

Phẩm 3: HỘ GIỚI

*Giữ giới luật là bảo vệ tâm
Bảo vệ tâm khiến cho kiên cố
Tâm này không thể bảo vệ được
Làm sao có thể bảo vệ giới?
Ví như voi say không thuần phục
Không ưu sầu đối với đau khổ
Tâm buông thả giống như voi say
Sẽ dẫn đến các ngục A-tỳ.
Sợi dây niệm luôn luôn giữ chặt
Trói buộc vào con voi trong tâm
Được xa rời nỗi sợ phóng dật
Giành lại tất cả mọi yên vui.
Nếu có thể giữ được một tâm
Tất cả đều có thể giữ được
Nếu tự mình hàng phục một tâm
Thì tất cả tự nhiên hàng phục.
Sư tử-gấu-cọp beo-lang sói
Dạ xoa-La-sát và ma quỷ
Tất cả binh lính chốn địa ngục
Đều biết là oán thù của chúng.
Nếu sợ hãi tất cả oán thù
Khổ não tụ tập không biên giới
Đều do nơi tâm đã tạo ra
Đức Phật dạy đích thực như vậy.
Những nỗi khổ đau chốn địa ngục
Và vô số cực hình tàn khốc...
Ai gây ra lại từ đâu sanh
Tất cả đều do tham sân si.
Vì các tội lỗi vì tâm ấy
Phật sanh ra ở các thế gian
Do vì diệt sạch tâm ba cõi
Do đó không có gì sợ hãi.
Nếu ngày xưa thực hành bố thí
Đời nay nhờ vậy mà không nghèo
Hiện tại nghèo thiếu đừng phiền não
Quá khứ làm sao hối hận được!*

Nếu như người có chút tâm tư
Thực hành Bồ thí Ba-la-mật
Vì thế cho nên nói quả báo
Tất cả cùng nhau hành bồ thí.
Nếu như người có tâm trì giới
Hiềm khích ai mà phải giết hại?
Tâm sân hận chính là kẻ thù
Giết hại tất cả như hư không.
Mặt đất bao la không giới hạn
Da nào mà có thể che đậy?
Giày dép sử dụng một chút da
Tùy ý đi lại khắp mọi nơi.
Ngã tánh bên ngoài cũng như vậy
Tất cả ai có thể khuyên nhủ?
Chỉ khuyên nhủ từ tự tâm mình
Ngã bên ngoài sẽ tự khuất phục.
Vì thân tham nên không có phước
Quả ấy giống như nhân đã làm
Nếu tâm bồ thí một chiếc áo
Cảm đến quả mà tặng thêm phước.
Các công hạnh nếu thường tu trì
Tâm niệm luôn luôn không rời bỏ
Tất cả các tâm không lợi ích
Giả dối rộng lạng nên xa lìa.
Hết thấy tâm-pháp-tài lợi ích
Tùy nghi bí mật mà quán sát
Lìa đau khổ đạt được yên vui
Người ấy được vượt quá thế gian.
Mình phải tu hành như thế nào?
Tu hành chỉ vì bảo vệ tâm
Vì thế mình phải quán xét tâm
Luôn luôn nhớ mà giữ gìn tâm.
Ví như vượn khỉ thân bị nhọt
Dốc lòng mà chăm sóc bảo vệ
Điều ác trong con người như vậy
Luôn bền lòng nhằm bảo vệ tâm.
Sợ hãi ung nhọt của khổ não
Mình dốc lòng luôn luôn bảo vệ

