

NHẬP TRUNG ĐẠO CƯƠNG YẾU ĐẠT LAI LẠT MA TẠI HARVARD



Chân Nguyên Dịch

---o0o---

Nguồn

<http://thuvienhoasen.org>

Chuyển sang ebook 28-07-2009

Người thực hiện :

Nam Thiên - namthien@gmail.com

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

Mục Lục

- Chương 01. Phương pháp phân tích trong Phật giáo
- Chương 02. Tình thế của vòng sinh tử
- Chương 03. Khía cạnh tâm lí của vòng sinh tử
- Chương 04. Luận thêm về tâm thức và nghiệp
- Chương 05. Diệt đế và Phật tính
- Chương 06. Đạo đế và hợp nhất với an lạc
- Chương 07. Thiền định
- Chương 08. Lợi tha
- Chương 09. Nhận thức giá trị của kẻ thù
- Chương 10. Trí huệ
- Lời Nói Đầu Giáo sư Jeffrey Hopkins
- Nhập Trung Đạo Cương Yếu

---o0o---

Chương 01. Phương pháp phân tích trong Phật giáo

Dẫn nhập

Tôi rất vui mừng và vinh hạnh được nói về Phật giáo, đặc biệt là triết lý Phật giáo tại đại học trứ danh này. Chương trình diễn giảng của tôi bắt đầu từ một cách nhìn tổng quát về Tứ thánh đế, luận thuật về các trường phái Phật giáo cũng như những học thuyết, quan điểm được các trường phái này chủ trương đại diện. Hai hệ thống triết lý chính mà tôi sẽ đề cập đến là Trung quán¹ và Duy thức². Nếu trình bày, diễn giảng tất cả các tông phái thì tôi thiết nghĩ không chỉ làm quý vị rối thôi, chính bản thân tôi có lẽ cũng sẽ rối theo!

Người khai sáng Phật giáo trong thời đại chúng ta là Phật Cồ-đàm,[1] xuất thân trong dòng dõi Thích-ca[2] tại Ấn Độ. Quá trình tu học của Phật-đà có thể chia thành ba giai đoạn: Trước hết, Ngài phát tâm cầu đạt giác ngộ vì lợi ích của chúng sinh; trong giai đoạn hai thì Ngài gia trì công đức, trí huệ và cuối cùng, Ngài chứng đắc Bồ-đề, bắt đầu chuyên bán xe pháp. Cuộc đời của Ngài được nhắc đến như trên là vì trong Phật giáo, không một ai tự giác ngộ từ ban sơ cả, mà ngược lại, mỗi người đều phải tu tập để đạt giác ngộ.

Vì có bốn trường phái với bốn học thuyết[3] trong Phật giáo nên người ta tìm thấy nhiều cách giảng giải khác nhau về các phương pháp phát tâm cầu đạt giác ngộ vì lợi ích của chúng sinh, gia trì công đức, trí huệ và tu tập để đạt giác ngộ. Nhìn chung, Phật Thích-ca Mâu-ni (»Người chiến thắng từ dòng tộc Thích-ca«) ngay từ đầu đã phát triển nguyện vọng tinh thâm cầu chứng Phật quả để cứu độ chúng sinh. Cứu giúp loài hữu tình là nguyện vọng chính của Ngài. Trong giai đoạn hai, Ngài đã qui tập công đức, trí huệ trong ba chu kỳ bao gồm vô lượng kiếp và vào cuối giai đoạn phát triển này, Ngài đạt Vô thượng chính đẳng chính giác.[4] Vì cuộc đời của Phật Thích-ca được phổ biến trong kinh sách Phật giáo nên tôi không cần phải trình bày tường tận nơi đây.

Nhìn lại cuộc đời của các vị sáng lập tôn giáo như Đức Phật, Đức Jesus Christ thì đặc điểm quan trọng của các vị mà tôi ghi nhớ được là lối sống giản dị, hết lòng hiến thân vì người. Thái độ của chư vị là biểu hiện tuyệt đỉnh của một tấm lòng vị tha, sẵn lòng nhận lấy đau khổ để đem lại niềm vui cho người khác. Ví dụ như Đức Phật, sinh ra trong một gia đình quyền quý nhưng Ngài vẫn quyết chí xuất gia, từ bỏ tất cả những niềm vui thế tục, cam nhận khổ cực để tu tập thiền định tại một nơi hoang vắng. Chỉ như thế, Ngài mới đạt giác ngộ viên mãn. Là những người theo những tôn giáo khác nhau, chúng ta không nên bỏ qua nét đặc sắc tương đồng này.

Sau khi đạt chính quả, thành Phật tại Bồ-đề đạo trường,[5] Phật Thích-ca an trú bốn mươi chín ngày mà không thuyết pháp, không »quay bán xe pháp«.

Ngài đạt bồ-đề ngày rằm tháng tư (theo lịch âm-Tạng). Ngày mùng bốn tháng sáu, Ngài bắt đầu quay bánh xe pháp qua bài thuyết giảng đầu tiên về Tứ thánh đế[6] cho năm vị tỉ-khâu. Nhưng trước khi nói về Tứ thánh đế, chúng ta nên đề cập đến vấn đề căn bản là Qui y với ba đối tượng hệ thuộc.

Qui y

Phật giáo quan niệm thế nào về qui y? Phật tử và không phải Phật tử khác nhau chỗ nào? Theo quan điểm qui y thì Phật tử là người chấp nhận Phật, pháp, tăng là ba đối tượng quý trọng nhất để phục tòng. Theo quan điểm triết học thì Phật tử là người chấp nhận Tứ pháp ấn (sẽ được trình bày sau), bốn tiêu chuẩn cơ bản được dùng để xác định sự phù hợp hoặc không phù hợp với quan điểm Phật giáo của một quan điểm triết học nào đó. Khi nhắc đến ba đối tượng của qui y — cũng được gọi là Tam bảo,[iii] »Ba báu vật« —, chúng ta nên hiểu rằng, mặc dù Phật là bậc thầy dạy nhưng Pháp[7] phải được xem là đối tượng chính để qui y. Chính Đức Phật đã nói: »Ta chỉ các người con đường dẫn đến giác ngộ, nhưng giác ngộ hay không thì còn lệ thuộc vào các người.«[iv] Cũng với quan niệm này, Phật bảo rằng, mỗi người phải tự bảo hộ lấy. Tăng-già là giáo hội với những thành viên có thể giúp đỡ trong việc thực hiện qui y trong nội tâm.

Phật — Phật là gì theo những hệ thống triết lí cao đẳng của Phật giáo? Cơ bản là chúng ta đều có khả năng trở thành Phật và khả năng này chính là những nhân tố tinh yếu của thân, khẩu và ý. Và cũng vì những nhân tố này mà chúng ta có thể phát triển và đạt được trạng thái siêu việt của một vị Phật, chuyển hóa thân khẩu ý thành thân khẩu ý của Phật, cấp bậc cao nhất của con đường tu tập. Về tâm thức siêu việt của một vị Phật thì người ta có thể phân biệt được hai nhân tố: một là nhân tố Nhận thức của tâm thức, hai là nhân tố Chân như[8] của tâm thức, là dạng tồn tại đích thật của tâm. Người ta cũng gọi hai nhân tố này là Trí pháp thân[v] và Tự tính thân;[vi] cả hai thân này hợp lại hình thành một đơn vị, được gọi là Pháp thân.[vii]

Tự tính thân của một vị Phật có hai khía cạnh nhưng, cả hai lại xuất phát từ một bản chất duy nhất: khía cạnh thứ nhất là sự thật tuyệt đối, cũng được gọi là Pháp giới[viii] và trong đây, mọi ô nhiễm[9] đều tự tiêu hủy; khía cạnh thứ hai là sự giải thoát ra khỏi những ô nhiễm này qua những cách thức đối trị. Khía cạnh đầu tiên là nhân tố thanh tịnh tự nhiên; khía cạnh thứ hai là nhân tố thanh tịnh đạt được qua sự giải thoát khỏi những ô nhiễm tạm thời.

Pháp — Trong ba đối tượng qui y của một Phật tử — Phật, pháp, tăng — thì pháp bao gồm hai phần: Diệt đế[10] và Đạo đế.[11] Diệt đế bảo vệ con người trước tất cả những sự việc ngoài ý muốn, là trạng thái cách biệt khổ não và các nguyên nhân của khổ não. Đạo đế là phương tiện trực tiếp hướng dẫn con người đến những trạng thái này. Vì thế nên Đạo đế và Diệt đế mới thật sự là đối tượng chính để qui y. Các bài luận giảng sau đây hầu hết đều đề cập đến Pháp giới, nơi mà mọi ô nhiễm đều tự chấm dứt.

Pháp được chia thành hai thể loại giáo lí: lí thuyết và nhận thức và trong đó, giáo lí nhận thức bao hàm Diệt đế và Đạo đế. Vì sao »nhận thức«? Bởi vì giáo lí này đưa ra một tiêu chuẩn, một mục đích phải được nhận ra và được thực hiện. Đạo đế là phương tiện để vượt qua những ô nhiễm, tu tập phát triển trí huệ — Huệ học. Nhưng Đạo đế cũng bao hàm cả những yếu tố cơ bản để đạt trí huệ là Thiên định; các yếu tố cơ bản để đạt định lại chính là Giới học. Cả ba cách tu học nói trên: giới, định và huệ được xếp vào phần nhận thức học; kinh sách với nội dung như trên được xếp vào phần lí thuyết, là phương tiện để diễn tả nội dung của ba cách học trên. Cũng theo quan điểm nêu trên mà các kinh sách của Phật giáo được chia thành Tam tạng:[12] 1. A-tì-đạt-ma[ix] tạng: xử lí, phân tích những vấn đề siêu hình; 2. Kinh tạng:[x] bao gồm những lời dạy của Phật và 3. Luật tạng.[xi]

Như Từ Thị[13] nói rõ trong Đại thừa kinh trang nghiêm luận:[xii] »Kinh điển bao gồm một hoặc hai phần«, kinh điển Phật giáo được chia thành ba phần như vừa nêu trên hoặc hai: một là kinh điển của hàng Thanh văn[xiii] và Độc giác thừa,[xiv] và hai là kinh điển của Bồ Tát thừa.[14]

Tăng[15] — Tăng bảo bao gồm các vị Bồ Tát, Thanh văn và Độc giác Phật, những người ít nhất đã đạt được quả vị Kiến đạo,[16] một yếu tố quan trọng để trực chứng được Tính không. Vì chứng ngộ được Tính không nên các vị này cũng được gọi là Thánh nhân.[xv] Đối với những bậc Thánh của Bồ Tát thừa thì Kiến đạo là điểm xuất khởi của sự nhận thức và việc bắt đầu thực hiện Thập địa.[xvi]

Có nhiều hệ thống phân chia các địa vị tu học với những con số khác nhau. Có hệ thống thu tóm Tư lương đạo[17] và Gia hạnh đạo[18] — cả hai được gọi chung là Thắng giải hạnh địa,[xvii] »địa vị tu tập đạt được bằng thâm định, ấn khả« [ở hai địa vị này, hành giả vẫn còn là một người phàm, chưa đạt thánh vị] — thành một chủng loại và đưa nó vào hệ thống Thập địa. Theo một cách phân chia khác, người ta chỉ chú trọng đến thập địa của một thánh nhân và trong đây, địa vị thứ mười lại được phân ra thành nhiều cấp

khác nhau. Vì vậy mà chúng ta có thể tìm thấy được những hệ thống với mười một, mười ba hoặc mười lăm địa vị. Đặc biệt trong truyền thống tantra, người ta có thể phân loại các địa vị theo nhiều cách khác nhau. Mặt khác, nhiều học giả cho rằng, cách phân chia địa vị như trên không đúng nếu đứng trên phương diện một hành giả có khả năng đặc biệt; hành giả này có thể tiến triển rất nhanh trên con đường tu tập bởi vì ông ta chọn con đường Cực quang[19] tâm thức thuộc về Man-tra thừa.[20] Kết quả tu tập cũng có thể đạt được rất nhanh nếu hành giả đã chứng được quả vị Đại thủ ấn³. Vì sao lại nói những cách phân chia địa vị tu chứng phía trên là không đúng? Các học giả quan niệm rằng, dùng những phương pháp tiệm tu không thể nào ước lượng những phương pháp rất hiệu nghiệm, rất nhanh khác của Man-tra thừa.

Trong trường hợp Thanh văn và Độc giác thừa, người ta thường gặp hệ thống với tám địa vị⁴ và các địa vị này có thể được rọi sáng qua bốn quả vị tu chứng sau:

1. Dự lưu:⁵ là người đã trực chứng, đạt kinh nghiệm trực tiếp về Tứ thánh đế;
2. Nhất lai:⁶ người đã tận diệt sáu cấp bậc phiền não trong dục giới;
3. Bất lai:⁷ người đã tận diệt tất cả chín cấp bậc phiền não trong dục giới;
4. Sát Tặc: người đã tận diệt tất cả 81 cấp bậc phiền não trong Tam giới — dục giới, sắc giới và vô sắc giới.

Như chúng ta thấy, Tăng-già có thể được phân chia ra nhiều nhánh, nhiều cấp bậc khác nhau.

Ba đối tượng qui y của Phật giáo là Phật, pháp và tăng, nhưng tại Tây Tạng, người ta thường kể thêm Lạt-ma vào và như thế có tất cả bốn đối tượng để qui y: Lạt-ma, Phật, pháp và tăng. Một phụ nữ hâm mộ Phật pháp người Đức thấy vậy rất ngạc nhiên, hỏi tôi: »Vì sao mà Lạt-ma lại được đặt trên cả địa vị Phật? Như vậy có nghĩa gì? Tôi không thể nào chấp nhận việc này được.« Tôi trả lời là bà rất có lí, bởi vì thật sự thì chỉ có ba đối tượng để qui y là Phật, pháp, tăng. Nhưng việc đưa Lạt-ma trở thành một đối tượng để tôn sùng, qui y cũng có lí do; vì ông ấy chính là sứ giả của Phật, là người hướng dẫn chúng ta trên con đường tu học. Hơn nữa, một Lạt-ma với đầy đủ tài đức chính là một vị Phật. Không phải vô lí mà người ta chú tâm đến vai trò của một vị Lạt-ma; nhưng thật sự thì chẳng có một Lạt-ma, chẳng có một đạo sư

nào mà không ở trong ba ngôi báu Phật, pháp, tăng. Nếu nhìn như thế thì cũng chỉ có Tam bảo, không có Tứ bảo. Những Lạt-ma không đủ khả năng lại thuộc một đề tài luận đàm hoàn toàn khác.

Tứ pháp ấn

Như đã đề cập trước đây, điểm khác biệt giữa một Phật tử và người khác được phân tích theo phương diện triết học qua Bốn pháp ấn[21] sau:

1. Các hành[22] là vô thường;
2. Những gì ô nhiễm đều tạo khổ;
3. Các pháp hữu vi đều vô ngã;
4. Niết-bàn là tịch tĩnh.

Tuy nhiên, chúng ta gặp một khó khăn bởi vì một chi phái của Đại tì-bà-sa bộ[xxiv] — được gọi là Độc Tử bộ[xxv] — lại chủ trương một »ngã« không thể diễn bày và vì vậy mà có những cuộc tranh luận về việc có nên xếp phái này vào Phật giáo hay không.

Hai tầng cấp lịch sử Phật giáo

Theo kinh Giải thâm mật,[xxvi] một bộ kinh Đại thừa thì Phật quay bánh xe pháp ba lần: bánh xe thứ nhất là Tứ thánh đế, bánh xe thứ hai là Tính không, Vô tướng và bánh xe cuối cùng được gọi là bánh xe của sự phân biệt, quan sát chính chắn. Khi chuyển pháp luân lần đầu, Phật dạy rằng, tất cả các pháp hầu như đều tồn tại, dựa trên cơ sở tự tính mà hiện hữu. Với lần chuyển pháp luân thứ hai, Ngài dạy là tất cả các pháp đều không tồn tại, trống rỗng (và cũng không tồn tại với những đặc tính riêng biệt của chúng). Cuối cùng — với lần chuyển pháp luân thứ ba —, Ngài xác định lại học thuyết, nói về phương cách tồn tại của các pháp bằng cách giảng rằng, Biến kế sở chấp tướng[xxvii] không tồn tại trên cơ sở tự tướng,[xxviii] nhưng, Viên thành thật tướng[xxix] — tức là Tính không — và Y tha khởi tướng[xxx] lại tồn tại trên cơ sở tự tướng.[xxxi]

Nhiều sử gia tranh luận, đặt vấn đề là Đại thừa Phật pháp, đặc biệt là Man-tra thừa — một thành phần của Đại thừa — có phải thật là lời Phật thuyết hay không. Chúng ta hãy xem xét điều này theo cách nhìn của Phật giáo.

Đức Phật thuyết giảng một cách công khai, rộng rãi cho hàng Thanh văn. Những quả vị tu chứng trên con đường tu tập được nhắc lại trong kinh điển tạo thành ba cấp bậc giác ngộ: giác ngộ của một Thanh văn, Độc giác và giác ngộ của Phật-đà. Như thế thì kinh điển của hàng Thanh văn cũng bao hàm Bồ Tát đạo với kết quả tối cao là Phật quả. Nếu cho rằng, kinh sách của hàng Thanh văn chỉ dạy con đường Thanh văn và Độc giác là một sai lầm. Vì thế mà tôi không thích dùng danh từ »Tiểu thừa« và »Đại thừa« vì chúng dễ gây sự hiểu lầm. Dùng những thuật ngữ như »Thanh văn thừa« và »Bồ Tát thừa« có lẽ thích hợp hơn. Tuy vậy, người ta cũng không nên hiểu danh từ »Tiểu thừa« là một lời lăng mạ, chỉ trích. Nếu người nào theo Man-tra thừa tuyên bố rằng, Thanh văn thừa không có khả năng đoạn diệt phiền não, chướng ngại trên con đường tu tập đạt giải thoát thì đó là một sự vi phạm nghiêm trọng giới luật của Man-tra thừa. Thanh văn thừa phải được tôn trọng. Về mặt thực hành, hành giả nên — trừ một vài trường hợp ngoại lệ — tu tập theo lời dạy của tất cả các chi phái. Sự phân biệt Đại thừa Tiểu thừa như thế không phải xuất phát từ việc đánh giá cao thấp một vài giáo lí nào đó mà xuất phát từ động cơ; tùy theo sức mạnh và qui mô của động cơ mà có những trường phái lớn, nhỏ và cũng tùy động cơ đó mà có quả vị lớn, nhỏ. Mặc dù đó chính là ý nghĩa thật sự của Tiểu thừa, Đại thừa nhưng tôi vẫn không chuộng sử dụng chúng lắm — vì những sự hiểu lầm có thể xảy ra — mà sử dụng danh từ Thanh văn thừa và Bồ Tát thừa hơn. Trong một vài hội nghị Phật giáo đã có những lời đề nghị là không nên dùng những từ kia nữa.

Ba quả vị khác biệt đã được trình bày ngay trong kinh sách của hàng Thanh văn: giác ngộ của Thanh văn, Độc giác và giác ngộ của một Bồ Tát, trở thành Phật-đà. Như vậy thì hàng Thanh văn đã nhắc đến những vị Bồ Tát trên đường tu tập tiến đến Phật quả, trải qua không biết bao nhiêu kiếp để tích tụ công đức và trí huệ. Nhưng, những kinh sách này không bao giờ tường thuật phương pháp để đạt Bồ Tát đạo; chúng chỉ nêu ra con đường với Ba mươi bảy thành phần trợ đạo.[xxxii]

Long Thụ nói như sau trong luận Bảo hành vương chính:[xxxiii] »Chỉ tu tập, thực hiện Ba mươi bảy thành phần trợ đạo mà có thể đạt chính đẳng giác của một vị Phật, vượt hẳn quả vị của hàng Thanh văn và Độc giác thì quả là một sự kiện nghịch lí, một kết quả không có nguyên nhân. Nhưng cũng chính bởi vì những kinh sách của hàng Thanh văn nói đến Phật quả viên mãn nên chúng đã gián tiếp nhìn nhận là ngoài Thanh văn và Độc giác thừa còn có một cỗ xe khác, được gọi là Bồ Tát thừa.« Như vậy thì kinh điển của hàng Thanh văn cũng đã thừa nhận Phật đã thuyết giáo pháp Bồ Tát cho những đệ

tử đã tạo thiện nghiệp hi hữu mà trong đó có những người ở cõi trần và cõi thiên.

Không phải tất cả những bài thuyết pháp, những hành động của Phật-đà đều được phổ biến rộng rãi trong kinh điển. Ví dụ như trường hợp Ngài thuyết giảng trong lần chuyển pháp luân thứ hai trên đỉnh Linh Thứu.[23] Nội dung của những bài thuyết pháp này là những bài kinh thuộc hệ Bát-nhã ba-la-mật-đa[24] và trong những bài kinh này, người ta thường kể rằng, rất nhiều môn đệ của Ngài — người, chư thiên, a-tu-la và những loài khác đã tham dự những pháp hội này. Nhưng nếu đã từng đến núi Linh Thứu thì người ta sẽ nhận ra ngay là cái đỉnh của ngọn núi này chỉ có thể chứa được mười, cao nhất là mười lăm người. Vậy thì chỗ Phật thuyết pháp phải là một nơi, một hiện tượng mà chỉ những môn đệ với những thiện nghiệp hi hữu, con mắt thanh tịnh, mới có thể nhìn thấy được.

Vì có nhiều tranh luận nghi vấn về giáo lí Đại thừa — quả thật là lời Phật hay không — nên Từ Thị đã chứng minh trong bài luận Đại thừa kinh trang nghiêm[xxxiv] giáo lí này đích thật là lời Phật thuyết. Bằng chứng này cũng được Long Thụ chứng minh trong luận Bảo hành vương chính,[xxxv] Thanh Biện[25] trong luận Quang minh biện[xxxvi] và Tịch Thiên[26] trong luận Nhập bồ-đề hành.[xxxvii] Nhưng nhìn chung, dựa vào những nguồn tài liệu lịch sử, chúng ta không thấy rõ được Đại thừa kinh điển chính là lời Phật thuyết. Đây là cách nhìn riêng của tôi vấn đề này.

Kinh điển của Man-tra thừa còn ít được phổ biến công khai hơn kinh điển của Đại thừa; thông thường, chúng chỉ được truyền trao riêng biệt cho những người phi thường với một tâm thức thượng hạng. Cũng có những trường hợp là những lời thuyết giảng được cảm nhận qua năng lực thị giác đặc biệt của hành giả, ví dụ như trực nhận được sự xuất hiện của Đức Phật qua hình ảnh của vị Thiên thần trong một Man-đa-la (được xem là một chỗ cư trú thiêng liêng). Khả năng này chính là kết quả của những thiện nghiệp, công đức đã tích tụ. Như vậy thì những giáo lí này có thể xuất hiện khi Phật còn tại thế cũng như sau khi Phật diệt độ. Nhìn những mối liên hệ của giáo lí Đại thừa nói chung thì chúng ta thấy nhiều sự kiện vượt khỏi phạm vi của sử sách bình thường.

---o0o---

Các điểm trọng yếu của phương pháp nghiên cứu trên cơ sở luận lí

Trên phương diện học thuyết thì những hệ phái cao đẳng như Duy thức và Trung quán thành lập những qui luật để phân biệt giữa những lời thuyết giảng liễu nghĩa[27][xxxviii] và vị liễu nghĩa.[xxxix] Như vậy có nghĩa là: Ngay cả khi một học thuyết nào đó được trình bày qua lời trần thuật của Đức Phật, nó cũng phải được nghiên cứu, kiểm soát theo phương diện luận lí. Nếu đã phát hiện một điểm mâu thuẫn nào đó thì chúng ta không nên dựa theo ý nghĩa hiển bày mà tìm cách thuyết minh theo quan điểm khác.

Tất cả bốn hệ thống học thuyết của Phật giáo — Đại tì-bà-sa bộ, Kinh lượng bộ,[xl] Duy thức và Trung quán tông — đều lấy những lời dạy của Phật làm cơ sở. Có nhiều cách để xác định lời nào của Phật là liễu nghĩa, lời nào vị liễu nghĩa, cần được thuyết minh.

Vì tất cả các trường phái đều trích dẫn lời Phật để chứng minh quan điểm của họ nên chúng ta không thể dựa vào cách chứng minh qua văn tự trong trường hợp muốn hiểu rõ lời nào của Phật phản ánh trọn vẹn thâm ý của Ngài và lời nào được thuyết chỉ bởi vì một mục đích nhất định nào đó. Chính vì thế mà Phật nói như sau:[xli]

Như một người thử vàng bằng cách nung luyện, cắt, mài; cũng như vậy, các tì-khâu, thiện tri thức nên thừa nhận lời dạy của ta sau khi nghiên cứu kĩ. Đừng chấp nhận chỉ vì muốn tỏ lòng tôn kính.

Vì thế nên chúng ta không nên đặt niềm tin vào những người đại diện một lí thuyết nào đó không hợp lí và cũng không nên xem họ là người có thẩm quyền về đề tài này.[xlii] Cho nên, phương pháp luận lí phải được sử dụng để phân biệt những gì đã mang sẵn trọn vẹn ý nghĩa và những gì cần được làm rõ thêm.

