh
Trích dịch từ trang nhà của Lapchi Assocation:
www.lapchimilarepadk.org

THUẬT NGỮ

A-lại-da thức (Ph.: Ālaya-vijñāna) – Hàm tàng thức, Tàng thức. Nhiệm vụ của thức này là bảo tồn những "hạt giống" (chủng tử) của những ấn tượng của tâm. Ký ức và học thức được làm cho khả hữu là vì thức này. Theo nghĩa lơi lỏng, nó cũng có thể được xem là "Thức Nguyên Thủy" hay "Thức Phổ Biến"

Ba Kênh Chính (Ph.: Nāḍīs) – ba "kinh mạch huyền bí" qua đó người ta đạt được tất cả tri thức và năng lực siêu thế gian; qua Kênh Giữa, giác ngộ được Pháp Thân; qua các Kênh Phải và trái, giác ngộ được Báo Thân và Hóa Thân.

Ba Bảo: – Xem **Tam Bảo**.

Bardo (T.Tg.) – Cảnh giới hay Cõi Trung gian giữa chết và tái sinh. [Thân Trung Ấm]

Bát-nhã (Ph.: Prājñā) – Trí Tuệ Siêu Việt, hay nội kiến siêu thế gian soi vào Thực tại.

Bồ-đề (Ph.: Bodhi) – Phật Tánh hay cái liên quan với Phật Tánh.

Bồ-tát (Ph.: Bodhisattva) – một người đã thệ nguyện gắng sức vì Giác Ngộ và độ tất cả chúng sinh; một người có nguyện vọng với Phật Tánh và những hành vi vị tha; một người đã giác ngộ; một người theo Phật Giáo Đại Thừa.

Bon, [đạo] (T.Tg.: Bon) – tôn giáo nguyên thủy của Tây Tạng.

Cảnh giới hay **Cõi Trung gian** – xem **Bardo**

Dòng Truyền Rỉ Tai hay **Khẩu truyền** – Tông phái Ghagyuba [Kagyupa] của Phật Giáo Tây Tạng, do Marpa và Milarepa sáng lập.

Đa-ki-ni (T.tg.: Dakini) – thiên nữ, nữ thần, không hành nữ.

Đại-Thủ-Ấn (Ph.: Mahāmudrā) – giáo lý quan trọng nhất của Mật Giáo Tây Tạng, qua đó một người được đưa đến sự giác ngộ Pháp Thân; sự chỉ dạy bằng miệng (khẩu quyết) về làm cách nào thiền định về Không.

Định hay **Tam-muội** (Ph.: Samādhi) – trạng thái tập trung thuần túy.

Hai Chân lý hay **Hai Sự thật** hay **Nhị Đế** – chân lý phương tiện và chân lý tối hậu.

Hóa thân hay Ứng thân (Ph.: Nirmāṇakāya) – sự hóa hiện hay Thân đầu thai của một vị Phật.

Khí (Ph.: Prāṇa) – Khí chuyển vận nhiều ý nghĩa khác nhau như không khí, hơi thở, năng lực, gió, sức sống, và v.v…. Nói về phương diện Yoga, Khí là sinh lực trong cơ thể phải được thuần hóa và làm chủ để đạt sự chuyển hóa toàn thể tâm và năng lực.

Khí-Tâm (T.tg.: Rlun.Sems.) – Theo Mật Giáo Tây Tạng, Tâm và Khí chỉ là hai mặt của một thực thể. Không nên đối xử chúng như hai cái riêng biệt. Nếu Tâm của một người giữ giới luật, biến hóa, khuếch trương, sắc bén, chiếu sáng… thì nó cũng là Khí của người ấy – là sinh lực sinh ra tất cả hóa hiện.

Kinh Nghiệm và Chứng Ngộ (T.T.: Nams.Dan.rTog.Pa.) – Thuật ngữ trước chỉ kinh nghiệm, sự hiểu, và nội kiến của hành

giả yoga trước khi Giác Ngộ; thuật ngữ sau chỉ chân Giác Ngộ. Sự tương tự của hai từ này thường gây bối rối hay làm hành giả nhầm lẫm lấy cái trước làm cái sau.

Kleśa (Ph.) – Nhiễm, những dục vọng thế gian hay sự thúc giục khiến người ta lang thang trong sinh tử (luân hồi). Trong các nhiễm, nổi bật nhất là: tham, sân, và si.

Jetsun (T. tg.): – Tôn giả, Tôn sư (danh hiệu tôn xưng) .

Lửa hay **Nhiệt Dumo** (T.Tg.: Dumo) – Sức nóng huyền bí sản sinh ở Trung Khu Rốn do tu tập Yoga Nhiệt. [Lửa Tam-muội].

Man-đa-la (Ph.: Maṇḍala) – có nghĩa là "vòng tròn" hay "trung tâm." Một Man-đa-la là một thiết kế hình ảnh cực kỳ phức tạp biểu tượng cho thế giới hiện tượng của chư Phật Mật Giáo.