Làm hủy hoại ở các hòa hợp
Vết lở tâm mới không sợ hãi.
Thường dấy lên thực hành như vậy
Điều ác trong người không làm được
Tội lỗi trong người không phạm vào
Tự nhiên mà không sợ hãi gì.
Mình cần phải dùng hết thân mạng
Làm việc lợi ích mà cúng dường
Thân mạng sai khác đều dùng hết
Tâm thiện làm nhưng không giảm sút.
Mình cần phải canh giữ cho tâm
Chấp hai tay nay chuyên thực hiện
Trong từng niệm từng niệm của tâm
Tất cả làm phương tiện bảo vệ.
Ví như đối với người bệnh nặng
Mọi chuyện không thể né tránh
Tâm tán loạn cũng giống như vậy
Không thể chịu được các sự nghiệp.
Tâm tán loạn không thể ổn định
Nghe-tư duy cùng với quán sát
Như đồ dùng rò rỉ thấm ra
Không thể nào dùng chứa đựng nước.
Do có người học rộng biết nhiều
Đối với những phương tiện như Tín...
Tâm sai lầm không thể ổn định
Mắc phải tội không yên lặng được.
Do vì tâm không quyết định được
Giặc cướp mê hoặc thật vừa lòng
Tất cả mọi phước đức thiện căn
Bị trộm đưa vào chỗ xấu ác.
Đám trộm cắp phe cánh phiền não
Đính vào ma nên chúng được dịp
Vì mạng lưới ma đã phát khởi
Làm tổn hại sanh mạng tốt đẹp.
Giữ chặt cánh cửa ý căn kia
Điều ác không thể dấy đi được
Nhớ đến tội lỗi khổ não ấy
Thứ tự trở lại được an trú.

Lành thay! Thuận theo lời thầy dạy
Niệm thiện nhất định được phát sanh
Vâng theo sự dạy dỗ của thầy
Nên dốc lòng cúng dường đầy đủ.
Đối với chư Phật và Bồ-tát
Tâm quyết định ngay trong khoảnh khắc
Nên nhớ lại những gì sợ hãi
Xin Phật xót thương hiện ngay trước mặt.
Tâm dong ruổi mà không ổn định
Cứ rời xa không thể trở về
Nếu có thể canh giữ cửa ý
Bảo vệ đừng lại không thể tản ra.
Nay con phải bảo vệ tâm này
Luôn bền lòng chắc chắn như vậy
Ví như cây không có gốc rễ
Không sanh ra cành lá xấu ác.
Mắt quán sát đối với sắc tướng
Biết rõ hư giả không chân thật
Mọi vật luôn luôn nhìn tỉ mỉ
Do đó không thể đắm vào được.
Vì thế nhìn thấy mà quán sát
Quán sát khiến cho chẳng mê hoặc
Quán sát đến nơi nhìn thấy rồi
Yên tâm khâm phục theo thiện đến.
Muốn thực hành không biết phương hướng
Trông về bốn phía sanh sợ hãi
Quyết định biết rõ phương hướng rồi
Quán sát tâm hành cũng như vậy.
Những công hạnh của người có trí
Tư duy hướng về trước và sau
Loại này là thiện-đây là ác
Như vậy việc làm không sai lầm.
Không thể dừng lại nơi thân này
Xa rời thân này tiếp làm gì?
Tại vì sao trú nơi thân này?
Nên trở lại quán sát bên trong.
Quán sát nội tâm cũng như vậy
Nhưng sử dụng các phương tiện ấy

Dùng pháp làm thành cây cột lớn
Buộc chặt vào khiến không thể rời.
Trước mắt dùng ý nghĩ như vậy
Quán sát mình là ở chỗ đó
Tất cả các thức đều như vậy
Thâu gồm khiến dừng trong khoảnh khắc.
Nếu như sợ do vì nghiệp lực
Có thể hướng theo cầu an vui
Tu bố thí-trì giới độ kia
Cho đến những xả bỏ lớn lao.
Nếu như tu tập nhân Bồ-đề
Phân biệt không tư duy điều ấy
Luôn luôn tu tập tự tâm mình
Nên khởi lên cách nhìn như vậy.
Như thế tu tập các điều thiện
Không khởi lên những gì sợ hãi
Mà lại làm cho các phiền não
Quyết định không thể tăng trưởng được.
Các loại ngôn thuyết hợp chánh lý
Thấy hiện đang mà lại rất nhiều
Quan sát xem hết quyết định hiểu
Phá hỏng lưới nghi đạt được quả.
Giống như cỏ dại bị cắt đứt
Niệm Phật giới có thể nhẫn nại
Sát na thực hành công hạnh này
Thu được kết quả rất tốt đẹp.
Nếu muốn đối với các chánh thuyết
Toàn bộ đều có thể thông suốt
Nên quán sát hiểu rõ tự tâm
Thường xuyên tu tập cho tinh tấn.
Ví như cây không có tình ý
Không nói năng không làm điều gì
Nhìn tự tâm mình cũng như vậy
Quyết định làm cho được như vậy.
Tâm dấy lên hướng về khinh mạn
Như người say rượu mê muội kia
Chỉ mưu cầu khen ngợi tự mình
Không phải là người tu hành ấy.