Vậy thì áp dụng phương pháp luận lí như thế nào? Đức Phật đã trình bày Bốn điểm nương tựa như sau:[28]

1. Đừng nương tựa vào con người mà tựa vào pháp.
2. Nương tựa vào pháp thì không nên chấp trước văn tự mà nương tựa vào ý nghĩa.
3. Đã nương tựa vào nghĩa thì không nên tựa vào nghĩa được giảng rộng, mà nương vào nghĩa toàn vẹn.

4. Nương tựa vào ý nghĩa toàn vẹn thì không nên dựa vào tâm thức bình thường mà dựa vào trí huệ siêu việt.

Chúng ta phải dùng bốn điểm nương tựa nói trên để nghiên cứu nhằm xác định được sự hợp lý hoặc nghịch lý của một lý thuyết nào đó.

Điểm quan trọng ở đây là sự nhận thức, phân biệt được giữa thâm ý của tác giả và ý nghĩa của văn bản. Nhìn như thế thì phái Cự duyên[xliiii] trình bày được thâm ý của tác giả — Phật-đà — trong khi những trường phái khác chỉ nêu được ý nghĩa của kinh sách, là ý nghĩa được thuyết giảng trong một thời điểm nhất định nào đó với một mục đích nhất định nào đó. Người nào nghiên cứu Phật giáo phải nhận thức được sự đa dạng của các hệ thống. Ai chỉ đọc một trang, học thuộc lòng và bám chặt vào ý nghĩa trong đó, tâm của người ấy sẽ tán loạn ngay khi lật qua trang mới.

Tám vị Đại sư được trình bày trên những bức tranh phía sau tôi là »Sáu bảo trang của thế gian« và »Hai tôn giả«, là những vị đã cung cấp cho chúng ta những phương tiện để phân tích, nghiên cứu kinh điển. Tác phẩm của chư vị quả là những liều thuốc làm sáng mắt cho chúng ta và nhân đây, tôi muốn nói vài lời giới thiệu về chư vị. Hai vị Học giả[29] và Thánh nhân đầu là Long Thụ và Thánh Thiên,[30] viết phần lớn những tác phẩm về triết lý Tính không phù hợp với quan điểm của tông Trung quán, được xem là hệ thống thuyết minh Phật pháp cao siêu nhất. Hai vị kế tiếp thuộc Sáu bảo trang của thế gian là Vô Trước[31] và Thế Thân.[32] Các tác phẩm của hai vị nói nhiều về giới hạnh và phương pháp thực tập hơn là lý thuyết và về phương diện này thì cả hai đều đại diện cho tông Duy thức. Vì chúng tôi là dân Tây Tạng, chủ trương triết lý Trung quán nên tôi bảo vệ lập trường của hai vị Long Thụ và Thánh Thiên, phê bình quan điểm của Vô Trước và Thế Thân!

Hai Học giả tiếp theo là Trần-na[33] và Pháp Xứng.[34] Toàn bộ hệ thống Nhân minh học[35] Phật giáo đều lấy những tác phẩm của Trần-na làm cơ bản và đặc biệt là những bản chú giải những tác phẩm này của Pháp Xứng được chú trọng hơn hết. Nếu không có những trứ tác quý báu của hai vị này thì Nhân minh học Phật giáo không đạt đến trình độ sắc bén như vậy. Hai Tôn giả còn lại là Đức Quang[36] và Thích-ca Quang,[37] hai chuyên gia về giới luật, viết những tác phẩm với những đề tài như chính nghiệp, chính mệnh, như thế nào để trở thành một tăng, một ni, đạo hạnh của một ti-khâu. Sáu bảo trang của thế gian và Hai tôn giả quả thật là những vị học giả chân chính của thời xưa.

Tứ thánh đế

Bây giờ chúng ta bước vào chủ đề thật sự là Tứ thánh đế — bốn chân lí cao cả: 1. Khổ đế, 2. Tập đế, 3. Diệt đế và 4. Đạo đế. Trong phạm vi Tứ thánh đế, người ta phân biệt hai khía cạnh của nhân quả: 1. Nhân quả trên phương diện của những hiện tượng có mối liên hệ chặt chẽ với phiền não và 2. Nhân quả trên phương diện của các pháp, các hiện tượng thanh tịnh.

Vậy thì hai loại nhân quả này được trình bày với mục đích gì? Chúng được nêu ra ở đây vì chúng ta ai cũng muốn được hạnh phúc, thoát khỏi khổ đau. Bởi vì chúng ta mong muốn có hạnh phúc nên nhân quả của các pháp, các hiện tượng thanh tịnh được giảng bày, và cũng bởi vì chúng ta muốn tránh khổ nên qui luật nhân quả nhìn theo phương diện hiện tượng liên hệ với phiền não được thuyết minh.

Hai khía cạnh nhân quả này có thể được trình bày theo thứ tự thời gian hoặc quá trình chúng được thông hiểu, tùy theo cách nhìn — thiên về mặt chủ quan hoặc khách quan. Ví dụ như trong tác phẩm Hiện quán trang nghiêm luận,[xliv] Từ Thị sắp xếp Tứ thánh đế theo trình tự thời gian:

Nương theo thứ tự của Tập đế và Đạo đế cũng như Khổ đế và Diệt đế...

Tập và Đạo là hai nguyên nhân (nhân) trong Tứ thánh đế, là nguyên nhân gây khổ và con đường diệt khổ; Khổ và Diệt là hai kết quả (quả), là khổ và phương pháp diệt khổ. Ở đây chúng ta thấy một cách trình bày khách quan theo trình tự thời gian và cũng theo đó, Tứ thánh đế lần lượt được hiển bày: Nguyên nhân được giảng dạy trước và kết quả được trình bày sau; vì vậy, Thánh đế thứ hai và thứ tư được đưa ra trước Thánh đế thứ nhất và thứ ba. Trong tác phẩm Đại thừa tối thượng tan-tra,[xlv] Từ Thị trình bày Tứ thánh đế trên phương diện chủ quan, theo thứ tự mà chúng được thông hiểu:

Căn bệnh phải được nhận ra; nguyên nhân của bệnh phải được đối trị. Trạng thái an lạc phải là mục đích và thuốc đối trị phải được uống vào. Cũng như thế, Khổ phải được nhận ra, Nguyên nhân gây khổ phải được trừ bỏ, Diệt khổ phải là mục đích và Đạo diệt khổ phải được thực hiện.

Theo cách trình bày trên thì Khổ đứng hàng đầu; sau đó là nguyên nhân của Khổ, Diệt khổ và Đạo diệt khổ. Trình tự nêu trên tương ứng với phương pháp nhận thức Tứ thánh đế.

Cách diễn bày vừa nêu trên sẽ được hiểu rõ nếu so sánh nó với việc chẩn đoán và trị liệu một căn bệnh. Khổ cũng giống như một cơn bệnh. Thật sự thì không ai muốn bệnh, nhưng, nếu muốn khỏi bệnh thì người ta phải tự chủ, tự rõ được là »mình đang mắc bệnh.« Nếu làm lẫn mà cho rằng, trạng thái bệnh là trạng thái an lạc thì chắc chắn là không ai muốn khỏi bệnh. Vì thế mà bệnh tình phải được nhận ra.

Nếu đã chẩn đoán được bệnh thì người ta sẽ nghiên cứu, suy nghĩ xem nguyên nhân của nó nằm ở đâu. Đây là lí do vì sao nguyên nhân của khổ được trình bày trong Tập đề — Thánh đề thứ hai. Ngay khi đã chẩn đoán được bệnh, nguyện vọng thoát khỏi bệnh đã phát khởi, người ta vẫn chưa rõ được nguồn gốc chính của bệnh; cũng vì thế mà người ta chưa tin là sẽ khỏi bệnh. Nhưng khi đã biết rõ nguồn gốc thật sự của bệnh, người ta sẽ tự nhủ được: »Bây giờ mình có thể khỏi bệnh.« Phát hiện này hướng dẫn chúng ta đến Thánh đề thứ ba — Diệt đế. Vì đã tìm ra nguyên nhân chính của khổ nên người ta có thể tự tin: »Bây giờ mình có thể đoạn diệt khổ não.«

Khi đã nhận thức được rằng, cuộc sống trong vòng sinh tử chỉ có thể là khổ và nguyên nhân nhất định nào đó gây khổ có thể đoạn diệt được, người ta sẽ phát nguyện tìm đạo giải thoát khổ cũng như phát nguyện được đi trên con đường giải thoát này. Một ví dụ để so sánh: Nếu biết bệnh tình có thể chữa khỏi được, người ta sẽ tìm được liệu thích hợp và nếu quả thật là phải nằm trên bàn mổ thì người ta cũng sẵn sàng cam chịu những đau đớn tạm thời để khỏi bệnh — kết quả hiển nhiên của việc điều trị. Để đạt được một mục đích cao cả, người ta phải hi sinh một việc nhỏ. Đó là đặc tính của chúng ta, là nguyên lí tự nhiên.

---o0o---

Vì sao phải nghiên cứu tường tận

Nương theo Tứ thánh đế, mười sáu đặc tính hệ thuộc được trình bày, giải thích; cứ bốn đặc tính tùy thuộc vào một Thánh đế. Vì sao các vấn đề này lại được trình bày một cách kĩ lưỡng như vậy? Theo quan niệm của Phật giáo thì nguồn gốc của khổ não được hình thành bởi sức mạnh của vô minh. Nhưng vô minh lại được đoạn diệt bởi trí huệ phân biệt. Trí huệ phân biệt nghiên cứu, tầm tra đối tượng như thế nào được trình bày qua sáu phương pháp nghiên cứu — tất cả đều được áp dụng với mục đích diệt trừ khổ não ngay tận nguồn gốc theo thứ tự.

Theo phương pháp đầu tiên thì phải nghiên cứu ý nghĩa; có nghĩa là, phải phân tích một lý thuyết — từng chữ một — để tìm được ý nghĩa của nó. Phương pháp thứ hai nghiên cứu các pháp để xem chúng thuộc về những hiện tượng nội hay ngoại tâm. Phương pháp thứ ba theo dõi những đặc tính của một hiện tượng và ở đây, người ta phân biệt giữa những tính cá biệt và những tính có giá trị chung. Phương pháp thứ tư nghiên cứu những chủng loại của các pháp, phân biệt chúng theo phương diện bổ ích [trên con đường tu tập] hoặc vô bổ. Phương pháp thứ năm lấy thời gian làm đối tượng nghiên cứu vì sự luân chuyển của các hiện tượng đều dựa vào thời gian. Phương pháp thứ sáu tìm hiểu cách chứng minh và trong đây, bốn cách chứng minh được diễn giảng:

1. Chứng minh bằng nguyên lý duyên khởi: kết quả lệ thuộc vào nhân duyên;
2. Chứng minh bằng công năng thành tựu: ví dụ như lửa làm cháy, hoặc nước làm ướt;
3. Chứng minh bằng bản chất: ví dụ như lửa là bản chất của nóng và nước là bản chất của ướt;
4. Chứng minh bằng luận lý: không có sự mâu thuẫn với hiện lượng hoặc chân tỉ lượng.

Có hai loại nhận thức, lượng biết đối tượng chính xác: chân hiện lượng, là nhận thức trực tiếp chính xác và chân tỉ lượng — nhận thức qua suy luận chính xác.[38] Chân tỉ lượng có ba dạng: 1. Tỉ lượng bằng những gì hiển hiện; 2. Tỉ lượng dựa trên cơ sở hiểu biết của mọi người và 3. Tỉ lượng dựa trên tài liệu, kinh sách truyền thống đáng tin cậy.

Tỉ lượng được hình thành bởi một nhân[39] — một luận cứ, một nguyên do dùng để chứng minh định đề. Luận cứ rất quan trọng vì qua nó, người ta có thể dùng tỉ lượng để tiếp cận những đối tượng nằm ngoài phạm vi hiện lượng; sự tiếp cận này tùy thuộc vào một luận cứ chính xác. Các bậc thầy của luận lý học Phật giáo — Trần-na, Pháp Xứng và những vị khác — trình bày rất chi tiết về những loại luận cứ nêu trên.

Một luận cứ có giá trị, chính xác phải đạt ba điều kiện sau:

1. Luận cứ này đã được chứng minh là một thuộc tính của đối tượng nhận thức;[40]

2. Đồng phẩm chứng minh đã được thực hiện;[41]

3. Dị phẩm chứng minh đã được thực hiện.[42][xlvi]

Những luận cứ chính xác nêu trên được trình bày trên nhiều phương diện. Theo phương diện thật thể, chúng được phân thành ba loại:

1. Hiệu quả [mà qua đó người ta có thể suy ra được nguyên nhân];

2. Đặc tính [như trong ví dụ sau: một đối tượng nhận thức là một cây, vì nó là một cây Tượng;[43] vì »là một cây« là đặc tính của cây Tượng];

3. Bất phát hiện [trong trường hợp người ta lấy sự vắng mặt của một hiện tượng để chứng minh là nó không được nhận ra, không được thấy mặc dù những điều kiện xung quanh đều tương trợ để nhận ra nó, nếu nó thật có.]

Nếu phân chia các luận cứ theo một phương diện khác, phương diện luận đề, phương diện tông chỉ phải được chứng minh thì có hai loại: (1) luận cứ dựa trên những hiện tượng tương đồng[44] và (2) khác biệt.[45] Trên phương diện chứng minh cho người nhận thức thì có hai loại luận cứ: (1) luận cứ đề tự ngộ — đó là trường hợp mà người ta tự chứng minh, làm sáng tỏ một sự việc với những bằng chứng cụ thể và (2) luận cứ đề ngộ tha — trường hợp chứng minh cho người khác biết. Lại theo một cách phân chia khác — trên phương diện chứng minh thì có năm loại luận cứ: (1) luận cứ chứng minh một danh xưng qui ước, thông thường — trong trường hợp người ta đã hiểu nội dung, nhưng muốn biết rõ tên, cách gọi sự kiện này, (2) luận cứ chứng minh nội dung, (3) luận cứ chỉ độc duy chứng minh danh xưng, (4) luận cứ chỉ độc duy chứng minh nội dung, (5) luận cứ chứng minh cả hai, nội dung cũng như danh xưng qui ước. Tuy vậy, tất cả những chủng loại luận cứ được nêu trên đều đã có trong ba loại luận cứ được phân theo phương diện thật thể: trong luận cứ hiệu quả, đặc tính và bất phát hiện. Tùy theo những điều kiện để thành lập một bằng chứng — như thời điểm, trường hợp và nhân vật phải được thuyết phục —, người ta trình bày một trong ba luận cứ trên: một kết quả [của vấn đề, đối tượng phải được chứng minh], một [hiện tượng mà đối tượng phải được chứng minh có mối liên hệ mật thiết trên phương diện] đặc tính, hoặc là một sự kiện bất phát hiện [mà đáng lí phải được phát hiện, nếu vấn đề bị phản bác trong luận cứ thật sự đúng].

Trong cách phân chia luận cứ thành ba chủng loại trên phương diện thật thể trên thì mỗi loại lại còn có thể được chia ra thành những phần khác nhau. Ví dụ như luận cứ theo hiệu quả có năm loại: (1) loại chứng minh một nguyên

nhân thật sự, (2) loại để chứng minh một nguyên nhân đi trước đó, (3) một nguyên nhân tổng quát hoặc (4) một nguyên nhân đặc biệt và (5) những loại luận cứ được dùng để chứng minh những đặc tính duyên khởi. Những luận cứ trên phương diện bất phát hiện cũng được phân loại: (1) không phát hiện những gì không xuất hiện và (2) không phát hiện những gì phải xuất hiện nếu nó thật sự hiện diện. Chúng còn được phân chia tiếp thành mười một loại; một vài học giả thậm chí phân thành hai mươi lăm. Ví dụ như người ta phân biệt giữa sự bất phát hiện của một đối tượng liên hệ và bất phát hiện của một nguyên nhân hoặc sự phát hiện của một hiện tượng đối nghịch.

Trong sáu phương pháp nghiên cứu thì phương pháp thứ sáu là tìm hiểu cách chứng minh, và như tôi đã nói, nó có thể được chia thành bốn loại. Tôi thấy rằng, cách nghiên cứu theo khoa học [đặc biệt là khoa học tự nhiên] phần lớn dựa vào ba cách chứng minh: (1) chứng minh bằng cách chú ý đến thể tính mà qua đó, những đặc tính cơ bản của đối tượng được nghiên cứu; (2) chứng minh qua sự chú ý đến thành tựu công năng, đặc biệt là nghiên cứu xem đối tượng có thể mang đến hiệu quả nào với những đặc tính cơ bản sẵn có; và (3) chứng minh bằng cách chú ý đến những mối quan hệ duyên khởi và ở đây, những nhân tố hình thành đối tượng được tìm hiểu. Chúng được xem như những phương pháp nghiên cứu cơ bản của khoa học. Và nếu như vậy thì tất cả sáu phương pháp nghiên cứu được nêu ra đã dung hàm được cả hai, nghiên cứu khoa học cũng như nghiên cứu tâm đạo.

Tôi tin là việc nghiên cứu, phát triển của khoa học và tâm đạo nên đi đôi với nhau vì đối tượng nghiên cứu của cả hai đều giống nhau. Cách nghiên cứu này sử dụng khí cụ để tìm hiểu, cách kia sử dụng những kinh nghiệm nội tâm và thiền định. Trong trường hợp này chúng ta phải phân biệt rõ ràng giữa những gì mà nghiên cứu khoa học không phát hiện và những gì họ nhìn nhận là không thật có. Nếu khoa học cho rằng một cái gì đó không tồn tại thì một Phật tử bắt buộc phải nhìn nhận là nó không tồn tại, không hiện hữu; nhưng khi khoa học chỉ vì không tìm ra, không nhận ra thì sự việc lại hoàn toàn khác. Ai cũng thừa nhận là có rất nhiều hiện tượng thần bí. Các giác quan của con người có thể xác nhận được một thành phần, một phạm vi nào đó nhưng chúng ta không thể quả quyết là không có gì nằm ngoài phạm vi mà chúng ta có thể tiếp cận bằng những giác quan. Ngày nay chúng ta có thể thấy được những gì mà ông bà chúng ta chưa thấy được. Và ngay cả trong phạm vi hiện tượng, sắc tướng và những đặc tính hệ thuộc mà chúng ta có thể nhận thức được vẫn còn nhiều việc, nhiều hiện tượng bây giờ chúng ta không hiểu nhưng trong tương lai sẽ hiểu được.

Chúng ta hãy quan sát ngay tâm thức đang nhận thức: mặc dù các động vật — kể cả con người — từ bao ngàn năm nay đều có nhận thức, nhưng chúng ta vẫn chưa biết được thức là gì, nó làm việc như thế nào, đặc tính của nó ra sao. Những hiện tượng không có sắc tướng, hình trạng cũng như màu sắc hệ thuộc vào một chủng loại mà người ta không thể nào thông hiểu được bằng những phương pháp nghiên cứu có giá trị cho phạm vi vật chất.

---o0o---

Chương 02. Tình thế của vòng sinh tử

Vấn đáp

- **Hỏi:** Ngài có nghĩ là người phương Tây chúng tôi phải học hỏi về việc phối hợp tâm đạo và nghiên cứu khoa học để tránh tai hại cho loài người?
- **Đáp:** Nếu chúng ta chỉ chú trọng đến việc nghiên cứu khoa học, xao lãng việc phát triển đạo tâm, nếu chúng ta đánh mất cảm nhận nhạy bén cho những giá trị nhân bản thì đó là một điều nguy hiểm. Mục đích của những tiến triển khoa học cuối cùng cũng chỉ là phục vụ con người. Chỉ ngại là khoa học làm ngược điều này, mang nhiều khổ đau và bi kịch hơn cho loài người. Tôi tin rằng, sự tiến triển của đạo tâm và khoa học phải đi đôi với nhau.
- **Hỏi:** Yêu cầu Ngài nêu một vài ví dụ về những hiện tượng nằm ngoài nhận thức của khoa học.
- **Đáp:** Chính là tâm thức. Như tôi đã nói, chúng ta có những cấp bậc tâm thức khác nhau trong mỗi khoảnh khắc — thô thiển cũng như vi tế. Dù có loại ra, không chú ý đến những cấp bậc vi tế của tâm thức đi nữa thì chúng ta vẫn khó nắm vững những cấp bậc thô sơ còn lại.
- **Hỏi:** Nếu cho rằng, tâm thức là một cái gì đó siêu việt hơn bộ não hoặc một hiện tượng vật lý, thế thì sao người ta có thể thay đổi, kiểm soát ý thức bằng ma túy hoặc các phương pháp kích động não?
- **Đáp:** Có nhiều dạng của tâm hoặc tâm thức và vài dạng này có liên hệ mật thiết với thân thể con người. Ví dụ như nhãn thức⁸ hệ thuộc vào cặp mắt. Khi mắt bị bệnh, nhãn thức không thể nào hoạt động bình thường. Nếu cặp mắt bị mất hoàn toàn, nhãn thức không còn tồn tại, ngoại trừ khi người ta tiến hành việc ghép mắt. Có nhiều câu chuyện trong kinh sách thuật lại

những trường hợp người ta hiến dâng một con mắt, hoặc ngay cả thân mình để cứu giúp người khác. Một bộ phận thân thể, ví dụ như một quả tim được tạo bằng hạnh nghiệp của một người, được chuyển ghép vào thân của một người khác và được sử dụng tiếp tục. Nhưng cái nghiệp tạo quả tim này lại thuộc về người trước đó và tôi cho rằng, giữa hai người này phải có một mối liên hệ nghiệp lực rất đặc biệt.

Dù thế nào đi nữa, một vài loại tâm thức có mối liên hệ chặt chẽ với các thân phần và tế bào não. Chính vì vậy nên chúng có thể bị ảnh hưởng bởi các phương pháp giải phẫu não hoặc tác động bằng điện tử. Các dạng tâm thức vi tế ít bị ảnh hưởng bởi thân thể hơn và vì lí do này mà chúng khó có thể kiểm soát được bằng các phương tiện vật lí.

- Hỏi: Có thể có trường hợp thức tự nhận thức?

- Đáp: Một vài trường phái thừa nhận một thức tự nhận thức⁹. Ví dụ như Duy thức tông đưa việc tồn tại của một thức tự nhận thức ra làm bằng chứng cho sự tồn tại thật sự của tâm thức. Như thế thì đây là trường hợp thức tự nhận thức.

Nhưng cơ bản thì tất cả các trường phái Phật giáo đều nhìn nhận rằng: Một cái gì đó tồn tại hay không, điều đó còn phụ thuộc vào cách nhận thức, lượng định đối tượng¹⁰. Trong trường hợp chứng minh giá trị của một nhận thức thì theo phái Cự duyên¹¹ — và chỉ có phái này quan niệm như thế —, bằng chứng này phải có mối liên hệ trực tiếp với đối tượng nhận thức. Trong tông Duy thức thì sự tồn tại của một đối tượng nhận thức được xác định bởi một thức có giá trị và sự tồn tại của thức này lại được xác định bằng một Thức tự nhận thức. Như vậy thì có hai dạng thức được mô tả ở đây: thức hướng ngoại cảnh và thức hướng nội. Một thức hướng nội không tập trung vào hình dạng của đối tượng, chỉ độc duy hướng nội và chuyên chú đến cái thức đang nhận thức [đối tượng bên ngoài.] Đây là cách trình bày một »thức tự nhận thức được một thức khác.« Những người theo phái Cự duyên phủ nhận thuyết này. Họ bảo rằng, các trường phái thừa nhận một thức tự nhận thức chẳng làm gì khác hơn là nhìn nhận sự tồn tại của thức này¹²; bằng chứng có giá trị cho điều này thì lại không có. Cự duyên phái không nhìn nhận một thức tự nhận thức; trong hệ thống triết lí của họ thì nó cũng không cần thiết. Nhưng mặc dù vậy, họ vẫn chấp nhận khả năng là một thức nhận thức được một thức khác.

Hãy lấy một ví dụ: Trong khi tập trung thiền định, người ta thường không chú tâm vào một đối tượng bên ngoài mà thay vào đó là một đối tượng tư duy bên trong, ví dụ như một hình tượng của Đức Phật; nhưng trong một vài phương pháp thiền định, người ta tập trung vào chính tâm thức. Mặc dù đây không phải là trường hợp thức tự nhận diện nhìn theo phương diện triết lý, nhưng người ta vẫn có thể bảo rằng một khoảnh khắc của tâm thức đi sau nhận thức được một khoảnh khắc của tâm thức trước, hoặc một khía cạnh tâm thức nào đó nhận thức được tâm thức. Như thế thì theo nghĩa này cũng có một thức tự nhận thức.

● **Hỏi:** Xin ngài lặp lại Bốn điểm nương tựa.¹³

● **Đáp:** **Điểm nương tựa đầu** bảo rằng, chúng ta không nên nương tựa vào một người nào đó mà nương tựa vào pháp. Dù người ta nổi danh thế nào đi nữa chúng ta cũng không nên tin tất cả những gì họ nói chỉ vì họ có tiếng tăm. Thế thì điểm tựa đầu có nghĩa là: chúng ta nên tự kiểm lại những lời nói của người khác.