Mantra (Ph.) – Chú , Thần Chú, Chân Ngôn, Chân Âm.

Mật-điển (Ph.: Tantra) – thánh thư của Mật Giáo.

Mật Giáo (Tantrism) – giáo pháp và lời dạy của Mật Thừa (Tantrayāna) hay Kim Cang thừa (Vajrayāna), một Trường phái của Phật Giáo Đại Thừa; Phật Giáo Đại Thừa "bí truyền."

Nhamdog (T.tg.) – những tạp niệm hay ý nghĩ quấy rầy và chao đảo gặp phải trong thiền định; những ý nghĩ sai lầm và không thể kiểm soát được; những quan niệm sai và những phán quyết sai.

Nền Tảng, Con Đường, và Quả – Nền tảng là Phật Tánh nội tại; Con đường là hành động hay sự tu tập dẫn đến sự khai mở Phật Tánh; Quả là sự giác ngộ.

Pháp (Ph.: Dharma) – Thuật ngữ có hai cách dùng chính: (1) có nghĩa là đồ vật, vật chất, hay sự vật; (2) có nghĩa là lời dạy và

giáo pháp của Phật Giáo, do đó, là chân lý và Luật pháp tôn giáo.

Pháp Giới (Ph.: Dharmadhātu) – Tổng thể, hay cõi Thực Tại Tối Hậu.

Pháp Thân (Ph.: Dharmakāya) – "Thân của Chân Lý," hay chân "Thân" của Phật, vô tướng, phổ hiện, tối hậu, và vẫn trống không.

Sinh tử hay **luân hồi** (Ph.: Saṃsāra) – bánh xe sinh và tử; sự thiên di qua nhiều tái sinh; giáo thuyết về sự đầu thai.

Tam Bảo (Ph.: Triratna) – đức Phật – những bậc Giác Ngộ; Pháp – những lời dạy của Ngài; Tăng già – các bậc Hiền giả trưởng thượng hay đã Giác Ngộ.

Tam-muội: – Xem **Định**.

Tám Gió Thế Gian, hay **Tám Pháp Thế Gian –** một thuật ngữ ẩn dụ chỉ các "gió" hay những ảnh hưởng, quạt lên những dục vọng và đau khổ, ví dụ, được, mất; sỉ nhục, tán tụng; ca ngợi, chế diễu; sầu muộn, vui vẻ.

Tánh Không (Ph.: Śūnyatā) – sự không có, sự trống rỗng; nó phủ nhận các quan điểm đặt căn bản trên hiện hữu hay không hiện hữu, hữu hay vô hữu; giáo thuyết chủ trương rằng tất cả sự thành hình trong thế giới hiện tượng là không có tự tánh, thực thể, hay bản thể, rằng chúng chỉ hiện hữu một cách huyễn hóa mà không thật như thế; Pháp giới bao hàm tất cả do tâm giác ngộ thấy.

Tantra (Ph.) – Xem **Mật Điển**.

Tâm Bồ-đề (Ph.: Bodhicitta) – nguyện vọng đối với Phật Tánh; quyết tâm thực hành tất cả những hành vi đức hạnh đưa

đến Phật Tánh; nội kiến giác ngộ Thực tại Nội tại; Thệ nguyện đại bi phục vụ, lợi ích, và độ tất cả chúng sinh.

Tâm-Khí – Xem **Khí-Tâm**

Thiên (Ph.: Deva): – thuật ngữ chung chỉ thần, chư thiên, chúng sinh cõi trời.

Thiền định hay Thiền-na (Ph.: Dhyāna) – một thuật ngữ tương đương của Định (Ph.: Samādhi: Tam-muội), theo phiên bản Phật Giáo, nó chỉ một nhóm các cảnh giới tập trung thuần khiết.

OM AH HUNG

Đạo Ca Milarepa

Viet Nalanda Foundation ấn tống 2013

Mọi sai sót là của người chuyển ngữ và hiệu đính.
Mọi công đức xin hồi hướng lên quả vị Giác Ngộ của
tất cả chư Đạo Sư cùng toàn thể pháp giới chúng sinh.

Viet Nalanda Foundation (trước đây còn có tên là Viet Vajra Foundation) là một tổ chức bất vụ lợi 501(c)3 được thành lập vào năm 2006 tại Maryland, Hoa Kỳ để tạo nhịp cầu tiếp nối giữa những Phật tử người Việt có duyên với Kim Cương Thừa tại khắp nơi trên thế giới. Viet Nalanda Foundation cổ súy tinh thần bất bộ phái, và tôn trọng chư Đạo Sư cùng các Giáo Pháp đặc thù của tất cả bốn Dòng Truyền Thừa của Phật Giáo Tây Tạng gồm có Nyingma, Sakya, Kagyu và Gelug.