Nếu như người khác đối với mình
Mà phát sanh ra sự hủy báng
Đó gọi là tâm ý sân si...
Trú tâm luôn luôn giống như cây.
Như cây cối không thể phân biệt
Lợi dưỡng-địa vị và khen chê
Cũng không vì thân thích họ hàng
Thậm chí những quan hệ kế thừa...
Lợi cho người không tự lợi mình
Chỉ mong ước mình vì tất cả
Vì thế cho nên nói tâm mình
Kiên quyết bền lòng như cây cối.
Nhất tâm an trụ như cây cối
Đối với người thân và bạn bè
Cho đến đối với ba nghiệp hành
Không nảy sanh yêu-ghét-sợ hãi.
Quán sát cả với những phiền não
Như hư không nên chẳng chấp trước
Hãy dũng mãnh và luôn kiên định
Thọ trì thường xuyên thật chăm chỉ.
Không có thiện-xấu hổ đáng sợ
Nên một lòng mong cầu người khác
An trú thanh tịnh trong Tam muội
Được người khác tôn trọng khâm phục.
Tuy ở phần vị còn thơ trẻ
Nhưng không làm người khác buồn giận
Tự mình cũng không giận người khác
Lòng từ bi luôn luôn như vậy.
Mình thọ trì các pháp thiền định
Làm cho ý luôn luôn vắng lặng
Để cho tất cả mọi chúng sanh
Thường xuyên ở nơi không tội lỗi.
Từng niệm từng niệm trong khoảnh khắc
Một thời gian dài thành tốt đẹp
Tâm thọ trì chuyên cần như thế
Không lay động như núi Tu-di.
Chim đại bàng tham thịt không chán
Người tham điều thiện cũng như vậy

Thân và tâm không thể tu hành
Làm sao có thể rời xa được?
Làm sao bảo vệ được thân ý?
Tất cả mọi lúc tự chăm chỉ
Mọi người đã thực hành được gì?
Tất cả đều chuyên chú dốc lòng.
Mê muội ngu si không tìm chế
Tham lam xằng bậy như thân cây
Thân này do bất tịnh tạo ra
Tại sao trở lại yêu say đắm?
Xương thịt dựa vào nhau giữ gìn
Da bên ngoài để mà trang sức
Tự hiểu rõ khiến cho không tham
Giải thoát do lưỡi dao trí tuệ.
Cắt đứt các phần trên thân thể
Khiến nhìn thấy tinh tú trong thân
Quán sát và tư duy tường tận
Vì sao nhìn thấy có con người?
Dốc lòng luôn quán sát như vậy
Xem xét tỉ mỉ không thấy người
Tại sao thân này là bất tịnh
Tham lam yêu quý để giữ gìn?
Ở trong thai ăn vật bất tịnh
Ra khỏi thai uống toàn máu sữa
Không ăn uống các loại như vậy
Làm sao tạo được thân thể này?
Sói lang-đại bàng... đều tham thịt
Không thể phân biệt thiện và ác
Nên giống như người yêu quý thân
Thọ dụng trở thành tích lũy nghiệp.
Nhưng bảo vệ thân người như vậy
Đến chết nhãn tâm không yêu thương
Cùng sói lang-đại bàng không khác
Ông sao lại luôn làm như thế?
Thân chết đi thức không ở lại
Áo quần ăn uống há đáng giữ?
Thân rơi rụng thức ắt chuyển đổi
Có được để dùng tại sao lại tham?