Điểm nương tựa thứ hai khuyên chúng ta không nên dựa vào ngôn ngữ văn tự, mà nên dựa vào ý nghĩa của chúng. Như vậy có nghĩa: không nên để ý đến lời nói, lời văn hoa mỹ. Nếu lời văn hoa mỹ, lời nói bóng bẩy nhưng nội dung không có giá trị thì không nên chấp nhận. Mặt khác, chúng ta nên thừa nhận những lời khuyên dạy có nội dung đúng đắn — mặc dù chúng không có thi vị, văn vẻ.

Điểm thứ ba khuyên chúng ta nên dựa vào nghĩa toàn vẹn, tối thượng, không nên dựa vào nghĩa giảng rộng. Như tôi đã nói, các trường phái có quan niệm khác nhau về việc phân biệt những gì liễu nghĩa và những gì cần được thuyết minh. Trong tông Duy thức thì người ta cho rằng, tất cả những gì có thể hiểu được trên giấy mực đều là liễu nghĩa và tất cả những gì không thể hiểu được phải được thuyết minh theo một ý nghĩa khác. Khi phải thuyết minh một lời trần thuật của Phật theo một thâm ý khác — nếu lời trần thuật không thể hiểu được bằng cách đọc từng chữ — người ta phải chú trọng đến ba khía cạnh: thâm ý chính của Đức Phật khi thuyết lời này, điểm nghịch lý khi chú giải lời này theo chữ nghĩa trên giấy mực và mục đích của lời thuyết này. Trong tông Trung quán, đặc biệt trong hệ phái Cự duyên, người ta tìm thấy hai cách xác định những gì liễu nghĩa và những gì phải được thuyết giải; một cách dựa vào đối tượng được miêu tả và một cách dựa vào phương tiện miêu tả. Dựa vào đối tượng được miêu tả thì người ta lấy Tính không — sự thật cuối cùng — làm điểm căn cứ cho liễu nghĩa. Tất cả những hiện

tượng khác phải được diễn giảng một cách khác [hơn là chúng trình hiện] bởi vì chúng không trình bày cách tồn tại thật sự của vạn vật. Dựa vào phương tiện miêu tả thì họ bảo rằng, những lời thuyết giảng với nội dung Tính không thuộc về phần liễu nghĩa bởi vì chúng miêu tả trạng thái tồn tại đích thật của các hiện tượng. Những bài văn với nội dung miêu tả những hiện tượng theo mặt qui ước¹⁴ — không chú trọng đến trường hợp chúng có thể được hiểu trên giấy mực hay không — phải được diễn giải; nếu không như vậy thì người ta không thể thấy được thể tính của những hiện tượng bởi vì đối tượng miêu tả của chúng [lời thuyết] là khía cạnh qui ước của các hiện tượng đa dạng, không phải khía cạnh của một trạng thái tồn tại chân thật cuối cùng. Ngược lại, Tính không và những bài giảng về nó là liễu nghĩa, không thể diễn giảng được nữa bởi vì nó là thể tồn tại cuối cùng của hiện tượng. Dù tiếp tục phân tích Tính không thế nào đi nữa, người ta cũng không thể tìm được một trạng thái tồn tại nào siêu việt hơn mà so sánh với nó [trạng thái siêu việt Tính không], Tính không chỉ là một dạng tồn tại nhất thời.

Vì những lí do này mà điểm thứ ba bảo rằng, chúng ta không nên dựa vào những gì cần được diễn giảng rộng mà nên dựa vào những gì toàn vẹn. Nương tựa vào ý nghĩa toàn vẹn thì chúng ta không nên dựa vào tâm thức bình thường, bị ảnh hưởng bởi những cặp đối đãi mà dựa vào trí huệ siêu việt của một Thánh nhân.

● Hỏi: Thế nào là mối liên hệ giữa sự Phân tích duy lí và cái »Nằm ngoài ngôn ngữ«?

● Đáp: Kinh sách thường nói là sự chứng ngộ chân lí thâm sâu — chứng ngộ Tính không — vượt khỏi mọi tư duy, không thể diễn bày. Mặt khác, người ta cũng khuyên là phải nghe rõ những lời diễn giảng những bộ kinh sách lớn, nghiên cứu, phân tích kĩ lưỡng mới có thể liễu ngộ được thể tính cuối cùng của vạn vật. Như vậy: câu nói »sự thật tuyệt đối bất khả tư nghị, bất khả thuyết« có giá trị cho một trạng thái nằm ngoài phạm vi đối tượng của đề danh và phân tích; vì sự thật — một hiện thật được trực chứng bởi những Thánh nhân¹⁵ trong khi thiên định không thể được diễn bày bằng ngôn ngữ hoặc là một đối tượng của một phạm phu tâm thức.

Điều quan trọng cần biết là có ba loại trí huệ: Văn huệ, Tư huệ và Tu huệ¹⁶. Ngay trong lúc đạt được văn và tư huệ thì sự thật không thể bất khả tư nghị và bất khả thuyết; vì nếu như thế thì hai dạng trí huệ vừa nói không thể tồn tại trong lúc này — một trường hợp rõ ràng nghịch lí. Nếu sự thật thật sự

không thể diễn bày trên mọi phương diện thì Đức Phật đã phải »tĩnh tọa bất thuyết«, và Sáu bảo trang của thế gian¹⁷ cũng chẳng còn gì để nói. Nhưng, chư vị đã giảng dạy và biên soạn rất nhiều tác phẩm. Chư vị đã không diễn giảng những đề tài nêu ra nếu không có gì để diễn giảng, nhưng các vị đã nói, đã giảng bởi vì có việc cần được nói, cần được thuyết minh.

Ý nghĩa thật sự của sự bất khả tư nghị, bất khả thuyết nhìn theo khía cạnh tuyệt đối là như sau: Nếu chúng ta cứ chú tâm vào những gì quan trọng đã được thuyết trình về Phật pháp — ví dụ như ý nghĩa của sự thật tuyệt đối —, lấy đó làm đối tượng tư duy và thâm nhập chúng qua thiền định thì một lúc nào đó sẽ đạt được nhận thức phi nhị nguyên, một lối nhận thức thật đặc biệt, không chút nào giống cái hiểu biết qua ngôn ngữ văn tự hoặc nhận thức bằng tư duy; trong ý nghĩa này thì sự thật quả thật là bất khả tư nghị, bất khả thuyết.

Chúng ta hãy xem ví dụ sau: Người ta thường thấy những phim quảng cáo về thức ăn, kẹo bánh và những thực phẩm khác trên màn ảnh, được trình bày ra vẻ là ngon ngọt lắm, nhưng khi chưa thật sự nếm thử thì vị ngọt của chúng khó mà tưởng tượng ra được. Nếu không tự nếm được thì chẳng còn gì khác hơn là nói: »Ồ, ngọt thật!« Người ta không nói được là ngọt như thế nào, độ ngọt ra sao và tương tự. Kinh nghiệm thiền định cũng giống như thế, chỉ có người thực hiện mới rõ được, người khác không thể nào nhận ra.

● Hỏi: Thế nào là nghiên cứu thời gian?

● Đáp: Có nhiều cách giải thích thế nào là thời gian trong các trường phái Phật giáo. Nhiều lối giải thích được tất cả các trường phái chấp nhận — Đại từ-bà-sa, Kinh lượng, Duy thức và Trung quán —, có những giải thích chỉ được tìm thấy trong hệ phái Trung quán-Cụ duyên. Nhưng khi nói về việc nghiên cứu thời gian, tôi chưa đá động đến thời gian, đối tượng của những giải thích này. Trong trường hợp tôi nêu trên, việc nghiên cứu thời gian chỉ liên quan đến việc khảo sát những gì đã xảy ra trong quá khứ, đang xảy ra và sẽ xảy ra trong tương lai. Đó là cách nghiên cứu của các sử gia. Ví dụ như người ta thường nói rằng một sự kiện cứ lặp đi lặp lại. Trong trường hợp này, người ta phân tích tương lai bằng cách nghiên cứu những sự kiện đã xảy ra.

● Hỏi: Giáo Hoàng Bộ Hạ¹⁸ đã tường thuật về luận cứ »bất phát hiện«; nhưng làm sao hiểu hoặc nhận thức được một đối tượng nếu không phát hiện gì hết?

● **Đáp:** Bất phát hiện ở đây có nghĩa người ta không thấy một vật gì đó mà trong trường hợp nó thật sự có, người ta phải thấy được. Trường hợp mà người ta phải thấy một cái gì đó nếu nó thật sự hiện hữu — vì những điều kiện xung quanh — nhưng vẫn không thấy được, trường hợp này có thể được nêu lên làm luận cứ đúng đắn cho sự không phát hiện, không hiện hữu của một vật. Chúng ta có thể lấy một trường hợp sau — có thể xem như một trong nhiều chủng loại của luận cứ này — làm ví dụ: một người hướng nhìn mặt hồ ban đêm. Ông ta hoài nghi về việc có khói bay trên mặt hồ hoặc không [hay là sương mù]. Người ta không thể nói rằng, không có khói trên mặt hồ bởi vì không thấy khói; vì mối nghi ngờ căn bản này vốn phát sinh từ nguyên do: ban đêm rất khó nhận ra khói. Nhưng mặc dù là ban đêm nhưng người ta vẫn có thể chứng minh là không có khói trên mặt hồ bởi vì không thấy lửa. Lửa bắt buộc phải xuất hiện trước khói và nếu chỉ là một ngọn lửa rất nhỏ trên mặt hồ vào ban đêm thì người ta vẫn có thể thấy rõ được. Đây là một ví dụ điển hình cho luận cứ »bất phát hiện« hoặc »bất kiến« của một nguyên nhân mà từ đó, người ta có thể suy ra được là kết quả không xuất hiện ở nơi nghiên cứu.

Mặt khác, người ta không thể chứng minh sự vắng mặt của khói ban ngày bằng nguyên nhân không thấy lửa; vì một lí do rất đơn giản là ban ngày, chúng ta từ xa rất khó nhận ra lửa. Trong trường hợp này, người ta lại có thể chứng minh là không có lửa bằng lí do không thấy khói. Đây là trường hợp »không thấy kết quả« mà từ đó, người ta có thể suy ra được là không có nguyên nhân.

Như vậy thì những gì có thể chứng minh được còn tùy thuộc vào những điều kiện xung quanh. Người ta có thể lấy một hiện tượng đối nghịch với một đối tượng nào đó để chứng minh đối tượng này không hiện hữu. Nếu có nghi vấn về việc nóng hoặc lạnh ở một chỗ cách xa thì một ngọn lửa ở nơi ấy đủ để chứng minh nơi ấy không thể nào lạnh được. Vì lửa đối nghịch với lạnh nên người ta có thể dùng nó để chứng minh là không lạnh. Trong trường hợp này, người ta dùng một hiện tượng nghịch lí làm luận cứ bất phát hiện.

● **Hỏi:** Ngài có thể nói thêm về những tính chất đã có sẵn trong mỗi người chúng ta, những tính chất tương trợ chúng ta thành đạt Phật quả?

● **Đáp:** Câu hỏi này đề cập đến chủ đề »Phật tính«, »Chủng tính¹⁹ [thành Phật]«. Cái thể của tâm thức tinh tế, sâu kín nhất của chúng ta vốn thanh tịnh. Sân, tham và những ô nhiễm khác thì biến đổi, thuộc về ngoại vi; chúng không nằm trong bản tâm. Theo hệ thống Vô thượng du-già tan-tra²⁰

thì tất cả những tâm trạng còn vương vào danh xưng, đối đãi hệ thuộc vào những tầng cấp tâm thức thô sơ; chúng chỉ có thể hoạt động cho đến lúc những dạng tâm thức sâu kín xuất hiện, được gọi là »Hiện tượng sắc trắng sáng rực«, »Tăng trưởng của hiện tượng«, »Gần đạt được«, »Cực quang«. Phật tính là nguồn gốc, là tâm thức được thể hiện qua cực quang, là tầng cấp tâm thức vi tế nhất. Nó là nguồn gốc của tất cả những cấp bậc tâm thức khác. Cũng như thế, mỗi người chúng ta đều mang ít nhiều một tấm lòng từ bi, mặc dù lớn nhỏ, mạnh yếu khác nhau tùy theo căn cơ từng người; và cũng tương tự như vậy, mỗi người chúng ta đều có một sức mạnh nhận thức với khả năng phân biệt thiện ác. Mặc dù những căn cơ này đương thời có thể không mạnh mẽ, chúng vẫn có thể tạo nên những điều kiện bổ ích [cho việc phát triển tâm thức để đạt Phật quả viên mãn].

Bây giờ chúng ta hãy trở lại chủ đề.

Những đặc tính của Tứ thánh đế

Mười sáu đặc tính được giảng thuyết nhằm đối trị mười sáu tà kiến về Tứ thánh đế. Tôi sẽ thuyết giảng chúng như sau:

Khô đế — Bốn đặc tính của Thánh đế đầu tiên là vô thường, khổ, không và vô ngã. Nhận thức về bốn đặc tính này chống phá bốn quan niệm sai lầm về hiện hữu mà chúng ta thường ôm ấp. Các tà kiến này tạo niềm tin rằng, khô nào là tịnh, vô cấu, là an lạc, trường tồn và mang một tự ngã.

Thân thể và tâm thức của chúng ta biến chuyển liên tục và đó cũng chính là đặc tính vô thường của chúng. Ngoài ra, chúng còn bị ảnh hưởng bởi một năng lực, năng lực của những hành động ô nhiễm²¹ và phiền não²²; vì thế mà đặc tính cơ bản của chúng là khổ. Ý nghĩa của danh từ »khô« ở đây là thiếu sự tự kiểm soát: các nhóm thân tâm của chúng ta bị ảnh hưởng bởi nhiều nhân tố khác nằm ngoài sự kiểm soát.

Vì các nhóm thân tâm không có một tự tính, một thật thể riêng biệt nằm ngoài chúng nên chúng là không, trống rỗng vô ngã. Chúng không có một tự ngã nằm ngoài qui luật thành hoại. Từ trường hợp hiển hiện là không có tự ngã với căn bản khác với các nhóm thân tâm, người ta có thể suy ra được là cùng với các nhóm thân tâm, [nếu thật sự có thật] cái ngã này phải thành hoại. Như thế thì đã chứng minh được Tính không nhìn theo phương diện tự ngã trường tồn [nghĩa là không có tự ngã trường tồn]. Ngoài ra, các nhóm thân tâm còn là vô ngã vì không có một tự ngã riêng nào tồn tại cùng với chúng.

Có một vài điểm không rõ về bốn đặc điểm trên trong mối liên hệ với Chính lượng bộ,²³ một chi phái của Đại từ-bà-sa bộ. Họ chấp nhận một »tự ngã không thể diễn bày.«²⁴ Ngoài việc này ra thì bốn đặc điểm của Khổ đế đều được tất cả các trường phái Phật giáo công nhận, vô ngoại lệ. Cái »vô ngã« ở đây được tất cả các trường phái chấp nhận chỉ là sự vắng mặt của một tự tính độc lập — không phải là những cấp bậc vô ngã vi tế được các trường phái cao cấp trình bày trong giáo lý của họ. Vô ngã và Tính không thuộc về bốn đặc tính của khổ đế chỉ là dạng sơ khởi, thô sơ — nếu so sánh chúng với những gì được miêu tả trong những hệ thống cao cấp như Trung quán-Cụ duyên. Trong tác phẩm Nhập bồ-đề hành²⁵, Tịch Thiên giả thiết một cật vấn:

Chúng được chân lý thì đạt giải thoát; vậy thì chúng Tính không để làm gì?

Cật vấn được đưa ra ở đây để chống lại cách trình bày Tính không của các trường phái cao cấp, có thể hiểu như sau: Hành giả tự đạt giải thoát bằng sự nhận thức mười sáu đặc tính của Tứ thánh đế, thâm nhập chúng bằng thiền định. Vậy thì thiền quán một Tính không nào khác nữa mà làm gì? Tịch Thiên bài xích quan điểm này và dẫn nhiều điểm chứng minh rằng, giải thoát khỏi vòng sinh tử không chỉ phụ thuộc vào sự nhận thức Tính không và vô ngã thô thiển được trình bày trong mười sáu đặc tính; hơn nữa, giải thoát chỉ có thể đạt được qua sự nhận diện dạng vi tế nhất của Tính không.

Tập đế — Bốn đặc tính của Tập đế là: nguyên nhân, nguồn gốc, điều kiện và năng lực tạo tác mạnh. Và có bốn tà kiến tương ứng: khổ không có nguyên do; nguồn gốc của khổ chỉ là một nguyên nhân duy nhất; khổ hình thành dưới sự cai quản của thượng đế toàn năng và những biểu hiện của khổ tuy biến chuyển vô thường nhưng cái thể của nó thì lại trường tồn. Bốn đặc tính của Tập đế được giảng dạy với mục đích đả phá bốn quan niệm sai lệch trên.

Tham là gốc, là rễ của khổ; như vậy, nó là một nguyên nhân của khổ. Và tham lúc nào cũng có kết quả là khổ nên nó là nguồn gốc của khổ. Tính đa nguyên được nhấn mạnh ở đây: nhiều nguyên nhân tạo khổ, không chỉ một nguyên nhân duy nhất. Ngoài ra, tham là một nguồn gốc tạo khổ rất mạnh, vì vậy nó là một năng lực tạo tác mạnh. Cuối cùng, lòng tham muốn hiện hữu, lưu lại trong vòng sinh tử²⁶ cũng là một điều kiện; vì thế mà tham cũng mang những đặc tính của một điều kiện.

Diệt đế — Bốn đặc tính của Diệt đế bao gồm: diệt, tịch tĩnh, an lạc và giải thoát tuyệt đối. Bốn tà kiến hệ thuộc là: niềm tin vào việc hoàn toàn không có giải thoát; cho rằng một trạng thái ô nhiễm nào đó là giải thoát; một trạng

thái nào đó là giải thoát mặc dù nó đích thật là khổ; giải thoát có thật nhưng có sự thối lui, trụy lạc. Để chống lại những quan điểm sai lầm này, người ta phải sử dụng nhận thức là Diệt chính là diệt thật sự theo ý nghĩa: khổ khi đã được diệt [bằng một chân đạo] là được diệt thường hằng [và không tái xuất]. Ngoài ra, người ta phải nhận biết Diệt là tịch tĩnh, bởi vì phiền não đã được tiêu diệt, được an tĩnh vĩnh hằng bằng một chân đạo. Ngoài ra, Diệt là một trạng thái an lạc vì nó cách biệt phiền não; vì vậy mà nó dẫn đến lợi ích [tạm thời] và hạnh phúc [trường cửu]. Và cuối cùng, Diệt là giải thoát tuyệt đối bởi vì người ta đã trừ bỏ một tầng cấp khổ nhất định nào đó và nó không thể nào tái xuất.

Đạo đế — Bốn đặc tính của Đạo đế là: đạo; phương tiện thích hợp; phương tiện thành đạt và phương tiện đạt giải thoát tuyệt đối. Bốn tà kiến là: không có đạo dẫn đến giải thoát; trí huệ nhận thức được vô ngã không phải đạo thích hợp để đạt giải thoát; một vài trạng thái Định nào đó là đạo giải thoát và không có đạo nào dẫn đến giải thoát trường cửu. Nhận thức được bốn đặc tính của Đạo đế phá trừ bốn tà kiến trên, nhưng đã phá chúng như thế nào? Vì trí huệ nhận biết được vô ngã có năng lực thực hiện giải thoát nên nó là đạo. Vì các phiền não thật sự không thích hợp, không đáng có nên một con đường với khả năng phát triển trí huệ, một trí huệ nhận thức Tính không được gọi là một phương tiện thích hợp. Vì có thể trực tiếp nhận thức được dạng tồn tại thật sự của sự vật với con đường này — thoát khỏi mọi lớp mây phủ — nên nó cũng được gọi là phương tiện thành đạt. Và vì trí huệ, một trí huệ nhận thức được Tính không có thể tận diệt căn cơ của vòng sinh tử nên nó được gọi là phương tiện đạt giải thoát tuyệt đối.

Đây là mười sáu đặc tính của Tứ thánh đế, được trình bày ở đây một cách ngắn gọn.

Vũ trụ quan

Chúng ta hãy xem xét kỹ hơn Khổ đế. Có hai loại khổ theo cách trình bày của Vô Trước trong A-tì-đạt-ma tập luận²⁷: thế giới và những loài hữu tình trong đó. Những loại khổ nào trong vòng sinh tử thuộc về ba thế giới:²⁸ Dục giới, Sắc giới và Vô sắc giới. Ba thế giới này là một cách phân loại sơ lược của những tầng cấp nằm trong vòng sinh tử. Nó bắt nguồn từ kết quả của ba tầng cấp tâm thức: tái sinh trong vô sắc giới là kết quả của cấp bậc thiên định vi tế nhất; tái sinh trong sắc giới là kết quả của những cấp bậc thiên định thấp hơn; và tái sinh trong dục giới — là cõi chúng ta đang sống — là kết quả của những cấp bậc tâm thức thấp, chưa chuyên chú vào thiên định.

Có bốn tầng lớp tâm thức trong vô sắc giới, được sắp xếp từ thô đến tinh tế. Chúng được gọi như sau: Không vô biên²⁹, Thức vô biên³⁰, Vô sở hữu³¹ và Hữu cứu kính³² [»cõi tối cao của thế giới hiện hữu«, cũng được gọi là Phi tướng phi phi tướng³³]. Trong sắc giới, người ta phân biệt một cách sơ lược bốn cấp bậc tâm thức, được gọi là Định sơ thiền, Định nhị thiền, Định tam thiền và Định tứ thiền. Nếu phân loại kĩ hơn thì chúng ta có thể thấy mười sáu hoặc mười bảy cấp bậc của sắc giới. Tất cả những cõi tâm thức của sắc giới và vô sắc giới nếu so sánh với dục giới đều được xem là hạnh phúc, được xếp vào cõi thiên.

Nhìn cơ bản thì có hai loại hữu tình trong dục giới: loại sống hạnh phúc và loại kham chịu đau khổ. Thuộc về loại hạnh phúc là thiên, phi thiên³⁴ và nhân loại. Các thiên nhân trong dục giới sống tại một trong sáu cõi, được gọi như sau: Tứ thiên vương³⁵, Tam thập tam³⁶, Dạ-ma³⁷ [»không có tranh cãi«, Đâu-suất [»hoan hỉ và sung túc«]³⁸, Hóa lạc³⁹ [»lấy sự biến hóa làm vui«, Tha hóa tự tại⁴⁰ [»lấy sự biến hóa tạo tác vật khác làm niềm an vui tự tại«]. Các cõi cực khổ là súc sinh, ngạ quỷ và địa ngục.⁴¹

Số lượng của các thế giới được trình bày như sau: Một hệ thống thế giới bao gồm một tỉ thế giới, nhìn tổng quát thì tương tự như thế giới của chúng ta. Người ta cho rằng, sự sinh thành và hoại diệt của hàng tỉ thế giới đó xảy ra đồng thời và cách trình bày này được tìm thấy trong luận A-tì-đạt-ma câu-xá⁴² của Thế Thân. Ngoài ra, Kim Cương Thủ quán đỉnh ma-ha tan-tra⁴³ cũng giảng nghĩa rằng, một tỉ thế giới hệ — mỗi hệ với một tỉ thế giới — thành lập một »biển vô bờ bến«, một tỉ biển này hình thành một »chuỗi biển vô lượng«, một tỉ chuỗi biển vô lượng này thành lập một »chuỗi biển vô lượng trung hệ«, chúng lại tạo nên một »chuỗi biển vô lượng hệ thứ ba«. Đơn vị cuối cùng này được xem là con số lớn nhất và những gì vượt qua nó đều được gọi là vô lượng, vô biên cả. Mặc dù ban đầu nói đến những con số vô đại nhưng cuối cùng, bài văn lại bảo rằng, số lượng của thế giới là vô cùng, vô lượng. Trong những câu truyện khoa học giả tưởng⁴⁴, người ta thường đưa ra những loại hữu tình sống trong vũ trụ tương tự những bài giảng ở đây. Tuy nhiên, tác giả của những câu chuyện giả tưởng trên thường minh họa những loại hữu tình của thế giới khác như những quái vật xấu xí; tôi lại không nghĩ như thế.

Trong mọi trường hợp, chúng ta đều thấy Phật giáo quan niệm là thế giới vô cùng, số lượng chúng sinh là vô tận. Vì thế mà thỉnh thoảng có câu hỏi được đề ra: nếu số lượng chúng sinh vô tận thì việc phát tâm bồ-đề vì lợi ích của tất cả chúng sinh chẳng phải là vô ích hay sao? Lời đáp cho câu hỏi này là,

nguyện vọng rất quan trọng. Phát nguyện khác với việc thực hiện nguyện vọng. Chúng ta hãy xem ví dụ sau: Nếu một y sĩ phát nguyện cứu giúp cả thế giới thoát khỏi một căn bệnh nhất định và bắt tay vào việc nghiên cứu với động cơ thúc đẩy trên thì quả là một điều rất quý báu. Lòng quyết tâm, ý chí không hề có giới hạn. Một quyết định mà từ đầu đã được hỗ trợ bởi một ý chí mãnh liệt lúc nào cũng mang một trọng lực, không quan hệ gì đến việc nó có thể được thực hiện hay không. Thực hiện được hay không lại là một việc khác.

