

## Sáu Ba La Mật



Bản quyền hình ảnh của dunhuangfoundation.us

Sáu Ba La Mật hay còn gọi là “sáu hạnh hoàn hảo” được tìm thấy trong cả các kinh văn truyền thống như *Phật Sử* bằng tiếng Pali hay trong các giáo lý Đại Thừa. Trong các tiền kiếp của Đức Phật, *Bốn Sinh Kinh* (Jataka) cũng mô tả về con đường của một vị Bồ Tát hay Phật sắp thành, là người dẫn thân vào các thực hành này.

Theo tiếng Tạng nguyên bản, từ *paramita* tiếng Phạn có thể chia làm hai âm tiết *pāra* và *mita*. *Para* nghĩa là “vượt qua”, hoặc “sang bờ hay bên bên kia” và *mita* “người đã tới” hay ita, “người đã đi”. Theo cách dịch này, *paramita* có nghĩa là “người đã vượt qua” hay “siêu việt”. Phiên bản tiếng Tạng *parol tu chinpa* phản ánh ý nghĩa này.

Trên con đường Đại Thừa, những yếu tố này được coi là thực hành cốt lõi trong Bồ Đề Tâm Hạnh và được áp dụng trong các tình huống đời thường cũng như các thời khóa thiền. Kinh *Prajñāpāramitā* (Kinh Bát Nhã) và một số kinh văn Đại Thừa khác đã liệt kê sáu ba la mật như sau:

1. *Dāna pāramitā*: Bố thí hay trao tặng (tiếng Tạng རྒྱུན་པ་ *jinpa*)
2. *Śīla pāramitā*: Trì giới, đức hạnh, đạo đức, kỉ luật, cư xử hay hành động chuẩn mực (tiếng Tạng རྒྱལ་བྱིངས་ *tsultrim*)
3. *Kṣānti pāramitā*: Nhẫn nhục, khoan dung, chịu đựng, chấp nhận, nhẫn nại (tiếng Tạng བཟོད་པ་ *zōpa*)

4. *Vīrya pāramitā*: Hoan hỷ tinh tấn, mạnh mẽ, nỗ lực (tiếng Tạng བརྗེན་ལྷགས་ *tsöndrü*)
5. *Dhyāna pāramitā*: Tập trung nhất điểm (thiền), không phân tâm, quán chiếu (tiếng Tạng བསམ་གཏན་ *samten*)
6. *Prajñā pāramitā*: Trí huệ, sáng suốt, tuệ giác (tiếng Tạng ཤེས་རབ་ *sherab*)

Năm ba la mật đầu thuộc về hình thức tích tập đầu tiên trong hai pháp tích tập—là tích tập **công đức**. Và ba la mật thứ sáu là tích tập **trí huệ**.

Ba la mật thứ sáu có thể chia ra làm bốn, tạo thành mười ba la mật. Theo hệ thống này thì mười ba có thêm:

- *Upāyakauśala pāramitā*: các phương tiện thiện xảo (tiếng Tạng རབ་སྐྱོད་ལཱ་ལས་པ་, *tap la khepa*)
- *Bala pāramitā*: năng lực hay sức mạnh (tiếng Tạng ལྷོབ་སྐྱོད་, *top*)
- *Praṇidhāna pāramitā*: thệ nguyện (tiếng Tạng ལྷོབ་ལམ་, *mönlam*)
- *Jñāna pāramitā*: trí huệ nguyên thủy (tiếng Tạng ཡེ་ཤེས་, *yeshe*)

Dưới đây là một trích đoạn từ lời khuyên được soạn thảo bởi bậc thượng sư Ấn Độ Atisha, ngài đã mô tả về quá trình áp dụng các thực hành ba la mật thay vì đi theo con đường thế tục để đạt được hạnh phúc tạm thời.

*Thật vô ích khi hi sinh bản thân vì sự giàu có, xa hoa. Thay vào đó hãy trang hoàng cho bản thân bằng vinh quang của hạnh bố thí*

*Để đem lại vẻ đẹp cho đời này và sự an lạc cho đời sau, hãy thường xuyên trì giới thanh tịnh.*

*Trong thời đại suy đồi khi sân hận gia tăng, hãy trang bị giáp trụ nhẫn nhục để thoát khỏi giận dữ.*

*Chính sự biếng nhác giam cầm chúng ta nơi đây, nên hãy nhóm lên hạnh tinh tấn như lò lửa bùng cháy.*

*Kiếp sống của chúng ta trôi qua trong sự sao lãng thường xuyên, nên giờ đây hãy rèn luyện thiền định.*

*Mê hoặc bởi tà kiến, chúng ta không nhận ra tự tánh, vậy hãy quán chiếu về chân tướng của vạn vật.*

*Hỡi các bằng hữu, đừng lầy lún hồi nơi đây không hạnh phúc, hãy cùng nhau hành trình sang bến bờ khô ráo của sự giải thoát.*

*Tu tập một cách chân thực theo các hướng dẫn của Đạo Sư; hong khô biển phiền não luân hồi.*

*Hãy khắc ghi những lời này trong tâm khảm. Đây là những lời chân thành và đáng lưu tâm.*

*Nếu làm vậy, bạn sẽ mang lại niềm vui cho tôi, hạnh phúc cho bản thân và cả những người khác.*

*Tôi khiêm tốn thỉnh cầu các bạn lưu tâm những chỉ dẫn của gã gốc như tôi đã ban.*

Trích đoạn từ *Kho Tàng Trái Tim cho Những Chiến Binh Khao Khát Sự Giải Thoát*, dịch bởi Samye  
Translations