Vì thế cho nên nay tác ý
Không tham lam những điều như vậy
Như vậy không thể rời bỏ được
Tất cả những điều bất thiện kia.
Giống như thân người có sự sống
Mình và tay chân cầu thành tựu
Thân có được nhưng trí không tăng
Quay trở lại chỉ tự hãm mình.
Đối với cuộc đời mặc thân-sơ
Nét mặt hiền hòa an ủi trước
Như vậy thường tự kìm chế mình
Tâm niệm luôn luôn không rời bỏ.
Cười mỉm không cần phải cao tiếng
Không đùa giỡn ném các vật ngòi
Tay nhẹ nhàng gõ cửa người khác
Tin chắc thật bền lòng tự giữ.
Như kẻ trộm-như mèo rình chuột
Theo đuổi việc làm không tiếng động
Tu tâm cũng như những loại này
Nên xa rời đối với thô lỗ.
Những sự hiềm khích do người khác
Không chính nghĩa lợi ích không nói
Luôn luôn vữa lòng các đệ tử
Trong lời nói vẫn luôn kính yêu.
Tất cả những gì đã nói ra
Nghe rồi làm cho xứng với thiện
Quan sát việc phước họ đã làm
Ca ngợi tán thưởng làm hoan hỷ.
Trong lòng mình nói đức của họ
Họ nghe được tâm ất vui mừng
Lúc muốn khen ngợi nói về họ
Hãy quán sát đức hạnh người kia.
Tu tập những việc làm hoan hỷ
Khó có được tâm chân thành ấy
Thường xuyên tu đức lợi cho người
Sẽ nhận được báo ứng vui sướng.
Nỗi khổ yêu-ghét nên rời bỏ
Vì nỗi khổ lớn của kiếp sau

Nỗi khổ này mình không trú vào
Kiếp sau an vui rất lớn lao.
Lời nói lành tiếng nói mềm mỏng
Căn đau buồn nghe sanh vui vẻ
Biểu hiện việc làm vừa ý họ
Nên tin theo lời nói chân thật.
Luôn thương xót nghĩ đến chúng sanh
Yêu quý giữ gìn như quý mắt
Làm cho họ trú trong chân thật
Chắc chắn tương lai được thành Phật.
Người ấy chân thật được thành tựu
Tất cả bạn bè đều lợi ích
Công đức tu tập trong khoảnh khắc
Rời đau khổ vô cùng an lạc.
Công đức ân cần chịu khó tu
Luôn làm mà tự mình đạt được
Không khoe khoang không hề cất giấu
Người nào nói đến những việc này?
Các Ba-la-mật như bố thí...
Tuyệt diệu vô cùng mà cao nhất
Những hạnh khác chẳng phải cao nhất
Lợi ích xuống dưới không rời xa.
Đức Phật lợi cho người như vậy
Điều ấy luôn luôn thiết thực nhất
Trong giáo pháp của Đức Như Lai
Thấy rõ trách nhiệm Từ Bi ấy.
Khi bậc thầy ba cõi nhập diệt
Phân biệt rõ ràng người xuất gia
Thức ăn có được-không có được
Không xa rời ba y-bình bát...
Pháp thân vi diệu của vị lai
Không thể khổ não vì chúng sanh
Đối với chúng sanh luôn như vậy
Tùy ý được đầy đủ trọn vẹn.
Xả bỏ không cần tất cả mạng
Xả bỏ kia cần phải bình đẳng
Tâm thương xót hướng về thanh tịnh
Quả báo tự nhiên được tốt đẹp.