Trong một chu kỳ của tám mươi trung kiếp, một thế giới hệ với một tỉ thế giới trải qua bốn giai đoạn: thành, trụ, hoại và không [giai đoạn nằm giữa sự hủy hoại và xuất hiện mới.]. Mỗi giai đoạn kéo dài hai mươi kiếp.

Trong luận A-tì-đạt-ma câu-xá, Thế Thân miêu tả độ lớn, hình trạng và những chi tiết khác của thế giới hệ; nhưng những báo cáo này không trùng hợp với những kết quả mà khoa học hiện đại tìm thấy. Vì vậy mà chúng ta không thể nhìn nhận chúng là đúng theo ý nghĩa hiển hiện trên giấy mực. Như tôi đã trình bày trước đây, Phật tử phải chấp nhận những bằng chứng trên cơ sở luận lí. Phật tử không nên nhìn nhận một học thuyết nghịch lí; và như thế thì lại càng không nên giữ một quan điểm đã bị một nhận thức trực tiếp chính xác⁴⁵ phản bác. Ngay trong kinh sách Phật giáo cũng có nhiều cách trình bày, mô tả thế giới khác nhau. Đây cũng là một lí do nữa khuyên chúng ta đừng hiểu một cách sát nghĩa cách trình bày của Thế Thân.

Như chúng ta đã thấy, người ta phân biệt ba cõi và sáu loại hữu tình trong vòng sinh tử nhìn theo phương diện của những tầng cấp tâm thức thô tế khác nhau. Trình bày như vậy có thể làm người ta hiểu là theo Phật giáo, chúng sinh có thể đạt giác ngộ nếu cứ bước qua những tầng cấp này từ dưới lên trên. Thật sự thì không phải như thế, vì không phải khi đạt cõi »tột cùng của thế giới hiện hữu«, chúng ta đứng ngay trước ngưỡng cửa giải thoát; mà ngược lại, từ cõi này, chúng ta rất dễ trượt lạc lại vào những tầng cấp tồn tại thấp kém hơn. Vì thế mà đạo Phật dạy rằng, không một dạng tồn tại nào trong vòng sinh tử là cố định.

Muốn hiểu được sự tiếp nối giữa đời sống này và đời sau, đầu tiên chúng ta phải luận trình thuyết tái sinh. Luận cứ căn bản của niềm tin vào sự tái sinh là tính liên tục của thức. Cơ bản là có hai loại hiện tượng: bên trong, là những hiện tượng thuộc về nội tâm và bên ngoài, hiện tượng vật chất. Vật chất có thể được xem là một duyên⁴⁶ hỗ trợ cho sự xuất hiện của một nhận thức. Trường hợp này có thể thấy được khi một vật nào đó — một đối tượng

có thể thấy được, gọi là sở duyên⁴⁷ — được một tâm thức nhận diện⁴⁸. Trong trường hợp này, người ta gọi nó là sở duyên duyên⁴⁹. Nhưng vật chất không thể nào là một nguyên nhân tạo tác cơ bản⁵⁰⁵¹ của một nhận thức.

Để hiểu rõ hơn, chúng ta xem xét ba loại duyên hỗ trợ một nhận thức. Ba duyên này cần thiết cho sự hình thành một nhận thức: tăng trưởng duyên,⁵²⁵³ sở duyên duyên và đẳng vô gián duyên.⁵⁴⁵⁵ Mỗi duyên đều có một công năng đặc biệt: Nhận thức có thể nhận biết được một vật, một cảnh hiển hiện nhưng không thể nhận thức được một âm thanh. Như vậy, nhận thức nhận biết được cảnh là nhờ năng lực của cặp mắt, năng lực này được gọi là tăng trưởng duyên. (Năng lực của mắt được miêu tả như một vật vi tế, trong vắt nằm ngay trong tròng mắt.) Nguyên nhân để hình thành một nhận thức với một đặc tính nào đó của sở duyên xuất phát từ ngay sở duyên. Ví dụ như nhận thức nhận ra màu xanh — không phải màu vàng — thì nguyên nhân nhận ra màu xanh nằm ngay ở màu xanh, và màu xanh ở đây tạo thành một sở duyên duyên. Hơn nữa, một nhận thức mà được hình thành trọn vẹn, rõ ràng, chính xác, là nhờ một nhận thức xảy ra trực tiếp ngay trước đó (vô gián) và nhận thức này được gọi là đẳng vô gián duyên.

Trong ví dụ trên chúng ta có thể thấy: Nếu một nhận thức đi trước không có tính liên tục thì nhận thức ngay sau với bản chất là rõ ràng và nhận thức không thể nào được hình thành. Điều này chứng minh qui luật là một thức không bao giờ xuất hiện nếu không có một thức đi trước. Từ đó chúng ta có thể suy ra là không thể nào có sự bắt đầu và sự chấm dứt của thức; và như vậy cũng có nghĩa là, thức của một người không thể nào chấm dứt được.

Theo Đại tì-bà-sa bộ thì tâm thức của Phật chấm dứt khi Ngài nhập niết-bàn. Long Thụ phản bác thuyết này bằng cách dẫn chứng [là nó sẽ dẫn đến những kết luận sai trái]: Nếu các vị trong trường phái này cho rằng, niết-bàn là sự chấm dứt liên tục thống nhất thể của các nhóm thân tâm con người thì người ta phải suy từ đó ra là: ngay trong lúc thực hiện niết-bàn không còn người thực hiện niết-bàn nữa và ngược lại, không thể có niết-bàn khi người ấy còn tồn tại. Mà nếu như thế thì người ta phải kết luận một cách phi lí là con người không thể nào đạt niết-bàn. Điểm quan trọng ở đây là liên tục thống nhất thể của tâm thức không bao giờ chấm dứt.

Chất lượng của cuộc sống kế tiếp được quyết định bằng chất lượng của các hoạt động tâm thức trong đời này. Nhìn chung thì chúng ta không có năng lực để quyết định được môi trường tái sinh; việc này còn lệ thuộc vào nghiệp lực. Nhưng trạng thái trước và ngay khi chết có ảnh hưởng rất lớn về việc

xuất hiện và tác động của nghiệp — những nghiệp nhất định nào đó trong vô số nghiệp mà người ta đã tích lũy trong quá khứ. Nếu thật sự cố gắng phát triển tâm thiện lành trong giai đoạn quan trọng này, người ta có thể tăng cường một chủng tử thiện lành để nó có thể ứng báo. Hơn nữa, nếu người nào đã đạt một cấp cao trên con đường tu tập, người ấy có thể chọn được môi trường, điều kiện tái sinh thay vì tái sinh một cách bình thường. Có nhiều cách tái sinh⁵⁶; nhưng chúng ta hãy trở về chủ đề chính.

Móc nối giữa hai cuộc sống, cuộc sống hiện tại và tương lai xảy ra như thế nào? Chỉ khi nào tái sinh trong vô sắc giới sau một cái chết trong dục giới hoặc sắc giới, người ta mới không trải qua giai đoạn trung hữu; trong tất cả những trường hợp tái sinh khác đều có giai đoạn nằm giữa hai cuộc sống. Quá trình chết như sao và đặc tính của giai đoạn trung hữu là gì? Đầu tiên phải nói là, cái chết xảy ra vì nhiều điều kiện khác nhau; vì năng lực sống đã hết, vì công đức đã tiêu tan hoặc vì gặp tai nạn. Theo những bài giải thích tường tận của Thế Thân trong luận A-tì-đạt-ma câu-xá thì tâm trạng ngay khi chết cũng như tâm trạng khi bước vào bụng mẹ đều có thể là thiện lành. Trong trường hợp này thì tâm trạng trước khi chết có thể tạo một »đẳng vô gián duyên« cho một tâm trạng thiện lành khi thụ thai, bước vào một cuộc sống kế tiếp. Nhưng Vô Trước lại đưa ra một cách trình bày tinh tế hơn trong A-tì-đạt-ma tập luận và theo đó, tâm thức khi chết cũng như khi thụ thai tất nhiên là trung tính, có nghĩa là không thiện không ác. Thêm vào đó, hệ thống Vô thượng du-già tan-tra trình bày những tầng cấp tâm thức vi tế hơn nhiều. Hành giả của trường phái này có thể sử dụng chúng làm phương tiện đạt giải thoát, có thể biến chuyển cực quang — ánh sáng rực rỡ xuất hiện ngay sau khi chết — thành một tâm thức thiện lành.

Nhìn chung thì những người chuyên chú tạo thiện nghiệp trong cuộc đời này cảm nhận cái chết dễ hơn và bình an hơn những người tham gia những hành động bất thiện. Đối với họ, cái chết là một sự kiện khó khăn, được họ cảm nhận với một tâm trạng xao động, bất ổn. Tuy vậy, một cô y tá người châu Âu nói với tôi rằng, ngay cả những người thật sùng tín còn chết với một tâm trạng sợ hãi hơn nữa! Dù sao đi nữa: Nếu thường mang một động lực thiện và cố gắng giúp người khác như có thể thì người ta sẽ không hối hận khi ngày cuối cùng đến. Người ta sẽ chết với ý niệm đã làm những gì có thể làm, đã sống một cuộc sống có ý nghĩa và hữu dụng. Đây là một trong những cách bảo vệ hiệu quả nhất để chống lại cơn khủng hoảng của cái chết cận kề. Những người khi sống hay lừa dối, đe dọa kẻ khác thường chết với một cảm giác tội lỗi thâm sâu. Có thể là trong cuộc đời, ngay những người bạn thân cận nhất cũng không nhận ra được những ý niệm trong thâm tâm, nhưng khi

ngày cuối cùng đã đến thì những cảm giác bất ổn thâm kín sẽ xuất hiện không thể ngăn cản được.

Trong quá trình chết thì hơi ấm của những thân phần rời bỏ một cách khác nhau tùy theo người chết. Những người làm thật nhiều việc thiện mất nhiệt ở thân dưới trước. Ngược lại, những người tích lũy nhiều ác nghiệp mất nhiệt ở thân trên trước. Trong cả hai trường hợp thì nhịp thở chậm dần trong khi hơi ấm qui tụ lại khu vực tim.

Trong hệ thống Vô thượng du-già, quá trình chết được miêu tả theo bốn hoặc năm yếu tố⁵⁷. Theo lối giải thích này thì khả năng duy trì, tạo căn bản tồn tại cho thức của các yếu tố giảm dần và vì vậy, một loạt dạng trình hiện của tâm thức được hình thành. Cùng với chúng, những nét biến đổi bên ngoài cũng được phát hiện. Khi yếu tố đất mất khả năng duy trì tâm thức, dấu hiệu bên ngoài là thân thân tóp lại. Dấu hiệu bên trong là sự cảm nhận một hiện tượng phản chiếu trên không trung⁵⁸. Cách trình bày này được tìm thấy trong Bí mật tập hội⁵⁹. Sau đó thì yếu tố nước mất khả năng duy trì và đồng thời lưỡi khô dần, mắt hờm vào. Dấu hiệu nội tâm là một hiện tượng giống như khói. Tiếp đó, yếu tố lửa mất năng lực bảo trì và cùng với nó, hơi nóng trong thân mất dần. Trong lúc này, người ta cảm thấy một trình hiện nội tâm giống như ánh sáng của đom đóm, như lửa xẹt. Khi yếu tố gió mất khả năng duy trì tâm thức, hơi thở chấm dứt và người chết có cảm giác như thấy ánh sáng leo lét của đèn dầu hoặc một cái gì đó tương tự. Nếu trước đây cảm nhận được ánh sáng của lửa xẹt, đom đóm thì bây giờ ánh sáng này chấm dứt và thay vào đó là một dấu hiệu lung linh màu đỏ.

Sau giai đoạn này, các tầng cấp vi tế của năng lượng nội tại — cũng được gọi là »gió« — bắt đầu tan rã. Đầu tiên, các luồng gió năng lượng — vốn là cơ sở của tám mươi tầng lớp tâm thức khái niệm — hòa tan vào một cấp tâm thức khác, được gọi là »Hiện tượng sắc trắng« và người chết cảm thấy một hiện tượng sắc trắng sáng rực; đây là trạng thái thứ nhất của tất cả bốn trạng thái, được gọi là »Bốn dạng của Tính không.« Sau đó, tâm thức sáng rực này và luồng gió năng lượng nội tại nâng đỡ nó hòa nhập vào một tầng cấp tâm thức, được gọi là »sự tăng trưởng của hiện tượng.« Trong lúc này, người chết cảm nhận một trình hiện màu đỏ hoặc màu cam rực rỡ. Tâm thức của hiện tượng màu đỏ sáng rực này và luồng năng lượng duy trì nó lại hòa nhập vào một tầng cấp tâm thức vi tế hơn nữa, được gọi là »gần đạt được.« Đồng thời, một hiện tượng màu đen đậm xuất hiện. Nếu một y sĩ đứng gần thì ông ta đã xác định cái chết; nhìn theo cách giải thích ở đây thì người này chưa chết hẳn, còn đang ở trong quá trình chết. Ở phần cuối của giai đoạn »gần

đạt được«, gắn liền với hiện tượng màu đen đậm, tâm thức cực quang dần dần xuất hiện và chúng ta gọi tâm thức này là Phật tính; nó chính là nguồn gốc của mỗi tâm thức. Liên tục thống nhất thể của tâm thức kéo dài không gián đoạn, thậm chí đến cả tầng cấp Phật quả.

Khi người chết nhận rõ trình hiện của cực quang, tâm thức vẫn còn nằm trong thân thể nhưng khi hiện tượng này chấm dứt, tâm thức và thân thể lìa nhau. Đó là lời vĩnh biệt...

Đồng thời với việc tâm thức rời thân, người ta bắt đầu trải qua tám tầng cấp tâm thức như trên với những trình hiện hệ thuộc nhưng lần này theo thứ tự ngược lại. Nếu có một trạng thái trung hữu thì hiện tượng màu đen đậm bắt đầu xuất hiện.

Bản chất của trung hữu là gì? Loài hữu tình trong giai đoạn trung hữu không có một thân thể vật chất thô thiển như chúng ta mà thay vào đó là một thân tinh tế, được tạo thuần túy bằng các luồng gió — tức là các luồng năng lượng nội tại — và tâm thức. Như thế có nghĩa là, loài hữu tình trong trung hữu trực tiếp đến nơi mà chúng cảm thấy được thu hút. Như thế thì chúng di chuyển nhanh hơn cả ánh sáng bởi vì việc đổi chỗ được thực hiện độc duy bằng ý nghĩ. Nếu chúng không nhanh hơn ánh sáng thì có lẽ người phải di chuyển thật lâu trong một vài giai đoạn trung hữu; vì khoảng cách từ một cực điểm này cho đến cực điểm kia của một ngân hà rất dài, thậm chí đến cả hàng triệu năm ánh sáng.

Về thân thể của loài hữu tình trong giai đoạn trung hữu, người ta tìm thấy hai cách trình bày khác nhau. Theo Thế Thân và một vài bài kinh của Kim cương thừa thì thân thể của một loài hữu tình trong giai đoạn trung hữu gần giống như thân thể mà nó sẽ nhận khi tái sinh. Về vấn đề thời gian thì người ta cho rằng, một giai đoạn trung hữu dài nhiều nhất là bảy ngày. Sau đó, thần thức chết một cái chết nhỏ và cái chết nhỏ này cũng dẫn đến một giai đoạn trung hữu khác. Nhưng thần thức chỉ có thể lưu lại trong những giai đoạn trung hữu khác nhau cao nhất là bốn mươi chín ngày và trễ nhất là ngay sau đó, nó phải bước vào một cuộc sống mới. Nhưng người ta tìm thấy hai cách tính thời gian của một ngày trong giai đoạn trung hữu khác nhau: Một phương pháp tính thời gian theo ngày của nhân thế; phương pháp khác tính thời gian theo ngày của cõi mà thần thức sẽ tái sinh vào.

Thần thức trong giai đoạn trung hữu có những cách giác quan nào? Tùy theo những hành động thiện ác — các nghiệp của nó — những hiện tượng thuận

và bất thuận xuất hiện. Thần thức có thể nhìn thấy những chúng sinh khác cùng trong tầng cấp của nó. Thế Thân viết trong luận A-tì-đạt-ma câu-xá rằng, những người nào đã tu và đạt thiên nhãn thông⁶⁰ cũng có thể thấy được những loài hữu tình trong giai đoạn trung hữu.

Một thời gian ngắn sau khi rời thân, bước vào giai đoạn trung hữu, thần thức thật sự có thể nhìn thấy thân cũ; nhưng thông thường thì nó không muốn trở về với thân này. Nhưng trong trường hợp thần thức trở về thân, thân này có thể được phục sinh — nếu những điều kiện nghiệp lực có sẵn cho phép. Tại Tây Tạng, chúng tôi gọi trường hợp này là »Dä-lok«, [xxvi] nghĩa là »Trở lại sau khi chết.« Tôi nghĩ là có nhiều trường hợp »trở lại sau khi chết« khác nhau. Một vài người chưa trải qua tất cả những giai đoạn của một quá trình chết bởi vì họ trở lại khi cảm nhận được hiện tượng sắc trắng sáng rực; những người khác thì trở lại từ tâm thức »tăng trưởng của hiện tượng« màu đỏ, một số người trở lại từ tâm thức »gần đạt được« màu đen, và thậm chí có người trở lại từ giai đoạn trung hữu sau khi nhận diện được tâm thức cực quang của cái chết.

Có nhiều hiện tượng xuất hiện trong trung hữu. Vì vậy mà có những phương pháp tu luyện được trình bày với mục đích giúp thần thức tự chủ được là chính nó đang ở trong giai đoạn trung hữu; sự tự nhận thức này có thể được sử dụng làm phương tiện tiến triển trên con đường đạt giải thoát. Quyển Tử thư⁶¹ giải thích những phương pháp này cho những người tu luyện theo cách thiền định có mối liên hệ đến bốn mươi tám vị Thiên thần dưới dạng tịch tĩnh và năm mươi tám vị dưới dạng phẫn nộ. Trong trường hợp những người tu luyện phương pháp Thiên thần du-già — đã đạt tiến bộ đến mức nhìn thấy được tất cả những hiện tượng của vòng sinh tử và của niết-bàn là duy thức, là những hiện tượng đơn thuần được tâm thức tạo ra — cũng có nhiều phương pháp được đưa ra để họ có thể áp dụng được ngay trong lúc đạt chứng kiến trên. Phần lớn những lời giảng dạy này xuất phát từ hệ thống Vô thượng du-già. (Tuy nhiên, hệ thống Thời luân⁶² trong Vô thượng du-già không bảo là Phật quả có thể đạt được trong giai đoạn trung hữu; theo đó thì Phật quả phải đạt được trong cuộc đời này hoặc trong những đời sau. Lí do là trong Thời luân giáo có một cách trình bày rất đặc biệt về nguyên nhân tạo tác cơ bản⁶³ của một Sắc thân Phật.)

Cuối cùng, thần thức trong trung hữu tạo một mối liên hệ với một sự tái sinh. Nhìn chung thì có bốn cách sinh⁶⁴ được giảng giải: hóa sinh, sinh từ bào thai, sinh từ trứng và sinh ở chỗ ẩm ướt. Thần thức phải trải qua cách hóa sinh trong giai đoạn trung hữu. Người ta cũng bảo rằng, trong thời kì

hình thành hệ thống thế giới này, các loài hữu tình đều được sinh bằng cách hóa sinh, đã phát triển toàn diện ngay sau khi sinh. Nếu tái sinh tại một nơi ẩm ướt thì thần thức trong trung hữu thấy một nơi ẩm áp, dễ chịu và phát tâm ham muốn lưu lại. Nếu nhận một thai sinh, thần thức nhìn thấy cha mẹ đang trong tư thế giao cấu. Người nào tái sinh thành nam giới cảm thấy được thu hút bởi bà mẹ và phát tâm ái mộ; ai trở thành nữ giới thì được thu hút bởi người cha, ái mộ ông ta. Với tâm trạng tham dục này, giai đoạn trung hữu chấm dứt, giai đoạn sinh trưởng bắt đầu.

Sự chấm dứt của giai đoạn trung hữu và thụ thai xảy ra cùng lúc. Nó là một quá trình mà trong đó, thần thức phải trải qua tám trạng thái tâm thức đã được trình bày với những trình hiện xuất hiện như trước đây. Quá trình này bắt đầu với sự cảm nhận một hiện tượng phản chiếu trên không trung và chấm dứt khi tâm thức cực quang xuất hiện. Vì thân trung hữu rất vi tế, nhẹ nhàng nên những hiện tượng xảy ra trong một khoảng thời gian rất ngắn và không rõ ràng lắm. Ngược lại, chúng lại xuất hiện rất rõ và lâu hơn nơi thân thể con người vì thân thể của chúng ta có bản chất thô sơ. Vì lí do này mà người ta quan niệm là tái sinh làm người chính là một cơ hội cực kì thuận tiện cho người muốn tu tập Vô thượng du-già.

Đây là con đường của sự luân chuyển thăng trầm gần như bất tận của chúng ta trong vòng sinh tử. Còn sống trong vòng sinh tử, chúng ta phải chịu đựng nhiều nỗi khổ. Nhìn tổng quát thì tất cả những nỗi khổ đều thuộc về ba loại: khổ của chính sự đau đớn, khổ của sự biến chuyển và khổ của sự lệ thuộc vào những phiền não và những hành động ô nhiễm — một sự lệ thuộc thống trị tất cả.

Các loài hữu tình trong những đọa xứ như địa ngục, quỷ đói, súc sinh, cũng như những cõi sung sướng như cõi người, a-tu-la, cõi thiên của dục giới cảm nhận cả ba loại khổ này. Các thiên nhân trong tầng cấp dưới của sắc giới, định sơ thiên, nhị thiên và tam thiên chỉ có những cảm giác sung sướng. Như vậy họ không có nỗi khổ của sự đau đớn; nhưng vẫn còn mang nỗi khổ của vô thường, biến chuyển. Trong cấp tứ thiên của sắc giới và tất cả những tầng cấp của vô sắc giới, người ta chỉ có những cảm nhận trung tính; như thế thì chỉ có nỗi khổ của sự lệ thuộc vào những hành động ô nhiễm và phiền não ở chôn này. Qua đó mà chúng ta thấy được là lúc nào người ta cũng bị một dạng khổ nào đó đeo đuổi khi còn tồn tại trong vòng sinh tử.

Và đây, tôi xin chấm dứt phần giảng nghĩa một cách sơ lược về Khổ đế.

Chương 03. Khía cạnh tâm lí của vòng sinh tử

Vấn đáp

● **Hỏi:** *Ai chịu khổ nếu các hiện tượng đều không có tự tính — nhưng khổ lại hiện thật?*

● **Đáp:** Câu hỏi này xuất phát từ một cách hiểu không trọn vẹn là Vô ngã không phải là sự vắng mặt của tồn tại⁶⁵ nói chung, mà là sự vắng mặt của tồn tại trên cơ sở tự tính⁶⁶. Chúng ta sẽ nói rõ hơn về đề tài này khi bình luận về điểm tranh chấp giữa hai trường phái Duy thức và Trung quán cũng như những điểm tranh luận giữa các chi phái trong tông Trung quán. Trong đó, phái Cự duyên bị những trường phái khác công kích là chủ trương một quan điểm hư vô. Nhưng, các vị luận sư của phái Cự duyên phản bác lời chỉ trích này và chứng minh cho người khác thấy rằng, [khác với những trường phái khác] họ phân biệt giữa tồn tại và tồn tại trên cơ sở tự tính [và chỉ phủ nhận trạng thái tồn tại trên cơ sở tự tính]. Họ bảo rằng, quan điểm họ đại diện không phải là chủ nghĩa hư vô, bởi vì họ xác nhận nguyên lí duyên khởi của tất cả hiện hữu và sự tồn tại của chúng.

● **Hỏi:** *Ngài có thể định nghĩa »Thức« giúp chúng tôi?*

● **Đáp:** Định nghĩa của thức là trong sáng và trí huệ nhận thức; nhưng sự việc này không phải dễ hiểu. Nhưng trong mọi trường hợp, người ta có thể nói là thức không phải là một cái gì đó thuộc về thân thể vật chất. Nó chẳng có hình dạng cũng như màu sắc. Nó trông không tương tự như không gian, một không gian hiển hiện khi vắng bóng các vật chướng ngại, nắm giữ. Đặc tính của thức là rõ ràng, chiếu sáng và nó có khả năng nhận thức được mỗi đối tượng mà nó tiếp xúc bằng cách phản chiếu lại hình thái của đối tượng đó. Nhưng thức lại có những tính chất đặc thù vượt qua mọi ngôn ngữ diễn bày: Chỉ khi nào mà người ta xoay tâm vào trong, dần dần làm quen với thức để có một cảm nhận về những đặc tính của nó thì mới biết rõ thật nó là gì.