Muốn biết thêm chi tiết về tổ chức Viet Nalanda Foundation cũng như tìm hiểu thêm về Kim Cương Thừa – Phật Giáo Tây Tạng, xin vào xem trang nhà http://www.vietnalanda.org hoặc gửi điện thư đến vietnalanda@ymail.com

Địa chỉ liên lạc:

8201 Westminster Boulevard, Suite 200
Westminster, CA 92683 USA
Đt: (714) 458-4722

13902 Rosebranch Ct.
Houston, TX 77059-3539 USA
Đt: (713) 382-6874

Tài liệu về Kim Cương Thừa – Phật Giáo Tây Tạng cũng có thể được tìm thấy tại các trang nhà sau đây:

Thư Viện Nalanda: http://www.nalanda.batnha.org
Thư Viện Hoa Sen: http://www.thuvienhoasen.org
Trang nhà Quảng Đức: http://www.quangduc.com

PHƯƠNG DANH ẤN TỐNG KINH SÁCH
VIET NALANDA FOUNDATION 2013

Evaline Quang Nguyen	Suwanee, GA	$40.00
Luu Family	Irvine, Ca	$50.00
Dieu Xuan		$50.00
Vuong Duc Nguyen	San Jose, CA	$100.00
Thanh Nguyen		$100.00
Minh Tien		$100.00
Rosa Hua		$10.00
Thuy Hang Le	San Jose, CA	$300.00
Van Anh Tran	Ha Noi, VN	$100.00
Thuy Do	Fountain Valley, CA	$150.00
Phillis La	Garden Grove, CA	$500.00
Hien Tran	Buena Park, CA	$200.00
Bibiana Gutierrez	Austin, TX	$30.00
Mai Thanh Tung & Tran Thu Hang	VN	$500.00
Doan Hung Son & Tran Huong Giang	VN	$100.00
Mai Thanh Lam & Nguyen Thi Tuong Vinh	VN	$300.00
Tran Phuong-Le Thi Kim Quy & Tran Lan Anh	VN	$100.00
Trang Nghiem	Westminster, CA	$50.00
Tony Phan	Newport, RI	$50.00
Joy Trinh	Sioux City, IA	$300.00
Lan Tran	San Jose, CA	$100.00
Quach Yen Tho	Westminster, CA	$30.00
Hao Ton & Do Nhu Nguyen	Annandale, VA	$300.00
Hai Tan Phan&Ledung Thi Bui	Westminster, CA	$200.00
Nguyen Bao Hoa	Houston, TX	$50.00
Truong Ngoc	Houston, TX	$50.00
Don Cao	Houston, TX	$100.00
Thao Hoang	Houston, TX	$50.00
Uyen A. Nguyen	Houston, TX	$100.00
Richard Barker Houston,	TX	$100.00
An Q. Huong	Houston, TX	$50.00
Hung Lu	Westminster, CA	$50.00
Nguyen Phuong	San Diego, CA	$100.00

Minh Nguyen	Canada	$200.00
Nguyen Phan & Lan Nguyen	Orange, CA	$100.00
Minh Thu	Houston, TX	$20.00
Anh Sy & chi Huong	Houston, TX	$100.00
Tham San Si & Lua	San Jose, CA	$100.00
Su Co Chua Linh Son	Dickinson, TX	$50.00
Tung & Hoa	Houston, TX	$100.00
Vo Anh	Houston, TX	$20.00
Ly Thanh	Houston, TX	$20.00
Long Ho	Houston, TX	$10.00
Ton Dao	Houston, TX	$20.00
Diep Le	Houston, TX	$40.00
Khanh Ta	Houston, TX	$5.00
Duong Dai Hung	Houston, TX	$10.00
Diep Cohen	Houston, TX	$2.00
Cindy Duong	Houston, TX	$20.00
Cac Dao Huu Vo Danh	Houston, TX	$123.00
Drikung Dharma Surya	Centreville, VA	$608.00
Nguyen Thi Van Anh - Tenzin Paldon	VN	$100.00
Do Anh Thu	Saigon, VN	$100.00
Nguyen Thi Hong Phuong	Saigon, VN	$100.00
Trần Thu Hằng	Việt Nam	$10.00
Vinh Phuc & Loan Le	Toronto	$100.00

<u>Ghi chú:</u> Phương danh ấn tống đã được cập nhật vào ngày 30 tháng 6, năm 2013. Các đóng góp tịnh tài gửi đến sau ngày này sẽ được sung vào quỹ ấn tống kinh sách cho năm 2014.

Cho đến khi đạt đến

Giác Ngộ viên mãn,

chúng con xin quy y Phật,

chúng con xin quy y Pháp,

và cũng như thế,

chúng con xin quy y Tăng đoàn

của chư Bồ Tát.

Như chư Phật thuở xa xưa

đã nhiếp thọ Bồ Đề Tâm

và tinh tấn hành trì Bồ Tát Đạo,

chúng con, nay cũng vì lợi lạc

của tất cả chúng sinh,

xin phát Bồ Đề Tâm

và tinh tấn tu hành

để viên thành Đạo Quả.

Viet Nalanda Foundation