Tâm thanh tịnh mà tôn trọng pháp
Không giữ các loại gậy và dao...
Không cầm dù lọng che trên đầu
Không có các tâm ý khinh mạn.
Vì tất cả người nam người nữ
Giảng về pháp sâu xa rộng lớn
Không phân biệt người tốt kẻ xấu
Khiến cho họ coi trọng bình đẳng.
Pháp không hề có sự rộng lớn
Mới đạt tới chẳng phải pháp hành
Xa rời không cung kính lễ dạy
Vui vẻ nói về pháp Đại thừa.
Xỉa răng và khạc nhổ đàm dãi
Không được vứt ở nơi đất sạch
Nước sạch và nhà cửa sạch sẽ
Không được bỏ các thứ tùy tiện.
Thức ăn đừng chứa đầy trong miệng
Ăn đừng làm cho có tiếng to
Lúc ăn không nói chuyện qua lại
Cũng đừng mở miệng mồm rộng toác.
Ngồi không được đung đưa nhịp chân
Đi cũng không vung vẩy cánh tay
Không cùng với người nữ chung xe
Cũng không cùng nhau ngồi chung giường.
Những việc gì vốn không đúng luật
Người trông thấy tâm không ưa thích
Tất cả những người đã nhìn thấy
Rời xa mà không thể cung kính.
Người khác hỏi để biết đường đi
Không được dùng một tay chỉ đường
Hai tay mà chỉ đường cho họ
Chỉ ra nơi đến con đường đó.
Tất cả các bước chân mình đi
Không vung cánh tay phát ra tiếng
Cũng đừng bật ngón tay xằng bậy
Oai nghi giữ gìn luôn như vậy.
Thầy tuy đã hóa thân diệt độ
Bốn oai nghi thuận theo nên học

Tôn trọng giới hạnh không coi thường
Quyết định đạt được quả bậc Thánh.
Vô lượng công hạnh đạo Bồ-tát
Điều đã nói không có giới hạnh
Hướng về dùng tâm tư thanh tịnh
Quyết định mà vâng mạng thực hành.
Đối với thời gian một ngày đêm
Tất cả phân ra làm ba thời
Thực hành đạo sám hối tất cả
Trú trong tâm Bồ-đề của Phật.
Tâm Bồ-đề tự mình an trú
Cũng khiến cho người khác đạt được
Phật tử trú trong các học giới
Dốc hết lòng giữ gìn như vậy.
Giới Thể của Phật luôn thanh tịnh
Không thể trông thấy có mây may
Luôn khởi lên thực hành như vậy
Phước ấy không có gì tính được.
Từ vô thủy vì các chúng sanh
Từng hạnh từng hạnh không sai khác
Như vậy vì tất cả chúng sanh
Cảm hóa khiến tất cả giác ngộ.
Nên biết là bậc tri thức thiện
Giống như tính mạng không thể bỏ
Bồ-tát giới là pháp tối thượng
Giáo pháp Đại thừa cũng như vậy.
Giải thoát dựa vào thầy học hỏi
Mà luôn luôn sanh ra tốt đẹp
Chư Phật thuyết khiến kinh trí tuệ
Đọc rồi nhìn thấy những giới pháp.
Nếu như tâm người bảo vệ giới
Mọi công hạnh đều đã nhìn thấy
Nếu ở nơi thân hoặc nơi tâm
Nên quán sát hết sức tường tận.
Miệng đọc lâu thân không thực hành
Những ví dụ sao tương xứng được?
Ví như người mắc bệnh hiểm nghèo
Nói viễn vông về sức của thuốc.

*Trong Kinh Hư Không Tạng đã nói
Giới luật Ba La Ba Để (Ba-la-đề-mộc-xoa)
Tập hợp các giới - định như vậy
Mở rộng như kinh điển đã nói.
Bậc Thánh giả Bồ-tát Long Thọ
Dốc hết lòng tập hợp tụng này
Tùy theo xứ sở mình cư trú
Khuyến khích bèn lòng biết cúng dường*