Khi một thức không chạm trán đối tượng, khả năng nhận thức cảnh vật của nó chỉ ở trong dạng tiềm tại. Ví dụ như khi thức không chạm xúc với những bông hoa trước mặt tôi thì cũng chẳng có thức nào đương thời được hình thành để nhận ra những bông hoa này; nhưng dù vậy, khả năng nhận thức những bông hoa này vẫn còn đó. Nếu thức tiếp xúc với một đối tượng thì đối tượng này được thức nhận ra qua quá trình »đối tượng phóng rọi ngoại hình

của nó vào thức». Chỉ có trường phái theo Đại tì-bà-sa luận giữ quan điểm là thức nhận diện đối tượng »trực tiếp như nó là«, không phải một sự nhận diện qua một hình thái bên ngoài. Các hệ thống cao cấp hơn lại bảo rằng, thức nhận thức được đối tượng qua ngoại hình của đối tượng tạo thành. Vì vậy mà nên nghiên cứu thử xem thức của chúng ta nhìn thấy gì: bông hoa hiện hiện hay chỉ là hình thái của nó, nghĩa là cái phản chiếu của bông hoa. Nếu suy nghĩ theo cách thứ hai thì chúng ta rất gần với quan điểm của tông Duy thức. Theo trường phái này thì sự nhận thức một đối tượng được hình thành bởi vì có những chủng tử trong tâm thức của chúng ta được khởi động; vì vậy mà theo trường phái này, những đối tượng nhận thức không phải là những thật thể khác biệt với tâm thức đang nhận thức — trên phương diện bản chất. Trên một bình diện nào đó thì hầu như mỗi người chúng ta đều có một thế giới riêng biệt. Các nhà khoa học hiện đại cũng nghiên cứu bằng phương pháp tương tự như trên xem thức nhìn thấy một đối tượng thật hay chỉ thấy được một ảnh của nó, một ảnh được phản chiếu ở những tế bào dài, ngắn trong cặp mắt của chúng ta. Trong mỗi quan hệ này thì cũng là một việc hay, nếu chúng ta suy nghĩ về bệnh mù màu, một cơn bệnh xuất phát từ những biến cố trong những đường dây thần kinh, làm thay đổi khả năng nhận thức cảnh vật.

Bản tính trong sáng và nhận thức của tâm được biểu hiện rõ hơn trong thời điểm tiếp xúc đối tượng, khi một khái niệm phân biệt đối tượng như tốt, xấu... chưa dấy lên. Trong lúc này, tâm thức một mặt đã bước ra khỏi trạng thái tiềm tàng, nhưng mặt khác thì lại chưa ở trong trạng thái khái niệm. Đây là giai đoạn của nhận thức trong sáng, chân chính. Trong hệ thống Đại viên mãn⁶⁷, người ta cho rằng, bản tính của tâm thức có thể được nhận diện ngay lúc này. Nhưng khi đạt được kinh nghiệm này lần đầu, người ta không có khả năng duy trì nó trong một thời gian dài.

Nếu chúng ta nghiên cứu kỹ sự nhận thức bản tính tuyệt đối của các hiện tượng và tự đặt câu hỏi là tâm thức xác định được những gì thì chúng ta phải nói rằng, tâm thức chẳng nhận thức gì khác hơn là xác định sự vắng mặt của một cách tồn tại trên cơ sở tự tính. Nhưng, khi nói về phương pháp thiền định tinh thâm, chuyên chú vào bản tính tuyệt đối của các hiện tượng thì chúng ta phải nói là một hành giả sơ cơ phải tiếp tục tập trung vào bản tính trong sáng và nhận thức của tâm thức — một tâm thức nhận thức được bản tính tuyệt đối của sự vật. Sự tỉnh giác tập trung vẫn phải được xoay vào tâm. Điểm này chúng ta sẽ bàn luận rõ hơn sau này.

● **Hỏi:** *Chúng tôi phải làm thế nào để thấy hoặc nhận thức được vòng sinh tử?*

● **Đáp:** Khó có thể. Thân thể chúng ta được hình thành dựa trên cơ sở những nhóm thân tâm, bị ảnh hưởng bởi những hành động ô nhiễm và phiền não. Chúng lại tạo cơ sở cho khổ não hiện hành và đó chính là vòng sinh tử. Để nhận thức được sự hiện diện của nó, người ta phải hiểu được vì sao mà những nhóm thân tâm bắt nguồn từ những hành động trước đây lại là yếu tố tạo khổ. Thêm vào đó, người ta phải hiểu vì sao những hành động ô nhiễm và phiền não xuất hiện, phải hiểu một liên tục thống nhất thể của những nhân tố ô nhiễm tồn tại như thế nào. Nếu muốn chứng minh sự tồn tại của vòng sinh tử trên phương diện luận lí, người ta phải đưa ra những nguyên nhân và phải đưa bằng chứng ở mỗi luận cứ là: hành động ô nhiễm và phiền não nói chung là tồn tại; giữa chúng và tâm thức, kinh nghiệm đau khổ, vui sướng của chúng ta có một mối liên hệ; có một tâm thức vô thủy với một đặc tính liên tục, tiếp tục từ cuộc sống này qua cuộc sống khác; các nhóm thân tâm — được tạo bởi những hành động ô nhiễm và phiền não với liên tục thống nhất thể của chúng, bước từ cuộc sống này sang một cuộc sống khác không gián đoạn — một mặt mang tính chất khổ, mặt khác lại tạo điều kiện cho khổ cứ xuất hiện vô gián; và nguồn gốc của tất cả những gì nêu trên là một nhận thức điên đảo về bản tính của các hiện tượng.

Nhưng khi đã chứng minh được là nguồn gốc của các pháp, các hiện tượng — những hiện tượng hoàn toàn bị thống trị bởi phiền não — chính là một tâm thức điên đảo thì người ta có thể hiểu rằng, khi nó được tiêu diệt thì những phiền não cũng được đoạn diệt theo bởi vì chúng nương vào chính cái tâm điên đảo này mà xuất hiện. Phiền não được đoạn diệt thì những hành động ô nhiễm hệ thuộc cũng được đoạn diệt theo. Hành động ô nhiễm được đoạn diệt thì vòng sinh tử cũng chấm dứt. Mười hai nhân duyên⁶⁸ có thể được chiến thắng bằng phương pháp nêu trên. Chỉ bằng cách tổng hợp những nhận thức riêng lẻ như vậy người ta mới biết chắc chắn về bản tính của quá trình này, được gọi là vòng sinh tử; đây không phải là một sự kiện có thể giải thích trong một lần một.

● **Hỏi:** *Có cần thiết là phải biết tất cả, hoặc chỉ là một trong những bài phân tích, giảng giải gần như phức tạp vô cùng về những quan điểm triết lí khác nhau — nếu người ta giữ một cuộc sống tỉnh giác, giữ lòng từ bi đối với tất cả chúng sinh?*

● **Đáp:** Loài hữu tình có vô số căn cơ và khuynh hướng khác nhau. Tùy theo đó mà chúng ta có hai cách thuyết giảng để dẫn dắt chúng. Một trong hai cách đó là những bài thuyết pháp công khai do chính Đức Phật thực hiện và những bài giảng tổng quát của Sáu bảo trang của thế giới: Loại thuyết giảng này rất đa dạng và phức tạp bởi vì có rất nhiều người nghe với những khả năng, sở thích khác nhau. Ngược lại, có những phương pháp dạy trực tiếp được những người đã thành tựu cao ứng dụng. Các vị áp dụng phương pháp này để dạy những chúng sinh đặc biệt, trong những thời điểm đặc biệt mà không vướng mắc vào những điểm phức tạp nêu trên.

Tương truyền rằng, một học giả uyên thâm triết học một lần nọ muốn tranh luận với Đại-du-già sư Mật-lặc-nhật-ba⁶⁹ về Luận lí và Nhận thức học. Ông ta muốn luận giải những đề tài như »luận cứ chính xác«, »mâu thuẫn và tương đồng«, »hiện tượng chưa được xác định«. Mật-lặc-nhật-ba chỉ trả lời ông ta giản đơn: »Tôi chẳng biết gì về luận lí và nhận thức. Nhưng tôi biết: Tâm của triết gia này có phiền não trộn lẫn, đó là dấu hiệu của hiệu quả; ông ta có quan niệm mâu thuẫn với Phật pháp, đó là dấu hiệu mâu thuẫn và Người nhìn bên ngoài như một tu sĩ, nhưng trong thâm tâm không phải tất nhiên là một tu sĩ, điều này chính là hiện tượng chưa được xác định.« Những người như Mật-lặc-nhật-ba đã hấp thụ được những bài học chân chính: Nguyên vọng giải thoát ra khỏi vòng sinh tử thật sự, hành động lợi tha và trí huệ — một loại trí huệ nhận thức được Tính không theo hệ phái Cụ duyên.

Một lần nọ, một con quỷ tìm cách hại Mật-lặc-nhật-ba. Sau một cuộc đối đáp dài dằng, Mật-lặc-nhật-ba cuối cùng bảo nó: »Theo phương diện tuyệt đối thì ngay cả Phật cũng chẳng tồn tại trên cơ sở tự tính, đừng nói chi đến một chương ngại như người! Pháp của Phật không tồn tại trên cơ sở tự tính, tăng-già không tồn tại trên cơ sở tự tính. Đây là chân lí tuyệt đối. Nhưng, vì lưu ý đến tâm thức [chưa thành đạt] của các vị đệ tử nên Phật cũng bảo rằng, nhìn với một tâm thức bình thường thì tất cả đều tồn tại.« Mật-lặc-nhật-ba trình bày chính xác cái nhìn tuyệt đối, trùng hợp với quan điểm của phái Cụ duyên. Những người như Mật-lặc-nhật-ba không cần để ý đến những luận giải phức tạp về những vấn đề siêu hình; họ đã hiểu rõ ý nghĩa căn bản. Như vậy đủ rồi.

Nếu quý vị bước vào một cửa hàng bách hóa ở thôn quê, quý vị sẽ tìm thấy tất cả những gì cơ bản, cần thiết để nuôi sống mặc dù khả năng chọn lựa bị hạn chế. Nếu quý vị đến một siêu thị cực đại tại thành phố New York thì sẽ tìm thấy rất nhiều món hàng khác nhau, nhưng nhìn theo phương diện nhu

cầu cần thiết thì nó không khác cửa hàng bách hóa tại làng quê. Nhưng có một sự khác biệt: trong siêu thị, người ta có nhiều hàng để chọn lựa.

● **Hỏi:** *Người ta có thể đạt giải thoát nếu không thừa nhận nhân sinh quan đặc biệt của Phật giáo về những cõi, sự tái sinh và những điểm tương tự?*

● **Đáp:** Tôi thường nói: Nếu người ta sống một cuộc sống minh triết thì nó sẽ đem đến một hiệu quả tốt đẹp; ngay cả trường hợp không chú tâm đến sự tái sinh cho lắm. Người ta sẽ tích tụ nhân duyên cho một sự phát triển tốt, một năng lực dồi dào. Tất nhiên là những việc nêu trên đều là những việc lợi ích.

Mặc dù không biết được tất cả nhưng người ta vẫn có thể tiến triển trên tâm đạo. Chỉ cần nói sơ là không thể nào biết tất cả những gì có thể biết được khi người ta chưa trở thành một Nhất thiết trí giả. Chúng ta có thể trở thành một Phật-đà, có thể tiến bước trên tâm đạo mặc dù chưa đạt hiểu biết trọn vẹn.

● **Hỏi:** *Thế nào là tâm thức hướng đạo?*

● **Đáp:** Một đạo hoặc một cỗ xe mang ý nghĩa của phương tiện di chuyển. Nếu chúng ta nói đến một tâm thức hướng đạo thì không nên hiểu đó là một con đường cao tốc dẫn đến Phật quả. Phật quả đạt được bằng những bước phát triển của tâm. Vì vậy mà danh từ »tâm hướng đạo« chỉ vào những yếu tố tâm thức hữu ích. Trong trường hợp của những cấp bậc tu tập cao siêu, người ta thỉnh thoảng có nhắc đến những »Đạo« với ý nghĩa thể chất; nhưng »Đạo« ở đây có liên hệ đến những luồng chân khí vi tế nội tại, chẳng có liên can gì đến con đường từ nơi này sang nơi khác.

● **Hỏi:** *Thế nào là »Nhị nguyên« khi người ta nhắc đến một »Tâm thức bản lai bất nhị«?*

● **Đáp:** Có nhiều loại trình hiện nhị nguyên⁷⁰. Trình hiện của những hiện tượng trên phương diện thế tục⁷¹ là một loại. Một loại khác là trình hiện của chủ và khách thể như hai thật thể cách biệt nhau. Một loại khác là trình hiện của một khái niệm. Lại một loại khác nữa là trình hiện của tồn tại trên cơ sở tự tính. Trong lúc thiền quán tính tế Tính không thì chẳng có trình hiện của những hiện tượng tập tục, chẳng có sự xuất hiện của chủ và khách thể như hai thật thể cách biệt nhau mà cũng chẳng có trình hiện của khái niệm cũng như trình hiện của tồn tại cơ sở tự tính. Nhưng, trong khía cạnh nhận thức được tính đa dạng của các hiện tượng thế tục, tâm thức toàn trí của một vị Phật lại tương hệ với một trình hiện nhị nguyên⁷². Nhìn theo phương diện

của một vị Phật thì Phật không có cách nhìn sai lầm, cho rằng chủ và khách thể là hai đơn vị thật thể cách biệt; tuy nhiên, theo những trường phái với quan niệm là các pháp bên ngoài thật có thì Phật đúng là có một lối nhìn nhị nguyên với chủ thể và khách thể cách biệt. Nhưng, trong mọi trường hợp, Phật không có lối nhìn nhị nguyên xuất phát từ một tâm trạng ô nhiễm, vì nếu như thế thì Ngài không thể nào đồng thời nhận thức được cả hai sự thật — sự thật qui ước và chân lí tuyệt đối.

Có nhiều quan niệm khác nhau trong giới học giả về cách nhận thức các hiện tượng thế tục của một tâm thức Phật. Nếu nói về cách nhận thức của một vị Phật thì người ta phải phân biệt giữa cách nhận thức những hiện tượng theo lối nhìn của Ngài và cách nhận thức của Ngài qua cách trình hiện của những hiện tượng dưới mắt chúng sinh. Một ví dụ: Khi một người mù màu thuật lại cách nhận thức của mình cho một người khác bình thường không mù màu, thì người bình thường này không thể nào nói về cách nhận thức của một người mù màu theo quan điểm của chính mình mà chỉ có thể nói là những hiện tượng trình hiện như thế nào dưới mắt một người mù màu. Ở đây, một nhận thức được hình thành không qua một cảm giác trực tiếp mà phải dựa vào nhận thức của một người khác. Sự trình hiện của tồn tại cơ sở tự tính cũng tương tự như vậy. Nhìn chung thì trình hiện tồn tại trên cơ sở tự tính là có, là tồn tại, và bởi vì biết tất cả những gì tồn tại nên Đức Phật cũng phải nhận biết sự trình hiện tồn tại trên cơ sở tự tính. Nhưng bởi vì đã siêu việt và tận diệt trình hiện tồn tại trên cơ sở tự tính trong tâm thức nên Phật chỉ có thể nhận thức trình hiện tồn tại trên cơ sở tự tính qua lối nhận thức của người khác, của phàm phu chưa khắc phục được chúng.

● **Hỏi: Thế nào là sự khác biệt giữa Bồ-đề, Niết-bàn và Bát-niết-bàn?**⁷³

● **Đáp:** Chúng ta sẽ nói về vấn đề này sau, nhưng tôi muốn nói ngắn gọn vài lời. Có sự khác biệt giữa trường phái Thanh văn (Kinh lượng bộ, Đại-tì-bà-sa bộ) và các hệ thống cao cấp khác (Trung quán, Duy thức) về cách thực hiện niết-bàn. Theo các trường phái Thanh văn thì Phật mới thật sự thành đạo dưới gốc cây bồ-đề tại Giác Thành⁷⁴; trước đó Ngài vẫn là một hữu tình bình thường. Theo họ thì Phật cũng chưa chinh phục được tất cả bốn loại ma⁷⁵ khi đạt bồ-đề tại Giác Thành.

Để luận giải vấn đề này, chúng ta cần phải nhận biết bốn loại »ma«. Con ma đầu tiên là Uẩn ma, tức là ma của những nhóm thân tâm (uẩn) được hình thành bởi những hành động ô nhiễm và phiền não. Các nhóm thân tâm này được gọi là »ma«, bởi vì chúng tạo cơ bản cho khổ hiện hành, quả thật là

thừa dư. Loài ma thứ hai là phiền não — Phiền não ma —, được gọi như vậy là vì chúng chính là động cơ tạo khổ. Con ma thứ ba là cái chết, Tử ma, là cái chết ngoài ý muốn, được gọi là ma vì nỗi khổ chính trong cuộc đời của chúng ta là cái chết. Loài ma thứ tư được gọi là Thiên tử ma⁷⁶ [sát nghĩa là »con của trời«]. Chúng là những loài ma cố tình làm rối loạn tâm thức của những tu sĩ muốn đoạn trừ ba loại ma đầu tiên. Những loài quỷ với cặp sừng trên đầu có thể thuộc vào loại ma này!

Phật đạt giác ngộ dưới gốc bồ-đề trong buổi sớm mai. Trong đêm trước, Ngài hàng phục được loài thiên tử ma. Khi đạt giác ngộ lúc sao mai vừa mọc thì Ngài đã hàng phục được loài ma phiền não. Tuy nhiên, theo quan niệm của các trường phái Thanh văn thì Ngài vẫn chưa chiến thắng được uẩn ma và tử ma. Trường hợp này mới thật sự xảy ra khi Ngài nhập đại niết-bàn tại Câu-thi-na⁷⁷. Từ đó ta có thể suy ra: các hệ thống trên cho rằng, thân xác của Phật thật sự chịu đựng khổ đau.

Theo hệ thống của họ thì liên tục thống nhất thể của các nhóm thân tâm của Phật chấm dứt ngay khi Ngài thực hiện Vô dư niết-bàn⁷⁸ — Đại niết-bàn. Theo quan điểm của họ thì tâm thức của Phật một mặt đã giác ngộ viên mãn, nhưng mặt khác thì lại hoàn toàn tịch diệt. Phật chẳng còn là tâm thức nữa. Người ta dễ cho là học thuyết như trên làm người mất can đảm, mất cảm hứng. Tôi thấy có một thức sinh hoạt linh động hợp lí hơn là hoàn toàn diệt độ. Nhưng đây là lời giải tương ứng của hàng Thanh văn.

Trong các trú tác của mình, Từ Thị lại trình bày một cách khác. Theo đó thì tất cả những thành quả của Phật Thích-ca — bắt đầu từ lúc rời cung trời Đâu-suất⁷⁹ trước lúc xuất sinh trong cõi này — là sự diễn bày những hoạt động cứu độ của một vị Phật. Ngài đã đạt giác ngộ trước đây, bây giờ giáng sinh vào cõi này để mở đường dẫn đến giác ngộ. Thật sự thì Ngài đã hoàn tất con đường giác ngộ trước đó nhiều kiếp. Ngài trình bày Mười hai hành động⁸⁰ cao thượng của một Phật-đà tại Ấn Độ không phải vì mục đích giác ngộ cho chính mình mà vì lợi ích của chúng đệ tử, để họ có thể nhận biết được giác ngộ có thể đạt được bằng một con đường mới. Theo đó thì Phật Thích-ca thuộc vào chủng loại Ứng hóa thân⁸¹, vốn xuất phát từ một thân khác được gọi là Báo thân^{82,83} với một liên tục thống nhất thể vánh hằng. Điều quan trọng cần được phân biệt là thật thể⁸⁴ của thân này là vô thường nhưng liên tục thống nhất thể của nó thì lại trường tồn. Báo thân lại xuất phát từ Pháp thân⁸⁵ của một vị Phật. Chúng được gọi là Ba thân⁸⁶ Phật, được trình bày trong Đại thừa.

Theo giáo lí của những trường phái Đại thừa thì Đức Phật đã hàng phục được tất cả bốn loài ma, dạng thô cũng như dạng vi tế của chúng khi đạt bồ-đề trước đây nhiều kiếp. Vấn đề niết-bàn thì chúng ta sẽ luận giải sau.

---o0o---

Nguồn gốc của khổ

Hôm qua, chúng ta đã luận bàn về khổ và bây giờ sẽ nói về nguồn gốc của khổ. Trường hợp khổ không phải lúc nào cũng xuất hiện và xuất hiện khắp nơi, mà chỉ thỉnh thoảng xuất phát và xuất phát ở một vài nơi, chứng tỏ rằng, khổ phải xuất phát từ nguyên nhân. Người ta có thể trình bày trên phương diện luận lí là: khổ có nguyên nhân vì nó xuất hiện có thời điểm. Nếu khổ xuất hiện không có nguyên nhân thì nó không bao giờ, hoặc lúc nào cũng tồn tại.

Vì khổ có nguyên nhân nên ta phải tìm hiểu nguyên nhân là gì. Trong các hệ thống triết lí Phật giáo, người ta quan niệm rằng, hành động ô nhiễm và phiền não là nguyên nhân. Trong các hệ thống ngoại đạo tại Ấn Độ, người ta có nhiều quan điểm về lí do của khổ. Tổng quát thì người ta có thể sắp xếp những hệ thống triết lí ngoại đạo này vào năm hệ thống chính và trong số này thì hai trường phái Số luận⁸⁷ và Kì-na⁸⁸ được xem là quan trọng nhất. Phái Số luận liệt kê hai mươi lăm chủng loại của đối tượng hiểu biết. Chúng bao hàm tất cả những gì tồn tại. Họ tin vào một »bản tính«⁸⁹ — cũng được gọi là »nguyên tắc cơ bản chung«⁹⁰, được xem là một nguyên nhân chính của khổ cũng như lạc, và cái cảm nhận chúng được gọi là một »Thần ngã«⁹¹. Họ bảo rằng, con đường giải thoát nằm ở phương pháp tu hành để nhận thức được là: tất cả những khổ lạc khác nhau đều được tạo tác bởi »nguyên tắc cơ bản«. Nếu nhận ra như vậy thì »nguyên tắc cơ bản« — có thể nói là — sẽ »e thẹn đỏ mặt« và rút lui, thu tóm tất cả những hiện tượng biến hóa của nó đối với người đã nhận thức — và người này đạt giải thoát. Ngược lại, những người theo Kì-na giáo tin vào một chốn giải thoát nằm phía trên thế giới này như một cây dù cắm ngược dưới đất. Có nhiều hệ thống tín ngưỡng với những quan điểm được tranh luận với nhau.

Trong các hệ thống triết lí của đạo Phật, ta tìm thấy quan điểm là: Nếu kết quả — tức là khổ — là những hiện tượng hữu vi thì những nguyên nhân của nó cũng phải là hữu vi — nghĩa là vô thường. Chúng không thể nào là những nhân tố thường hằng.

Một ví dụ điển hình: Nếu tôi phần nộ thì lòng phần nộ này có thể là một động cơ tạo một tâm trạng thô bạo, lời nói thô bạo và những hành động thô bạo. Vì nhân tố phần nộ là một phiền não, là một ô nhiễm nên những hoạt động thân khẩu, được tác động bởi năng lực của nó là ác nghiệp, là những hành động không hay. Qua đó mà có một bầu không khí căng thẳng. Có thể là tôi sẽ không nhận ra ngay hậu quả của những hành động này; thậm chí có thể có cảm giác là đã thắng một người nào đó, có thể hét to lên là đã chiến thắng. Nhưng sau đó thì tôi sẽ hối tiếc, sẽ có cảm nhận rất đau lòng và ngại ngùng, sẽ có một cảm giác hối hận trong thâm tâm. Tương tự như thế, những người thân cận sẽ mất sự bình an qua những cơn tức giận, uất ức của tôi. Đó là những hậu quả đau đớn của những hành động xuất phát từ một động lực bất thiện. Đó là qui luật nhân quả, là mối liên hệ giữa động lực, hành động và hậu quả.

Ngược lại, một động cơ tốt lành, cởi mở và chân thật như lòng từ bi, được phối hợp với một tâm lòng cung kính những người xung quanh sẽ dẫn tới những hành động minh triết, tạo một môi trường bình an, hòa hợp và dễ chịu. Qua đó mà tôi có cảm giác nhẹ nhàng, vui vẻ; tôi có thể thương thức bầu không khí này và với tôi, những người xung quanh. Một động lực xấu tạo nhiều vấn đề, khổ đau; ngược lại, một động lực thiện có ảnh hưởng tốt, dẫn đến hạnh phúc và một sự cân bằng nội tại.

Đây chỉ là một cách diễn bày rất tổng quát. Trên một tầng cấp thâm sâu hơn thì mỗi hành động đều để lại một hậu quả dưới dạng một hạt mầm⁹² trong tâm thức ngay lúc hành động này được thực hiện. Năng lực của hạt mầm này sẽ tạo thành nguyên nhân chính⁹³ của hậu quả tốt xấu mà người tạo nó sẽ nhận được.

---o0o---

Nghiệp

Có hai loại hành động hoặc nghiệp: hành động dự định⁹⁴⁹⁵ và hành động đã được dự định⁹⁶⁹⁷. Về những hành động được dự định thì hệ phái Đại-tì-bà-sa và Cụ duyên bảo rằng, chúng là những hành động thuộc về thân và khẩu. Ngược lại, Kinh lượng bộ và Duy thức tông quan niệm rằng, tất cả những hành động được dự định — ngay cả những hành động thuộc về thân khẩu — đều thuộc về tâm thức; vì họ bảo rằng, một hành động thuộc thân hoặc khẩu có thể thu tóm lại trong một nhân tố của tâm, được gọi là »chủ ý«⁹⁸, ngay lúc nó được thực hiện.

Nhìn theo mặt phương tiện hoặc các »cửa ải« thể hiện của những hành động, người ta chia chúng ra thành thân nghiệp, khẩu nghiệp và ý nghiệp.

Nhìn theo khía cạnh hậu quả của chúng thì người ta phân biệt thiện và bất thiện nghiệp. Có hai loại thiện nghiệp: nghiệp tích tụ công đức, dẫn đến một cuộc sống sung sướng trong dục giới và bất động nghiệp⁹⁹, hành động dẫn đến cuộc sống trong cõi sắc hoặc cõi vô sắc.

Nhìn trên phương diện hậu quả của một nghiệp có được cảm nhận hay không, người ta lại phân biệt hai loại nghiệp: nghiệp với một hậu quả nhất định phải được thụ nhận¹⁰⁰ và nghiệp với hậu quả không cố định¹⁰¹. Cách phân chia này sẽ được hiểu rõ hơn nếu người ta xem xét một lối phân loại khác nhìn theo khía cạnh động cơ và thực hiện. Theo đây, bốn loại nghiệp được phân biệt:

1. Nghiệp được tích tụ với chủ ý và được thi hành;
2. Nghiệp được tích tụ nhưng không được thi hành;
3. Nghiệp được thi hành nhưng không được sưu tập với chủ ý và
4. Nghiệp không được tích tụ và cũng chẳng được thi hành. Một ví dụ cho trường hợp đầu là sự chủ ý giết một con muỗi. Trong một trường hợp khác thì người ta có thể bị con muỗi này quấy nhiễu, rất muốn trừ khử nó nhưng trước khi thực hiện thì lại bị một người khác đánh lạc hướng. Trường hợp này là ví dụ cho loại nghiệp thứ hai, nghiệp của động cơ thúc đẩy được tích tụ nhưng người ta không tự thi hành nghiệp này. Ví dụ cho loại nghiệp thứ ba là quơ tay làm giết một con muỗi mà không có chủ ý. Trường hợp thứ tư được tìm thấy khi người ta chẳng có ý định gì và cũng chẳng làm một việc gì.

Trong bốn loại nghiệp này thì loại thứ nhất và nhì — nghiệp được tích tụ với chủ ý, được thi hành và nghiệp được tích tụ nhưng không được thi hành — là những hành động mang một hậu quả nhất định phải được thụ nhận. Hai loại nghiệp khác — nghiệp được thi hành nhưng không được tích tụ với chủ ý và nghiệp không được tích tụ, cũng chẳng được thi hành — là những hành động với hậu quả không cố định. Nếu một người nào đó không muốn sát sinh mà phải nhập quân đội và được lệnh giết hại, thì ngay cả trường hợp người ấy giết người cũng không phải là một hành động tất nhiên phải dẫn đến một kết quả hiển hiện, nếu ông ta có một cảm giác ăn năn, hối hận lớn trong lúc thi hành, hoặc trực tiếp sau khi thi hành việc này.

Từ đó mà chúng ta có thể nhận ra rằng, hành động không có sức nặng giá trị như động lực nguyên nhân. Như vậy có nghĩa là: Khi một ông tướng hoặc một nhà lãnh đạo của một chính quyền ra lệnh chiến tranh, chủ động phá tan hàng ngũ kẻ địch, ông ấy tích lũy những ác nghiệp của sự giết hại được thi hành qua mệnh lệnh của ông ta, mặc dù đích thân ông không hề tham dự chiến tranh, thực hiện những hành động này. Tương tự như vậy, nếu mười người dự tính một bữa tiệc và thêm vào đó nữa là một con thú được mua về và làm thịt: Mặc dù chỉ có một con thú bị giết nhưng mỗi người trong mười người này đều nhận lấy toàn vẹn nghiệp sát sinh, bởi vì mỗi người trong bọn họ đều có động lực mua con thú này rồi giết nó ăn thịt.

Nghiệp với một hậu quả nhất định phải được thụ nhận còn được chia ra theo phương diện thời điểm xuất hiện của hậu quả. Một vài nghiệp mang đến một hậu quả ngay trong cuộc sống này, một vài nghiệp khác có hậu quả xuất hiện trong đời sau, một vài nghiệp khác có hậu quả trong đời sống kế đến hoặc trễ hơn nữa.

Có nhiều cách phân loại thiện. Diệt được khổ trên một cấp bậc nào đó là một ví dụ cho thiện theo ý nghĩa tuyệt đối¹⁰². Lòng tin tưởng và từ bi là những ví dụ cho thiện có từ bản tính¹⁰³. Các nhân tố của tâm¹⁰⁴ như tỉnh giác¹⁰⁵ và tự tìm hiểu¹⁰⁶, xuất hiện cùng với một nhận thức thiện được xem là thiện vì tương ứng theo tâm thức¹⁰⁷. Nếu đi từ một nơi này đến một nơi khác với một động cơ giúp người, thì mỗi bước đi đều là thiện bởi vì động cơ thúc đẩy¹⁰⁸, mặc dù đi bộ không phải là một việc thiện hoặc bất thiện. Cuối cùng, những chủng tử, hạt mầm trong tâm thức được khởi động bởi những nhân tố thiện trong tâm thức được gọi là thiện vì mối liên hệ tùy hậu.

Nhân đây, tôi muốn chấm dứt bài thuyết giảng về nghiệp và nghiệp quả ngắn gọn này. Phật tử nào đã suy nghĩ kỹ về giáo lý, muốn thực hành thì có thể tu tập, giữ mười giới¹⁰⁹. Giữ mười giới này đồng nghĩa với thực hiện mười việc thiện.

---o0o---

Tâm lí học Phật giáo

Hành động xuất phát từ phiền não và sự việc này dẫn đến câu hỏi: phiền não là gì? Để giải đáp câu hỏi này thì trước hết, người ta nên tìm hiểu về tâm lí học của Phật giáo. Vì cả hai, tâm sở ý muốn¹¹⁰ — nhân tố chính, có ảnh hưởng trực tiếp đến hành động — cũng như phiền não đều thuộc về những loại tâm thức khác nhau.

Trong những lời vấn đáp vừa qua, chúng ta đã nói về cách định nghĩa tâm thức, là rõ ràng và nhận thức. Có nhiều cách phân chia tâm thức theo những phương diện khác nhau với mục đích hiểu rõ thể tính của nó qua nhiều phương pháp.

Một cách phân chia thức thành hai loại: thức hiểu biết đối tượng và thức không hiểu biết đối tượng. Thức hiểu biết đối tượng lại được phân thành hai loại, một thức hiểu biết đối tượng một cách minh xác¹¹¹ — ở đây, hình thái của đối tượng được thức trực tiếp tiếp nhận —, và thức hiểu biết đối tượng qua ám thị, hàm ý¹¹² — trong trường hợp này, thức không trực tiếp nhận thức hình thái của đối tượng.

Một cách phân loại khác là thức khái niệm và thức vô khái niệm. Một thức khái niệm thâm nhiếp đối tượng bằng một khái niệm chung và khái niệm này cũng có hai loại, khái niệm về chính đối tượng¹¹³ và khái niệm về danh xưng của đối tượng¹¹⁴. Một thức vô khái niệm nhận diện đối tượng trực tiếp, không cần đến phương tiện khái niệm.

Một cách phân loại khác là nhận thức chính xác và không chính xác và trong mỗi liên hệ này người ta lại phân thành »Bảy loại tri giác và nhận thức«: nhận thức trực tiếp chính xác, nhận thức qua suy luận chính xác, nhận thức tùy hậu, giả thiết chính xác, không chú ý, nghi ngờ và nhận thức điên đảo.

Chúng ta hãy bắt đầu với Giả thiết chính xác. Ví dụ như khi chúng ta nghe một buổi thuyết giảng chân chính về Tứ thánh đế và chỉ hiểu như được giảng, không suy nghĩ sâu xa hơn, không xác định là những lời dẫn chứng xem chúng có đúng hay không thì đó chính là một giả thiết chính xác. Một tâm thức như thế chưa trở thành thật thể toàn vẹn của một nhận thức chính xác, nhận thức có thể hiểu Tứ thánh đế một cách vững chắc, không thể biện bác; nhưng giả thiết này hiểu sự vật đúng như chúng là. Có nhiều phân loại giả thiết chính xác nhưng tôi không muốn giảng giải chúng ở đây.

Một tâm thức khác trong Bảy loại tri giác và nhận thức nêu trên là tri giác không chú ý; một tâm thức không nhận ra được một đối tượng hiển hiện. Ví dụ như trường hợp này xảy ra khi cặp mắt [nhãn thức] quá bị thu hút bởi một đối tượng hình sắc, tai [nhĩ thức] nghe được một âm thanh nhưng không xác định âm thanh này được. [Và sau này người ta không còn nhớ được là đã nghe gì.] Nhó thức này chính là một tri giác không chú ý. Theo Kinh lượng bộ và Duy thức tông thì loại thức này chỉ có trong phạm vi nhận thức trực tiếp qua các giác quan¹¹⁵, trong phạm vi nhận thức của ý thức và năm thức

còn lại¹¹⁶, và trong phạm vi tự nhận thức¹¹⁷. Trong phạm vi của nhận thức trực tiếp trong thiên định¹¹⁸ thì không thể nào có thức không chú ý vì ở đây, tâm thức lúc nào cũng xác định đối tượng đúng đắn.

Một nhận thức khác trong cách phân chia bảy loại trên là Nhận thức tùy hậu [— một nhận thức tiếp theo sau]. Tâm thức này nhận thức đối tượng một cách không thể biện bác — một đối tượng trước đó đã được hiểu rõ qua một nhận thức đúng đắn. Chỉ có trường phái Cự duyên quan niệm rằng, nhận thức tùy hậu mới có thể là một nhận thức chính xác¹¹⁹. Theo các trường phái khác thì không thể nào như vậy; vì họ giải thích từ »chính xác«¹²⁰ — hoặc [dịch rõ và chuẩn hơn là] »ban sơ«¹²¹¹²² trong danh từ tiếng Phạn dành cho chữ nhận thức chính xác, pramāṇa — là nó có liên hệ với một nhận thức mới, không thể biện bác được. Và như vậy thì một nhận thức tùy hậu không bao giờ là một nhận thức ban sơ [và theo nghĩa này không thể nào chính xác] được. Trong trường phái Cự duyên thì chữ »ban sơ« không được hiểu theo nghĩa »mới«, »ban đầu« mà là »căn bản«; và theo đó, những đại biểu của phái này hiểu dưới một »nhận thức ban sơ« một tâm thức không thể nào bị biện bác qui về bản tính tất yếu của đối tượng nhận thức [bất cứ vào trường hợp nhận thức mới hay nhận thức tùy hậu].

Lí do chính vì sao những trường phái khác chú trọng đến sự giảng giải danh từ »nhận thức ban sơ« như một nhận thức mới, không thể bị biện bác là như sau: Theo họ thì mỗi hiện tượng đều tồn tại trên cơ sở tự tính; nó có một tính — một tính tồn tại qua những tướng hiển hiện của chính nó. Nếu người ta tìm đối tượng của đề danh bằng một quá trình phân tích cách tồn tại tuyệt đối của một hiện tượng thì theo họ, đối tượng này phải được tìm thấy. Trong trường hợp này có nghĩa là: Nếu người ta tìm bằng cách phân tích một đối tượng được gọi là »nhận thức ban sơ« thì qui về tồn tại trên cơ sở tự tính, người ta phải tìm ra một cái gì đó không thể bị biện bác. Vì vậy mà họ cho rằng, mỗi »nhận thức ban sơ« bắt buộc phải là một nhận thức không thể bị biện bác và mới. Phái Cự duyên lại nhìn vấn đề một cách khác. Trong hệ thống của họ thì người ta không phải xác định tồn tại của một hiện tượng bằng cách tìm đối tượng của đề danh qua việc phân tích cách tồn tại tuyệt đối của hiện tượng này. Sự kiện vừa nêu ra cũng có giá trị cho nhận thức ban sơ hoặc nhận thức chính xác. Mà quả thật, phái này bảo rằng, không có một trường hợp nào mà người ta có thể tìm thấy đối tượng của đề danh bằng cách phân tích. Và như thế, họ có thể sử dụng danh từ nhận thức »ban sơ« [hoặc »chính xác«] một cách tương đồng với những hiệp ước thế tục; và thế tục cũng không hiểu nó như là một nhận thức mới, không thể bị biện bác, mà sử dụng nó trong mọi trường hợp nhận thức không thể bị biện bác và theo ý

này, mọi nhận thức đáng tin, chính xác hoặc »căn bản«. Vì tất cả những loại nhận tùy hậu đều là nhận thức không thể bị biện bác nên — theo quan điểm của phái Cự duyên — chúng cũng là nhận thức »căn bản« hoặc »chính xác«.¹²³

Loại tâm thức kế tiếp trong Bảy loại tri giác và nhận thức là Tâm thức điên đảo. Tâm thức này nhận thức đối tượng sai. Có hai phân loại: tâm thức điên đảo có khái niệm và tâm thức điên đảo vô khái niệm.

Tâm thức tiếp theo là Nghi ngờ — một tâm sở hữu pháp —, là một tâm thức không quyết định, lưỡng lự nghiêng về cả hai chiều hướng.

Hai loại nhận thức còn lại là Nhận thức trực tiếp chính xác, và Nhận thức qua suy luận chính xác. Theo Kinh lượng bộ thì nhận thức trực tiếp là một tri giác có đối tượng trình hiện là một hiện tượng được miêu họa một cách đặc thù;¹²⁴¹²⁵ ngược lại, một nhận thức khái niệm có đối tượng trình hiện là một hiện tượng được miêu họa một cách tổng quát¹²⁶¹²⁷. Có nhiều cách diễn giảng khác nhau về chủ đề này mà chúng ta không cần lưu ý đến ở đây.

Cơ bản là tất cả những thuộc tướng có liên hệ bản chất với đối tượng nhận thức đều trình hiện trước một tâm thức nhận thức trực tiếp, nhưng chúng không tất nhiên phải được tâm thức này nhận ra. Ví dụ như nếu một nhãn thức nhận thức trực tiếp được một bông hoa thì tất cả những thuộc tướng có chung một bản chất với bông hoa đều trình hiện, mặc dù chúng cũng không được nhận thức bằng cặp mắt một cách tự chủ: sự biến đổi của bông hoa, tính chất duyên khởi của nó, đặc tính vô thường hiện thời của nó và tương tự. Như vậy là, một tâm thức nhận thức trực tiếp không tuyển trích những chi tiết của đối tượng mà nhìn nhận nó một cách tổng quát. Một tâm thức có khái niệm cũng như những biểu đạt ngôn ngữ thì lại quan hệ với đối tượng nhận thức bằng cách khác: Ví dụ như trong trường hợp một tâm thức có khái niệm thấu nhập một bông hoa, nó không để ý đến nhiều khía cạnh khác nhau của bông hoa mà chỉ tập trung vào một nhân tố, và như vậy, nó có tuyển trích khi nhận diện bông hoa. Khi một tâm thức vô khái niệm đã truyền tin tức đi rồi thì tâm thức có khái niệm có thể phân biệt được những thuộc tính này và nghiên cứu, phân tích từng phần một.

Để hiểu rõ hơn sự khác biệt giữa một tâm thức có khái niệm và một tâm thức không có khái niệm, người ta nên quán sát kỹ những đối tượng khác biệt của hai loại tâm thức này; và trong trường hợp này thì phải phân biệt giữa một đối tượng nhận thức hiển bày¹²⁸ và đối tượng của các hoạt động tâm

thức¹²⁹. Theo phái Cự duyên thì khi cặp mắt nhìn một sắc tướng thì cả hai, cái tướng hiển nhiên và cái vẻ tồn tại bởi tự tính bên ngoài của nó đều trình hiện trước nhãn thức. Nhãn thức là này một nhận thức chính xác nếu nhìn theo khía cạnh sắc tướng hiển nhiên, và nó cũng là một nhận thức chính xác nhìn trên phương diện trình hiện tồn tại bởi tự tính của sắc tướng¹³⁰, nhưng trên phương diện tồn tại bởi tự tính của sắc tướng này thì nó là một nhận thức sai; vì thật sự là không có tồn tại trên cơ sở tự tính.

Theo khía cạnh nhãn thức nhận diện sai lầm một sự tồn tại trên cơ sở tự tính thì nhãn thức này là một tâm thức bị lừa đảo; nhưng như thế không có nghĩa là nó bị lừa trên mọi phương diện. Trong trường hợp nó thâm nhiếp, nhận thức được một sắc tướng thì nó không bị mắc lừa và như thế có thể được xem là một nhận thức chính xác xác nhận sự tồn tại của đối tượng. Và nhìn như vậy thì nhãn thức này là cả hai, là thức bị lừa đảo và thức không bị lừa đảo và hai đặc tính này của nó [— một mặt bị lừa và mặt khác không bị lừa —] có quan hệ với những đối tượng khác biệt nhau. Qui về một đối tượng nhận thức thì một tâm thức không thể nào là cả hai: một thức bị lừa và một thức chính xác cùng lúc; nhưng qui về hai đối tượng thì trường hợp này có thể xảy ra: nó là một thức bị lừa qui về đối tượng hiển nhiên, nhưng nó lại là một thức chính xác qui về đối tượng của các hoạt động tâm thức.

Đây là một giáo lý đặc biệt của hệ phái Cự duyên và nguyên do là như sau: các đại biểu của phái này không chấp nhận trường hợp hiện tượng tồn tại qua những đặc tướng của chính nó, ngay cả trên phương diện tương đối, tạm thời. Một hệ phái khác của tông Trung quán — phái Y tự khởi — quan niệm rằng: đối tượng bị phủ định theo cách nhìn vô tự tính không trình hiện trước những thức thông thường [mà chỉ trình hiện độc duy trước tâm-thức (thức của tâm)]; nhưng, theo quan niệm của phái Cự duyên thì đối tượng của phủ định — tồn tại trên cơ sở tự tính của vật chất — lại trình hiện ngay trước cả những giác quan thông thường. Vì thế mà trong hệ thống này, một nhận thức chính xác cũng có thể là một thức bị lừa đảo trên phương diện đối tượng của nó trình hiện như là tồn tại trên cơ sở tự tính. Vì vậy mà ngoài tâm thức trí huệ ra, một tâm thức trực kiến Tính không trong lúc nhập định thì tất cả những trạng thái tâm thức còn lại đều bị lừa đảo qui về những đối tượng trình hiện trước nó.

Bây giờ có thể có phản đối: một tâm thức bị lừa không thể nào xác nhận được sự tồn tại của các hiện tượng hữu vi, ví dụ như một sắc tướng hiển nhiên. Giải đáp: Nếu một sắc tướng tồn tại đích thật cần được xác nhận thì nó phải được xác nhận bằng một tâm thức không bị lừa đảo qui về sự trình

hiện như tồn tại trên cơ sở tự tính của sắc tướng này. Nhưng [theo trường phái Cự duyên thì] các sắc tướng [cũng như tất cả những hiện tượng khác] đều không được chấp nhận là thật sự tồn tại; mà hơn nữa, chúng được miêu tả là »hư ngụy« trong ý nghĩa trình hiện như là thật sự tồn tại mặc dù chúng không phải như vậy. Vì lí do này mà một tâm thức bị lừa đảo thích hợp hơn cho việc xác nhận những gì hư giả [là những hiện tượng thật sự tồn tại]. Đây là điểm tối trọng để hiểu một quan điểm chân chính về Tính không. ý nghĩa cơ bản của giáo lí này là, ngoài tâm trạng nhập định thâm sâu, trực chứng được Tính không của một Thánh nhân thì tất cả những tâm thức khác tất nhiên đều là hư ngụy.

Một tâm thức được xác định bằng sự trình hiện của một đối tượng, bất cứ vào việc đối tượng trình hiện như thế nào đúng hay sai. Một ví dụ: Trong một tâm thức tin lầm vào một cách tồn tại trên cơ sở tự tính sẽ có sự trình hiện của tồn tại trên cơ sở tự tính; niềm tin vào tồn tại trên cơ sở tự tính chỉ mới được hình thành qua sự trình hiện tồn tại bởi tự tính. Vì sự trình hiện này thật sự xuất hiện đối với một nhận thức nên [trường phái Cự duyên] cũng bảo rằng, nhận thức này chính xác qui về trình hiện được nhận thức; thậm chí còn được gọi là một nhận thức trực tiếp chính xác qui về trình hiện được nhận thức. Và theo đó thì một tâm thức điên đảo, tin vào một sự tồn tại trên cơ sở tự tính là chính xác, có giá trị qui về trình hiện tồn tại trên cơ sở tự tính. Nó là một nhận thức chính xác qui về trình hiện tồn tại trên cơ sở tự tính bởi vì nó chính xác — chính xác qui về sự thật hiển nhiên là cái về tồn tại trên cơ sở tự tính trình hiện trước nó. Nhưng, mặc dù vậy, nó là một tâm thức điên đảo bởi vì tồn tại trên cơ sở tự tính chưa từng có và sẽ không bao giờ có.

---o0o---

Chương 04. Luận thêm về tâm thức và nghiệp

Vấn đáp

● **Hỏi:** Đối với những người có mặc cảm tự ti thì những phương pháp trị liệu, những nhóm tương trợ và phương pháp tự luyện, bồi bổ có vẻ như giúp họ nhìn đời một cách khả quan hơn, đạt một nhân cách rõ rệt hơn. Nhưng, có phải những cách trị liệu tăng trưởng lòng tự tin này lại dẫn đến khổ đau và hư huyền hơn hay không, mặc dù chúng hầu như có hiệu quả đối nghịch? Làm thế nào để có thể hòa đồng nguyên tắc không tổn thương cá nhân cũng như năng lực với nguyên tắc vô ngã của tâm đạo? Trong khi thực hành thì

chúng tôi làm thế nào cản trở được lòng tự phụ xuất phát từ những bước tiến triển hoặc phiền muộn, bắt nguồn từ sự tan vỡ của khái niệm »ta«?

● **Đáp:** Câu hỏi này xuất phát từ một cách hiểu biết không trọn vẹn sự việc là tự ngã, một cá nhân thật sự được nhìn nhận là tồn tại trên phương diện tương đối. Có hai thái độ tự tin. Một là thái độ tự tin, khả quan đích đáng; nó có một sở sở đúng đắn. Một phong cách tự tin khác là tự phụ. Nó thật sự bắt nguồn từ một quan niệm sai lầm, là một sự ngạo mạn, si mê. Nếu người ta nghiêm chỉnh tu tập và cảm ứng được hiệu quả thì cũng nên hãnh diện một chút — trong một ý nghĩa nào đó, bởi vì đó là một việc hay, một việc đáng mừng.

Tịch Thiên trình bày nhiều tâm trạng tự tin trong luận Nhập bồ-đề hành. Một loại tự tin là ý nghĩ mình có thể thực hiện được một việc gì đó mà người khác hiện thời không có khả năng. ý nghĩ này là ý chí hùng dũng cương quyết, không phải kiêu mạn; và nó cũng không đối nghịch với thái độ khiêm tốn khi tiếp xúc với mọi người. Ví dụ như dòng thứ hai của bài kệ Tám lời khuyên bảo tu tâm đề cập đến sự cần thiết của việc giữ một địa vị thấp kém nhất trong khi hòa hợp với người.¹³¹

Trong đoàn thể tôi nguyện sẽ tự xem mình là người kém hèn nhất và tôn trọng những người khác từ tận đáy lòng.

Hai cách suy nghĩ của một tâm trạng kiêu mạn và tâm trạng hùng dũng hoàn toàn khác nhau.

Phiền muộn bắt nguồn từ sự tan vỡ của cái »ta« xuất hiện, có lẽ vì người ta thiếu khả năng chấp nhận giá trị của một tự ngã tồn tại trên phương diện tương đối. Tuy nhiên, với một sự thông hiểu chút ít về Tính không thì một cảm giác »ta« mới sẽ dần dần phát triển, khác với cái ta quen thuộc trước đây. Thông thường thì chúng ta có cảm giác »ta« là một cái gì đó rất chắc chắn, mạnh mẽ, một cái gì đó không lệ thuộc, độc lập. Cảm giác này sẽ không còn hiện diện khi đã đạt một nhận thức sâu sắc hơn về Tính không; nhưng đồng thời, người ta có một cảm giác là có một tự ngã được cấu tạo bởi nhân duyên, một ngã thực hiện những hành động và sưu tập nghiệp. Một cảm nhận về tự ngã như thế hoàn toàn không phải là lí do để phiền muộn.

Nếu trong lúc tìm hiểu nguyên lí vô ngã, đạt đến một điểm mà cảm thấy khó xác nhận một cái ta chỉ tồn tại trên danh nghĩa, cũng như những nhân quả của những hành động chỉ tồn tại trên danh cú bởi vì có cảm giác khó duy trì được nguyên lí duyên khởi nếu chấp nhận lí vô ngã — trong trường hợp này

thì nên xác nhận tính duyên khởi và gạt bỏ tính vô ngã. Quả thật là có nhiều tầng cấp nhận thức vô ngã và vì thế, đức Phật đã dạy nhiều giáo lý khác nhau, miêu tả những cấp bậc vô ngã thô sơ cho những người đương thời không có khả năng hiểu những tầng cấp sâu xa hơn của vô ngã. Đó chính là những phương tiện thiện xảo được ngài áp dụng trong lúc thuyết pháp độ người. Không phải là sự cố gắng đạt trí huệ chỉ có nghĩa, hiệu nghiệm khi người ta trực tiếp thâm nhập được tầng cấp vi tế nhất của nhận thức, và trường hợp khác, nếu tầng cấp vi tế này không được thực hiện lập tức thì tất cả những ý chí, mọi cố gắng đều vô nghĩa. Thay vì vậy thì người ta nên tiến đến từng bước một, quyết chí đạt được cấp bậc thực hành và nhận thức thích hợp với những điều kiện tâm lý sẵn có hiện thời của mình. Nếu thấy phải chọn lựa giữa hai nguyên lý, Tính không và duyên khởi thì nên đánh giá duyên khởi cao hơn.

● **Hỏi:** Hôm qua Ngài nói là một vài đối tượng nhận thức không thể được thấu hiểu qua những cách nghiên cứu bình thường, ví như trong trường hợp những đối tượng chỉ có thể hiểu được qua suy luận trên cơ sở niềm tin. Làm sao người ta có thể tin chắc được là cái ngã mà người ta tìm qua phương pháp phân tích không phải là một đối tượng tồn tại, nếu trong trường hợp nó tồn tại, nhưng lại quá vi tế đến mức độ những phương pháp phân tích tìm hiểu bình thường không thể phát hiện?

● **Đáp:** Hôm qua chúng ta đã đề cập đến ba loại tỉ lượng — nhận thức qua suy luận — là tỉ lượng bằng những gì thật sự hiển hiện, tỉ lượng dựa trên cơ sở hiểu biết của mọi người và tỉ lượng dựa trên những gì đáng tin cậy. Ba loại nhận thức này quan hệ với ba đối tượng nhận thức:¹³² hiện tượng hiện tiền¹³³, hiện tượng bí ẩn¹³⁴ và cực kì bí ẩn¹³⁵. Để nhận thức được những gì hiện tiền, ví dụ như màu của những bức tường trong phòng này thì người ta không cần đến bằng chứng luận lí; có thể xác định ngay bằng kinh nghiệm trực nhận. Ngược lại, những hiện tượng bí ẩn chỉ có thể được nhận thức bằng cách suy luận trên cơ sở luận lí có chứng cứ. Ví dụ như Tính không là một đối tượng nhận thức bí ẩn có thể hiểu được qua sự phân tích luận lí. Cái »ta« hoặc »cá nhân« thì lại thuộc về những hiện tượng hiện tiền. Ví dụ như lúc có cảm giác: »Tôi thấy lạnh« hoặc »Tôi bị bệnh«, người ta chẳng cần phải phân tích luận lí để xác định sự tồn tại của cái »ta«. Người ta cảm nhận trực tiếp, không có giảng giải gì cả và như vậy, nó là một hiện tượng hiển nhiên.

Những mối liên hệ thật vi tế giữa những hành động nhất định nào đó và hậu quả chính xác của chúng lại thuộc vào những hiện tượng cực kì bí ẩn. Làm

thế nào để có thể nhận thức được những hiện tượng cực kì bí ẩn này? Trong trường hợp này, người ta phải dựa vào một nhân tố thứ ba. Ví dụ như tất cả những người có mặt trong phòng này là hiện tượng hiện tiền; chúng ta chẳng cần đến chứng cứ luận lí để xác nhận sự hiện diện của họ. Nhưng nếu chúng ta muốn biết là phía bên kia của bức tường cũng có người hay không thì phải tự hỏi xem là có những dấu hiệu nào để mà từ đó có thể suy luận ra sự có mặt của họ, ví dụ như tiếng nói hoặc tiếng ồn của những chiếc xe chạy ngang qua; vì những dấu hiệu này không thể nào xuất hiện nếu không có người. Muốn biết thêm là sau bức tường phía Đông của căn phòng này có cây hoa nào mọc hay không thì chúng ta không có cách nào tìm được câu trả lời mà phải dựa vào lời xác nhận của một người khác, người đã thấy được là có hoa ở đó hay không. Như vậy là chúng ta bị lệ thuộc vào lời nói của một người khác. Và từ đó lại phát sinh ra một điểm cần được nghiên cứu là có nên tin lời của người này hay không: chúng ta phải tìm hiểu xem là người này có thường nói dối hay không, hoặc là có lí do nào đó để mà nói dối trong trường hợp này không. Nếu chúng ta đã tìm hiểu tường tận và xác định được là người này không nói dối mà nói sự thật thì câu trả lời của người này cho vấn đề được chúng ta đưa là đáng tin. Và nhìn như thế thì có một phương pháp để xác định là lời nói của một người về một vấn đề nào đó có giá trị và người ta có thể dựa vào lối trình bày của họ được.

Người ta phải tìm hiểu xem là lời nói của một người có chân chính, có giá trị, tức là không thể biện bác được và đáng tin hay không. Nếu trong ví dụ trước đây một người nào đó hôm qua nói là phía ngoài tường hoa cỏ mọc tươi tốt và hôm nay lại quả quyết không phải như thế thì có một sự mâu thuẫn giữa lời nói trước và lời nói sau.

Cũng tương tự như ví dụ của chúng ta, mỗi liên hệ vi tế giữa một hành động nhất định và những hậu quả tinh xác của nó không thể nào được nhận thức qua những cách suy luận trên cơ sở luận lí thông thường. Chúng ta phải nương tựa vào một người đã đạt kinh nghiệm với những qui luật này. Như vậy, chúng ta đầu tiên phải tìm hiểu xem là người này có lí do để nói dối trong trường hợp này hay không và giữa những lời nói về vấn đề này trước sau có sự đối nghịch trực tiếp hoặc gián tiếp nào không. Qua những lối tìm hiểu như trên, người ta có thể xác định được những lời nói của người này là đáng tin hay không. Ví dụ như trong trường hợp ngày và nơi sinh của chúng ta, chúng ta cũng không biết qua cách tìm hiểu trên cơ sở luận lí mà nhờ đến lời nói của bà mẹ; vì niềm tin vào lời nói của bà mà chúng ta biết được ngày và nơi sinh. Chắc chắn là tôi kết luận được là mình chưa tới sáu mươi tuổi nếu nhìn những người sáu mươi tuổi và so sánh gương mặt của họ với

gương mặt của tôi trong gương. Qua đó tôi có thể thấy được là mình không giống những người sáu mươi tuổi; nhưng tôi không thể nào xác định được rõ ràng bằng luận cứ là sinh giờ nào, ngày, tháng, năm nào. Tôi phải dựa vào một thông tri bỏ sung đáng tin; tự một mình thì tôi không thể nào tìm ra được. Trường hợp mà chúng ta phải tin vào lời của người khác rất thường xảy ra trong cuộc sống.

Trong ba đối tượng nhận thức thì đối tượng hiện tiền là những sự vật hiện hiện rõ ràng, có thể được nhận diện qua một nhận thức trực tiếp, không lệ thuộc vào chứng cứ luận lí. Đối tượng nhận thức bí ẩn là những gì có thể được nhận thức qua cách chứng minh trên cơ sở luận lí với chứng cứ. Những đối tượng cực kì bí ẩn lại không thể nào được nhận thức bằng cách chứng minh trên cơ sở luận lí, chỉ có thể được nhận thức bằng một quá trình nghiên cứu mà trong đó, người ta phải dựa vào lời của người khác. Người ta gọi đó là Tỉ lượng dựa trên những gì đáng tin cậy.

[Nhìn theo mối quan hệ với Phật pháp là như sau:] Để nhận thức được một sự kiện rất bí ẩn — vì nó không thể nào được nhận thức trực tiếp mà cũng chẳng được nhận thức qua cách suy luận trên cơ sở luận lí — chúng ta phải dựa vào những nguồn tài liệu kinh sách. Nhưng đề cao kinh sách không đủ mà hơn nữa, chúng cũng phải được nghiên cứu, chứng minh một cách toàn diện là có giá trị.

Trong mối quan hệ này, Pháp Xứng giải thích tường tận tầm quan trọng của những dòng kệ đầu trong Tập lượng luận của Trần-na và trong đó vị này trình bày lòng tôn kính đức Phật của mình. Trong phẩm thứ hai của Lượng thích luận¹³⁶¹³⁷, Pháp Xứng chứng minh Phật là một nhân vật »chính xác«, là một người đáng tin bằng cách chỉ bảo rằng, những lời nói của ngài không thể nào bị biện bác. Phương pháp này tương ứng với điểm đầu trong Bốn điểm nương tựa, tức là không nên dựa vào con người mà nương tựa vào pháp qui. Trong trường hợp những lời thuyết giảng của Phật thì có người lấy nó làm phương tiện để đạt một cấp bậc »tồn tại cao cấp«¹³⁸ trong vòng sinh tử; người khác lại muốn đạt giải thoát khỏi vòng sinh tử và thêm vào đó là đạt nhất thiết trí — được gọi là »thiện hảo tuyệt đối«¹³⁹. Pháp Xứng trình bày trong Lượng thích luận¹⁴⁰ như sau:

Bởi vì [đã chứng minh qua suy luận có chứng cứ rằng, lời Phật thuyết] không phải hư huyền nhìn theo mối quan hệ với những nội dung tinh yếu [tức là Tứ thánh đế], nên người ta có thể [dựa trên điểm trùng hợp này mà tiếp tục] kết luận rằng [các lời Phật thuyết] nhìn theo mối quan hệ với những

nội dung khác [tức là những sự kiện cực kì bí ẩn] cũng không phải là hư huyền.

Như vậy nghĩa là: người ta có thể xác định bằng cách suy luận có chứng cứ là Phật pháp không thể bị biện bác về mặt thiện hảo tuyệt đối — giải thoát khỏi vòng sinh tử và trí huệ toàn vẹn. Việc này có thể thực hiện được vì người ta có thể nhờ suy luận này mà biết chắc chắn giáo lí Tứ thánh đế của ngài không thể bị biện bác, không thể bị lật đổ được. Từ đó mà ta có thể suy diễn tiếp được là những lời nói của Ngài về những vấn đề khó hiểu cũng như vậy. Thánh Thiên cũng nói tương tự như trên trong (Bồ Tát du-già hành) Tứ bách luận:¹⁴¹

Ai nghi ngờ những lời thuyết của Phật-đà về những sự kiện bí mật thì sẽ thông qua [giáo lí thâm sâu của Ngài về] Tính không mà biết rõ được là chỉ có Phật-đà [duy nhất có trí huệ toàn vẹn].

Ai ôm ấp nghi ngờ về giáo lí của đức Phật về những vấn đề không hiển hiện, bí ẩn thì nên xem xét giáo lí Tính không của Ngài [một giáo lí có thể thông hiểu được qua suy luận có chứng cứ] và qua đó vững tin là những giáo lí về những vấn đề khác — những vấn đề không thể suy luận được với chứng cứ — cũng là đúng, không hư huyền. Qua cách nghiên cứu trên, người ta có thể chứng minh được sự chính xác, có giá trị của giáo lí trong kinh sách nói về những sự kiện cực kì bí ẩn. Một cách nhận thức bằng phương pháp phân tích như vậy được gọi là »ti lượng dựa trên những gì đáng tin cậy«. Như vậy thì không nên chấp nhận một lí thuyết nào đó trong kinh sách một cách không có kiểm soát mà ngược lại, mỗi sự kiện, mỗi lời xác định trong đó phải được nghiên cứu bằng một lối suy nghiệm luận lí.

● **Hỏi: Trong giấc ngủ hoặc mộng thì thức ở nơi nào?**

● **Đáp:** Trong khi ngủ thì thức của năm giác quan tự thâm tóm lại. Tuy nhiên nó không rút lui hoàn toàn vì ví dụ như khi bị người nào chạm vào tay thì ta thức dậy ngay. Trong mọi trường hợp thì thức của các giác quan trở nên vi tế hơn trong giấc ngủ. Người ta thường nói chung là trung khu của thức là trái tim. Nhưng đây không phải là quả tim bơm máu mà là một trung tâm của những đạo quản, một trung tâm thần kinh nằm gần quả tim. Trong những bài tan-tra¹⁴², người ta thường miêu tả những trung tâm thần kinh nằm ở giữa thân thể, nhưng những cách trình bày trên thỉnh thoảng được giản lược nhằm phục vụ việc tu tập thiền định; chúng không trùng hợp tất nhiên với những nơi chốn thật sự. Mặt khác thì chắc chắn là những kết quả muốn đạt được

đều được phát triển nếu hành giả tuân theo những lời hướng dẫn này, ví dụ như sự phát triển nội nhiệt hoặc là một sự thanh lọc tâm thức cao độ, cho đến lúc những tầng cấp tâm thức khái niệm hoàn toàn tan biến.

Chỗ của trứng được thụ tinh trong bụng mẹ, nơi thần thức nhập vào bắt đầu một cuộc sống mới cũng là nơi hình thành trung khu năng lực; và cũng chính từ nơi này, tâm thức vi tế nhất cũng rời thân thể khi người ta chết. Thời luân giáo trình bày một hệ thống với bốn tinh trích¹⁴³ — bốn giọt nước tinh yếu. Chúng tạo căn bản cho những tầng cấp tâm thức vi tế, nơi tàng trữ những nghiệp chủng đa dạng. Theo cách trình bày này thì giọt ở trán gây ra trạng thái thức tỉnh; giọt ở cuống họng trạng thái ngủ; giọt ở tim trạng thái ngủ say không mộng và giọt ở rốn gây nên trạng thái an lạc, được gọi là »trạng thái thứ tư«¹⁴⁴. Và theo đó người ta bảo rằng, trong giấc ngủ say thì các năng lượng nội tại, cũng được gọi là »gió«, và tâm thức phần lớn qui tụ về trung tâm ở khu vực trái tim và trong giấc ngủ bình thường tại khu vực cuống họng.

Một Du-già sư tu luyện mật giáo, sử dụng những phương tiện làm cho Cực quang, ánh sáng rực rỡ xuất hiện thì tạo ý niệm rằng, những luồng gió và thần thức đều qui tụ lại khu vực trung tâm của huyệt thân¹⁴⁵, và qua đó người ta có thể duy trì trạng thái mộng, cực quang có điều kiện xuất hiện. Như thế thì có một mối liên hệ giữa giấc ngủ, mộng và những trung khu năng lực nơi cổ và tim.

● **Hỏi: Nên hiểu sát nghĩa những lí thuyết Phật giáo về trạng thái trung hữu giữa hai cuộc sống, hay là nên hiểu chúng như những ẩn dụ?**

● **Đáp:** Chúng được hiểu sát nghĩa.

● **Hỏi: Kinh nghiệm chết có bị ảnh hưởng bởi quá trình chết như thế nào không, ví như trường hợp chết vì bệnh, tự sát, bị giết hoặc vì già nua?**

● **Đáp:** Trong trường hợp chết bất thành linh, tám tầng cấp tan hủy của những cấp bậc tâm thức thô thiển cũng xuất hiện, nhưng quá trình tan hủy này xảy ra rất nhanh. Nếu một người chết sau một cơn bệnh nặng dài dằng, các yếu tố suy đồi và thân thể vì vậy mà quá yếu đuối thì những quá trình tan hủy cũng xuất hiện, nhưng chúng được nhận diện không rõ, rất thoáng mờ. Vì thế mà phương pháp chuyên thức [vào một cõi thanh tịnh] được thực hiện — nếu hành giả có khả năng — trong khi thân thể chưa suy tàn lắm. Tuy nhiên, những phương tiện chuyên thức chỉ được ứng dụng khi những

dấu hiệu rõ ràng của một cái chết cận kề đã xuất hiện và trước đó đã sử dụng tất cả những kỹ thuật cản trở hoặc xoay ngược quá trình chết này, nhưng không có hiệu quả. Nếu không thì sẽ mắc phải tội sát nhân.

Bây giờ chúng ta trở về chủ đề chính.

---o0o---

Tâm và các tâm sở

Một tâm thức cũng có thể được phân thành một tâm vương — tâm thức chính — và những tâm sở. Một vài học giả giải thích sự khác biệt này như sau: tâm vương thâm nhiếp thật thể tổng quát của đối tượng trong khi các tâm sở lại chú ý đến những tướng đặc thù của nó.

Các trường phái Phật giáo trình bày số lượng tâm vương khác nhau. Một hệ thống chỉ chấp nhận một tâm vương duy nhất, là tâm-thức. Đại biểu của trường phái này đưa ra một ví dụ dễ mến: Một con khỉ trong một căn nhà nhảy từ song cửa này qua song cửa khác; vì vậy mà ai đứng bên ngoài cũng cho rằng, trong nhà có nhiều khỉ. Tâm thức cũng hoạt động tương tự như vậy thông qua những giác quan khác nhau và vì vậy mà có vẻ như là nhiều loại thức khác nhau xuất hiện; nhưng thật tế chỉ có một thức duy nhất. Tuy nhiên, đây là một giáo lí cực biên, chấp nhận quá ít những loại tâm thức.

Một hệ thống khác, một chi phái của Duy thức chuyên chú đến kinh điển¹⁴⁶ trình bày ngoài sáu thức thông thường — nhãn, nhĩ, tỉ, thiệt, thân, ý — hai loại thức thêm vào là Tạng thức¹⁴⁷, »thức tàng chứa căn bản của tất cả« và mặt-na thức — cũng được gọi là »vọng khởi thức«¹⁴⁸. Lí do chính vì sao họ chấp nhận một Tạng thức là như sau: theo họ thì có một cái gì đó phải được tìm thấy khi người ta tìm một »cá nhân« trong những danh xưng, những gì người ấy được gọi — những nhóm thân tâm (uẩn). Tất cả những trường phái chấp nhận một Tạng thức đều phủ nhận một sự thật bên ngoài. Như vậy là, những đối tượng của nhận thức có vẻ như là những thật thể khác biệt với thức đang nhận diện chúng, nhưng chúng thật sự không phải như vậy, mà chỉ tồn tại trong phạm vi thật thể hoặc trong bản tính của tâm thức.

Trong hệ thống của Chân Đế¹⁴⁹, một học giả Ấn Độ, người ta còn đưa ra một thức thứ chín và gọi nó là »vô cấu thức«. Những hệ thống với tám hoặc chín thức là những cực biên về số lượng nhiều trong khi cách trình bày sáu thức nằm ở mức trung bình, không quá nhiều, không quá ít. Sáu thức này là nhãn, nhĩ, tỉ, thiệt, thân và ý thức.

---o0o---

Tâm sở

Theo A-tì-đạt-ma tập luận của Vô Trước thì có năm mươi một tâm sở hữu pháp. Chúng bao gồm: 5 Biến hành¹⁵⁰, 5 Biệt cảnh¹⁵¹, 11 Thiện¹⁵², 6 Căn bản phiền não¹⁵³, 20 Tùy phiền não¹⁵⁴ và 4 Bất định tâm sở¹⁵⁵

Năm Biến hành tâm sở được gọi như vậy bởi vì chúng lúc nào cũng xuất phát, hiện hành cùng với một tâm vương. Chúng bao gồm:

1. Thụ¹⁵⁶: sự cảm nhận an lạc, khổ não hoặc cảm nhận trung tính. Ở đây, thụ không phải là đối tượng được cảm thụ mà là tâm thức cảm thụ;
2. Tưởng¹⁵⁷: sự phân biệt đối tượng [qua quá trình thâm nhập những tướng đặc thù của chúng] để nhận thức được: »Cái này là thể này thể nọ, cái kia là thể này, thể kia.«;
3. Tư¹⁵⁸: nhân tố xoay chuyển tâm thức hướng về đối tượng;
4. Tác ý¹⁵⁹: nhân tố đưa đối tượng vào tâm tức, cảnh giác;
5. Xúc¹⁶⁰: nhân tố xác nhận đối tượng là dễ chịu, không dễ chịu hoặc trung tính;

Trong cách phân chia những nhóm thân tâm — những uẩn — thì chỉ có hai trong 51 tâm sở — thụ và tưởng — được xem là uẩn riêng biệt. [Tất cả những tâm sở khác đều thuộc vào hành uẩn.] Nguyên nhân của việc này được Thế Thân trình bày trong luận A-tì-đạt-ma câu-xá:¹⁶¹ Một mặt thì có sự đối nghịch [trong trường hợp đối tượng cảm giác] bởi vì chúng ta muốn có những thụ nhận dễ chịu và không muốn có những loại khó chịu. Mặt khác lại có những sự đối nghịch [trong trường hợp quan niệm] của những thụ tưởng, phân biệt cơ bản như: »Cái này phải là như vậy, không khác« hoặc »Đó là ý nghĩ của tôi, không phải của anh.« Để nhấn mạnh điều này, thụ và tưởng được xếp thành hai uẩn riêng trong năm uẩn. Thế Thân trình bày rất rõ năm uẩn, mười hai xứ và mười tám giới trong luận A-tì-đạt-ma câu-xá.¹⁶²

Những tâm sở của nhóm kế tiếp được gọi là Biệt cảnh — xác định đối tượng —, bởi vì chúng giúp chúng ta nghiên cứu những dấu hiệu đặc biệt của đối tượng:

1. Dục:¹⁶³ mong mỏi, cầu đắc đối tượng;
2. Thắng giải:¹⁶⁴ sự hiểu biết đối cảnh thù thắng, có tác dụng ấn khả, thẩm định đối tượng;
3. Niệm:¹⁶⁵ nhân tố duy trì đối tượng trong tâm thức;
4. Định:¹⁶⁶ sự tập trung tư tưởng thành một khối. Định ở đây không có liên hệ đến sự tập trung lắng đọng trong lúc thiền định, mà là nhân tố tập trung, vững chắc của tâm mà chúng ta đang có;
5. Huệ:¹⁶⁷ nhân tố tìm hiểu đối tượng cùng với những chi tiết của nó.

Kế tiếp là nhóm của mười một Thiện tâm sở:

1. Tín:¹⁶⁸ [niềm tin];
2. Tàm:¹⁶⁹ nhân tố ngăn cản những hành động vô đạo đức, [cung kính tùy thuận người có đức hạnh] giúp người ta biết tự thẹn;
3. Quí:¹⁷⁰ biết hổ thẹn trước người;
4. Vô tham:¹⁷¹ không tham muốn bởi vì nhận thấy được lỗi lầm của lòng tham;
5. Vô sân:¹⁷² nhân tố ngăn cản lòng sân hận vì thấy được lỗi lầm của nó;
6. Vô si:¹⁷³ chủ định tiêu diệt si mê vì đã nhận ra được lỗi lầm của nó;
7. Tinh tiến:¹⁷⁴ vui mừng thực hành những điều thiện;
8. Khinh an:¹⁷⁵ sự nhạy bén, linh động của thân tâm xuất phát từ sự tu tập, phát triển định an chỉ;
9. Bất phóng dật:¹⁷⁶ tự kiểm soát, không phóng dật, buông lung; một nhân tố rất quan trọng trong lúc tu tập hằng ngày;
10. Xả:¹⁷⁷
11. Bất hại.¹⁷⁸

Những tâm sở trên được gọi là thiện bởi vì bản tính của chúng là thiện.

Nhóm kế tiếp được hình thành bởi sáu Căn bản phiền não:

1. Tham:¹⁷⁹ tham ái, bám giữ vào những đối tượng bên ngoài, bên trong;

2. Sân:¹⁸⁰ là sự căm ghét, xuất hiện khi tâm thức nhận thấy một trong chín nguyên nhân tạo một thái độ căm hận. Đó là chín trường hợp mà trong đó, ta nghĩ rằng, một người nào đó đã hại, đang hại hoặc sẽ hại ta; một người nào đó đã hại một người bạn, đang hoặc sẽ hại; hoặc là một người nào đó đã giúp một kẻ thù, đang hoặc sẽ giúp. Đây là những cơ sở để hận tâm phát sinh.

3. Mạn:¹⁸¹ Có bảy loại mạn. Một loại là ngã mạn, cảm giác »Ta!« [mà ngay lúc đó, người ta có một cảm giác của một tự ngã tồn tại trên cơ bản tự tính]. Một loại khác là kiêu ngạo, cảm thấy là mình cao quý, tài giỏi hơn người dưới mình. Một loại kiêu ngạo khác là cảm giác là mình hơn người, mặc dù thật sự mình cũng chỉ bằng người ta. Một lối kiêu mạn khác là tự cho mình kém người chỉ một chút mặc dù người ta thật sự hơn mình xa và lúc đó tự nghĩ rằng: »Tôi đã đạt hiểu biết gần như ông ấy!« Rồi còn có một loại kiêu ngạo nằm trên cả kiêu ngạo: có nghĩa là, mình thậm chí tự cho mình là cao quý hơn cả những người khác mặc dù thực tế là những người này siêu đẳng hơn mình nhiều. Lại một loại kiêu ngạo khác xuất phát từ trí tưởng tượng là mình có những khả năng siêu nhiên, ví dụ như những giác quan ngoại hạng mà thật sự thì không có. Hoặc là tự phụ vì cho là mình đã đạt năng lực siêu nhiên mặc dù thật sự thì đang bị ma quỷ vây ám;

4. Vô minh:¹⁸² trong phạm vi trình bày những tâm sở thì đây là nhân tố phi nhận thức của tâm thức: Nó cản trở chúng ta hiểu biết rõ đặc tính của đối tượng nhận thức. Cơ bản là có hai loại vô minh: một là một tâm thức không nhận thức được sự thật; loại vô minh thứ hai là một tâm thức có một nhận thức điên đảo về sự thật. Vô Trước giảng nghĩa vô minh là trạng thái bị vây phủ, che đậy, không nhận thức được sự thật; trong khi Pháp Xứng và Nguyệt Xứng cho rằng, vô minh là một tâm trạng nhận thức điên đảo về bản tính của sự vật;

5. Nghi:¹⁸³ một cách diễn giảng cho rằng, mỗi tâm trạng nghi ngờ phải là một tâm trạng phiền não, trong khi một cách giải thích khác cho rằng, trường hợp này không tất nhiên phải xảy ra;

6. Tà kiến:¹⁸⁴ một tâm thức phân tích, nhưng lại suy luận sai và như vậy là một tâm trạng nhận thức gắn liền với phiền não.

Tà kiến được phân thành năm loại và chúng có thể được xem là Căn bản phiền não. Trong trường hợp này, người ta có thể nói đến mười Căn bản phiền não, năm loại phiền não vừa nói trên đây — chúng không phải là kiến giải —, và năm loại tà kiến được trình bày sau đây. Chúng bao gồm:

1. Thân kiến:¹⁸⁵ một kiến giải liên hệ với phiền não, cho rằng thân thể được tạo bằng ngũ uẩn là một cái »ta«, là »cái của ta«;
2. Biên kiến:¹⁸⁶ một kiến giải liên hệ đến phiền não, cho rằng cái »ta« được tạo bằng ngũ uẩn là một cái gì đó thường còn, vĩnh viễn [thường kiến] hoặc ngược lại, là một cái gì đó bị đoạn diệt, không có gì tiếp nối giữa hai cuộc sống con người [đoạn kiến].
3. Kiến thủ kiến:¹⁸⁷ là một kiến giải liên hệ đến phiền não, cho rằng một kiến giải bất thiện hoặc ngũ uẩn, cơ sở xuất phát của kiến giải bất thiện này là những điều tuyệt hảo. Kiến giải bất thiện trong trường hợp này là thân kiến, biên kiến;
4. Giới cấm thủ kiến:¹⁸⁸ là một kiến giải liên hệ đến phiền não, cho rằng, những qui tắc xử sự sai hoặc những lời hướng dẫn tu tập sai — như tự xem mình như con thú và bắt chước thái độ của nó —, hoặc ngũ uẩn, cơ sở của những việc sai trái trên là điều hay nhất;
5. Tà kiến:¹⁸⁹ là một kiến giải liên hệ đến phiền não, phủ nhận cái gì thật sự tồn tại, thêm dệt thêm vào những gì thật sự không có.

Năm kiến giải có liên hệ với phiền não này và năm Căn bản phiền não khác — chúng không phải là kiến giải — được xếp chung lại và gọi là »sự thôi thúc« — tùy miên¹⁹⁰ — của những trạng thái có liên hệ đến phiền não. Nếu nhìn nhận năm kiến giải trên là một căn bản phiền não thì có tất cả là sáu tùy miên của những trạng thái có liên hệ phiền não.

Ngoài những Căn bản phiền não ra còn có hai mươi loại Tùy phiền não:

1. Phẫn:¹⁹¹ lòng căm phẫn, xuất phát từ lòng giận dữ;
2. Hận:¹⁹² lòng hận thù;
3. Phú:¹⁹³ [lòng muốn che dấu tội lỗi vì si mê];

4. Nảo:¹⁹⁴ một nhân tố giống như hận, nhưng có liên hệ mật thiết với ngôn ngữ;
5. Tật:¹⁹⁵ lòng ganh ghét;
6. Xan:¹⁹⁶ xan tham, bòn xén;
7. Xiêm:¹⁹⁷ nói xạo người những đặc tính tốt mà mình không có;
8. Cuồng:¹⁹⁸ che dấu tội lỗi [vì bám chặt vào cửa cải và danh tiếng];
9. Kiêu:¹⁹⁹ tâm tư tự phụ;
10. Hại:²⁰⁰ [tâm trạng muốn hành động ác hại];
11. Vô tầm:²⁰¹ không tôn kính, không biết tự hổ thẹn;
12. Vô quý:²⁰² không biết hổ thẹn trước người;
13. Hôn trầm:²⁰³ tâm chìm đắm, không nghĩ đến bất cứ một việc gì;
14. Trạo cử:²⁰⁴ tâm hồi hộp không yên vì chú ý, đam mê một đối tượng;
15. Bất tín;²⁰⁵
16. Giải đãi:²⁰⁶ [lười biếng, trì trệ];
17. Phóng dật;²⁰⁷
18. Thất niệm:²⁰⁸ [chóng quên];
19. Bất chính tri:²⁰⁹ [thiếu sự tự kiểm];
20. Tán loạn.²¹⁰

Nhóm tâm sở kể đến được gọi là Bất định, vì [chất lượng của] chúng biến đổi tùy theo những điều kiện khác:

1. Miên:²¹¹ nếu tâm thức trước khi ngủ là tâm thức thiện thì giấc ngủ cũng là thiện; nhưng nếu nó bất thiện trước khi ngủ vì vướng vẩn đến những ý nghĩ phiền não thì giấc ngủ cũng theo đó mà bất thiện;

2. Hối:²¹² Nếu hối tiếc vì đã làm một việc thiện thì hối là một tâm sở bất thiện; nếu hối hận vì đã làm một việc bất thiện thì hối lại là một tâm sở thiện;

3. Tầm:²¹³ tìm hiểu đối tượng một cách thô sơ;

4. Tứ:²¹⁴ nghiên cứu đối tượng kỹ lưỡng. Tầm và tứ được gọi là bất định bởi vì chúng bất thiện trong trường hợp xuất hiện cùng với những đối tượng của tham hoặc sân, và thiện trong trường hợp được sử dụng với những đối tượng thiện.

Và nơi đây, tôi xin chấm dứt bài giảng về năm mươi một tâm sở hữu pháp như chúng được trình bày trong A-tì-đạt-ma tập luận của Vô Trước²¹⁵. Chúng không bao gồm tất cả những tâm sở hữu pháp, và thật sự thì có nhiều hơn như thế nhiều. Tất cả những tâm sở đều tương đồng trên một bình diện: chúng là thức; nhưng vì những chức năng khác nhau nên chúng được phân biệt.

---o0o---

Các tầng cấp tâm thức

Trong hệ thống man-tra, người ta tìm thấy những lời giải thích bổ sung về tâm thức. Những cách giải thích này dựa trên cơ bản những tầng cấp thô tế khác nhau của thật thể của những tâm thức khác nhau. Theo hệ thống man-tra thì năm thức của năm giác quan được xếp vào loại thô; vi tế hơn chúng là tám mươi tầng cấp tâm thức khái niệm. Tám mươi tầng cấp tâm thức khái niệm có thể rất khác biệt nhau, nhìn trên phương diện thiện, ác hoặc cấp bậc vi tế mà chúng hệ thuộc. Tám mươi tầng cấp tâm thức khái niệm này là gì? Ba mươi ba tầng cấp có bản tính của tâm thức »Hiện tượng sắc trắng«, bốn mươi có bản tính của tâm thức »Tăng trưởng của hiện tượng màu đỏ« và bảy có bản tính của tâm thức »Gần đạt được sắc đen.«²¹⁶ Ba tầng cấp trên — »Hiện tượng sắc trắng«, »Tăng trưởng của hiện tượng màu đỏ«, »Gần đạt được màu đen« — và tâm thức cực quang là những tầng cấp tâm thức vi tế nhất. Chúng cũng được gọi là »Bốn tầng cấp Tính không.«

Theo đó thì ba tầng cấp tâm thức được phân biệt: tầng cấp thô, được hình thành bởi những thức của các giác quan; tầng cấp vi tế, nơi tám mươi cấu trúc của khái niệm tư duy hoạt động; và tầng cấp cực kì vi tế với bốn tầng cấp Tính không. Và trong bốn tầng cấp này thì Cực quang là tầng cấp tâm

thức vi diệu nhất. Cách trình bày tâm thức theo hệ thống man-tra không xuất phát từ những công năng của thức — như trong trường hợp các tâm sở hữu pháp —, mà dựa vào đặc tính thô thiên hoặc vi tế của thật thể của những thức điển hình khác nhau.

Như vậy, chúng ta nên luận giải về tâm thức. Tâm thức chính tương tự như một vị tổng thống hoặc một vị thủ tướng, các loại tâm thức khác giống như những vị bộ trưởng hoặc bí thư. Tâm thức chính của chúng ta rất chân thật, không sai sót, giống như một vị tổng thống thanh liêm, nhưng trên một tầng lớp thứ đệ nào đó thì có nhiều ý nghĩ xấu như xan tham, kiêu ngạo, hư dối, trá ngụy làm cố vấn cho tâm thức chính, tương tự như trường hợp tổng thống bị những bộ trưởng và bí thư bất tài khuyên bảo. Nếu chúng ta tự hỏi về trách nhiệm thì câu trả lời chính là: Trước tiên, chúng ta phải tìm hiểu để nhận diện được những nhân tố khác biệt của tâm thức, và sau đó, chúng ta phải biết phân biệt, xem những loại nào là cố vấn tốt và loại nào có thể sử dụng, nhưng không đáng tin cậy bao nhiêu. Dần dần, chúng ta nên dựa vào phía thiện hảo, ảnh hưởng tốt đẹp của nó và qua đó, trạng thái tâm thức chung của chúng ta sẽ tiến bộ hơn, tốt đẹp hơn.

Thế thì, một tu sĩ là một chiến sĩ thật sự — nhưng không phải là người kháng chiến bên ngoài mà là người chống cự bọn giặc trong chính thân tâm: hận, sân, tham và nhiều loại khác. Chúng đích thật là bọn giặc. Trong khi bị bọn chúng cai trị, chúng ta tạo và tích lũy ác nghiệp và khổ là hậu quả phải được chấp nhận. Vì vậy mà chúng ta phải tổ chức phía thiện trong thâm tâm của chúng ta và quăng chúng vào chiến trường, với trí huệ là pháo nổ và thiền định nhất tâm là giàn bắn! Tương tự như trường hợp đạn không súng không dùng được, trí huệ không có sự tập trung thiền định như một khối cũng không được sử dụng một cách thích đáng. Vì vậy mà chúng ta cần cả hai, trí huệ cũng như thiền định. Nhưng tất cả những thứ này đều phải đứng vững trên một cơ sở hành động theo giới luật nghiêm chỉnh trong cuộc sống hằng ngày.

---o0o---

Nghiệp

Nghiệp được sưu tập qua năng lực của phiền não như thế nào? Nói tóm gọn: Nghiệp bất thiện được năng lực của tham và sân tích lũy. Nguồn gốc của tham và sân là vô minh. Tôi sẽ nói về vô minh theo quan điểm của

trường phái Cự duyên bởi vì họ được xem là trường phái cao cấp nhất với những phương pháp biện chứng đa dạng.

Vì chúng ta đã quen nhìn nhận những nhóm thân tâm là tồn tại trên cơ sở thuộc tính từ vô thủy vô minh nên chúng được khắc sâu vào thân tâm. Vì — bất cứ thế nào — hễ một hiện tượng xuất hiện trong tâm là chúng ta liền có quan niệm nó là một vật gì đó mang một tự tính, tồn tại bởi chính nó và bám chặt vào quan niệm này. Sự kiện này bắt nguồn từ quan niệm các uẩn — các nhóm thân thể và tâm thức — là những gì đó tồn tại bởi tự tính và chúng ta thật tin là cách trình hiện này trùng hợp với sự thật.

Người ta nói đến hai loại kiến giải sai lầm về tự ngã: kiến giải về tự ngã của một cá nhân²¹⁷ và tự ngã của hiện tượng²¹⁸. Trong cách phân loại này thì danh từ »hiện tượng« ở đây có nghĩa là tất cả những hiện tượng khác biệt với cá nhân. Vì vậy mà kiến giải cho rằng, những nhóm thân tâm thật sự tồn tại là một kiến giải sai lầm về một ngã của hiện tượng. Những nhóm thân tâm là những khí cụ của cá nhân; kẻ sử dụng chúng là một cái ngã, được gọi như vậy trên cơ sở của những nhóm thân tâm và trên cơ sở lệ thuộc vào chúng. Cũng tương tự như chúng ta có kiến giải là những nhóm thân tâm tạo cơ sở cho danh xưng của một tự ngã thật sự tồn tại, chúng ta cũng hiểu cái ngã này như là nó tồn tại thật sự.

Pháp Xứng nói trong Lượng thích luận về những gì xảy ra tiếp tục trên cơ sở kiến giải sai lầm về một tự ngã.²¹⁹

Nếu một »Ta« tồn tại thì có sự phân biệt giữa nó và người khác. Nếu [những khái niệm] »Ta« và »Người khác« đã được hình thành thì tham và sân hận xuất hiện.

Hễ có một cảm giác »Ta« rõ ràng, cụ thể, bất khả xâm phạm thì cũng có »Người«. Qua đó mà xuất hiện sự bám chặt một cách khao khát vào phía »Ta« và một tâm trạng không ưa thích »Người«. Nguyệt Xứng nói như sau trong luận Nhập trung quán.²²⁰²²¹

Tùy thuận cung kính tấm lòng từ bi với chúng sinh đang trầm luân, bất lực như những máng nước thẳng trầm của bánh xe quay vòng, chấp vào một ngã từ vô thủy vô minh, chấp vào cái »Ta« và sau đó lại chấp đắm vào sự vật với ý nghĩ: »Đó là của ta.«

Những chúng sinh trầm luân trong vòng sinh tử trước hết có một khái niệm về một cái »ta« thật sự tồn tại; từ mối liên hệ với nó lại xuất phát một khái

niệm »của ta«. Và năng lực của những kiến giải sai lầm này khiến chúng lang thang một cách bất lực trong vòng sinh tử, tương tự những máng nước của một giêng quay, cứ phải chuyển động lên xuống ngoài ý muốn.

Nếu không thấy được bản tính đích thật của các hiện tượng thì người ta cứ hiểu chúng như tồn tại trên cơ sở tự tính; sự hiểu biết như vậy là nguyên nhân của tham, sân và nó dẫn đến những hành động thành tạo và tích lũy ác nghiệp. Nếu mà một lần chúng kiến được chân lí — sự vắng bóng của tồn tại trên cơ sở tự tính được trực chứng trong thiền định —, người ta sẽ không tích lũy các nghiệp này nữa — những nghiệp có thể tạo điều kiện cho một sự tái sinh không được kiểm soát trong vòng sinh tử; ngay cả trong trường hợp người ta tạo nghiệp bất thiện. Ngược lại, tất cả những người còn tích tập nghiệp có thể phải trở lại vòng sinh tử chính vì những nghiệp này là những người phạm — bắt đầu từ những vị Bồ Tát đạt quả vị »Thê gian cứu kính pháp«²²² ở cấp Gia hạnh đạo trở xuống cho đến tất cả những chúng sinh bình thường khác.

Nhìn trên khía cạnh những nghiệp tạo điều kiện, môi trường tái sinh trong vòng sinh tử được tích lũy như thế nào thì người ta chia thành hai loại:

1. Nghiệp được tích lũy bởi vì chúng mang đến những thụ tướng dễ chịu và
2. Nghiệp được tích tụ bởi vì chúng mang đến những cảm giác trung tính. Những nghiệp đầu lại được phân thành hai loại dựa trên cơ sở chủng loại thụ tướng dễ chịu mà chúng được hình thành: một loại là nghiệp với mục đích đạt được thụ tướng qua một tâm thức hướng về bên ngoài, vướng víu vào những đối tượng hấp dẫn của dục giới — những màu, sắc, hương, vị, cảm xúc dễ chịu; trong khi loại thứ hai được tạo khi tâm thức đã vượt qua sự thu hút của đối tượng bên ngoài và thay vào đó là một thái độ hướng vào bên trong, ái mộ những trạng thái an lành đạt được qua những cấp bậc thiền định tinh thâm.

Những nghiệp thuộc chủng loại thứ nhất được tích tụ để thỏa mãn những thú vui bên ngoài thông qua những giác quan. Chúng lại được phân thành hai á chủng: những nghiệp được tạo vì chú trọng đến những thụ tướng dễ chịu của cuộc đời này cho đến lúc chết — chúng là nghiệp vô công đức —, và nghiệp được tạo vì chú trọng đến những cảm thụ dễ chịu trong những cuộc sống tương lai — được gọi là nghiệp hữu công đức.

Những nghiệp khác được tạo để thụ hưởng được những gì dễ chịu trong nội tâm, khi mà người ta đã chinh phục được những đối tượng bên ngoài, nhưng

lại say đắm vào những tâm trạng hạnh phúc đạt được qua những cấp bậc thiền định tinh thâm. Những nghiệp này có quan hệ với ba trong bốn cấp bậc thiền định của sắc giới. Chúng được gọi là »bất động nghiệp« bởi vì kết quả của chúng đều được thụ hưởng trong những cõi nêu trên — không có ngoại lệ.

Ngoài những trường hợp nêu trên còn có những nghiệp được tích lũy khi người ta cũng xả bỏ ngay những cảm thụ dễ chịu của thiền định và thay vào đó là những cảm giác hoàn toàn trung tính [không dễ chịu và cũng không khó chịu]. Đây chính là những nghiệp bất động có liên hệ đến cõi thứ tư của bốn cấp bậc thiền định trong sắc giới và bốn cấp bậc trong vô sắc giới. Nếu chúng ta dựa vào sự hiểu biết những mối liên hệ này mà phát triển một tâm thức khước từ tất cả những cõi của vòng sinh tử và sưu tập nghiệp — những nghiệp có mục đích tạo an lạc vĩnh hằng — với chính động cơ này thì những chúng sẽ dẫn đến giải thoát, thoát ra khỏi vòng sinh tử.

---o0o---

Mười hai nhân duyên²²³

Người ta tích lũy nghiệp qua động lực của vô minh và vì vậy tiếp tục bị trói buộc nhiều chu kỳ trong vòng sinh tử. Những cấp bậc của một chu kỳ như thế có mối liên hệ thế nào với nhau: giữa sự xuất phát của phiền não ban sơ, những hành động bị nó ảnh hưởng và tồn tại của vòng sinh tử trên cơ sở đó? Câu trả lời dành cho câu hỏi trên dẫn chúng ta đến chủ đề Duyên khởi.²²⁴

Trong kinh Đạo ca²²⁵²²⁶, Đức Phật trình bày Mười hai nhân duyên và trong đó, Ngài miêu tả mười hai thành phần này theo trình tự dẫn đến một cuộc sống bị trói buộc trong vòng sinh tử cũng như trình tự ngược lại — từ vòng sinh tử đến sự giải thoát ra khỏi nó. Tôi sẽ giải thích trên cơ sở Trung quán luận²²⁷ của Long Thụ, phẩm thứ hai mươi sáu. Quý vị hãy xem tôi liệt kê những nhân duyên này theo thứ tự:

Nhân duyên đầu là vô minh²²⁸, vừa được tôi diễn giảng: một tâm thức hoạt động từ vô thủy ở trong ta, được hình thành bởi một kiến giải chấp vào một cách tồn tại trên cơ sở tự tính. Vì là đệ tử trong tông môn Long Thụ và Nguyệt Xứng nên tôi phải giải thích nó theo cách trên. Theo hai trường phái Kinh lượng và Duy thức thì vô minh, thành phần đầu của mười hai nhân duyên là một kiến giải sai lầm về bản tính của một cá nhân. Đó là quan niệm cho rằng, cá nhân có một bản chất với ý nghĩa của một ngã độc lập [với thân

thể]. Ngoài phái Cự duyên ra thì tất cả những trường phái khác — từ hệ phái Y tự khởi cho đến Đại tì-bà-sa bộ — đều trình bày tính vô ngã của một cá nhân như một Tính không cách tuyệt một cách tồn tại như một tự ngã căn bản, độc lập. Các đại biểu của phái Cự duyên định nghĩa nhân vô ngã một cách khác mặc dù họ cũng sử dụng những thuật ngữ tương tự. Trong những trường phái khác thì người ta còn chấp nhận một sự khác biệt về mặt tầng cấp vi tế của nhân vô ngã và pháp vô ngã, nhưng phái Cự duyên lại không phân biệt chúng theo những cấp bậc vi tế như trên.

Như thế thì thành phần đầu của mười hai nhân duyên là vô minh từ vô thủy, một tâm thức có kiến giải tồn tại trên cơ sở tự tính. Một dạng vô minh khác thêm vào đó là tâm trạng si mê, không biết mối quan hệ giữa nhân duyên — tức là nghiệp — và hậu quả của chúng.

Thành phần thứ hai là hành²²⁹, những hành động tạo tác và người ta phân biệt ba loại: hành động có công đức, vô công đức và bất động. Chúng đã được trình bày trước đây. Cơ bản thì thành phần thứ hai này là nghiệp.

Thành phần kế đến là thức²³⁰, là cơ sở chứa đựng những chủng tử được tạo bởi thành phần hành. Hệ phái Kinh lượng-Duy thức cho rằng, thức này chính là Tạng thức²³¹, là kho tàng chứa đựng tất cả; ngược lại, Cự duyên phái lại trình bày hai cơ sở lưu trữ chủng tử là cơ sở tạm thời và cơ sở liên tục. Cơ sở tạm thời là liên tục thống nhất thể của tâm thức và cơ sở lâu dài là một »ngã đơn thuần.«²³²

Nếu sưu tập nghiệp bất thiện qua sự thúc đẩy của vô minh thì động cơ nguyên nhân chính là vô minh, một nhận xét sai lầm về sự thật — sự vắng mặt của tồn tại trên cơ sở tự tính. Nhưng ngược lại, trong thời đoạn thực hiện một hành động thì vô minh lại là sự không hiểu biết qui luật nhân quả. Dưới sự thống trị của vô minh này mà chúng ta thực hiện hành động — hành —, và những hành động này lại để lại hậu quả của chúng dưới dạng những hạt mầm trong tâm thức. Trong trường hợp thiện nghiệp thì động cơ thúc đẩy hành động cũng được tạo nên bởi vô minh, một nhận xét sai lầm về sự thật — là sự vắng mặt của tồn tại trên cơ sở tự tính. Nhưng thiện nghiệp này được thực hiện chỉ dưới vô minh của nhận xét sai lầm về cách tồn tại bởi tự tính mà không bị vô minh của sự hiểu biết sai lầm về nhân quả khống chế. Và thiện nghiệp cũng để lại chủng tử tiềm tàng trong tâm thức. Tâm thức cơ bản chứa đựng những chủng tử nghiệp được gọi là »thức nguyên nhân.« »Thức hậu quả« là khoảnh khắc đầu tiên của tâm thức trong một cuộc sống

mới [được hình thành bởi nghiệp báo ngay trong thời đoạn cuối của cuộc sống trước].

Qua ba nhân tố đầu tiên này — vô minh, hành [động] được thúc đẩy bởi vô minh và thức, cơ sở chứa đựng những hạt mầm của nghiệp —, danh sắc của một cuộc sống mới xuất hiện. Nó là thành phần thứ tư của quá trình duyên khởi bao gồm mười hai nhân duyên. »Sắc« ở đây được hiểu là sắc uẩn trong năm uẩn và »danh« ở đây bao gồm bốn uẩn còn lại là thọ, tưởng, hành và thức.

Qua sự xuất hiện của danh sắc mà thành phần kế tiếp của chuỗi nhân duyên này được hình thành — lục nhập²³³ —, là sáu đối tượng nhận thức của sáu giác quan mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và ý. Và qua đây mà thành phần kế đến được hình thành, là xúc²³⁴, nhân tố xác nhận đối tượng là dễ chịu, khó chịu hoặc trung tính. Xúc được hình thành khi một giác quan, thức của giác quan này và đối tượng nhận thức hợp lại. Đây là thành phần thứ sáu.

Thông qua trường hợp xúc được hình thành khi một giác quan, thức của giác quan này và đối tượng hợp lại, và sự tiếp xúc này xác nhận đối tượng là hấp dẫn, tầm thường hoặc trung tính, thành phần thứ bảy của mười hai nhân duyên là thọ²³⁵ xuất hiện, một sự cảm nhận của khổ, lạc hoặc một cảm nhận trung tính. Hậu quả của một cảm thọ như thế lại là ái²³⁶, một ý niệm mong mỏi không phải lìa an lạc, hoặc một nguyện vọng xa lìa khổ não. Đó là thành phần thứ tám.

Qua ái, một tâm trạng ham muốn có thể hướng đến bốn đối tượng, thành phần thứ chín là thủ²³⁷ được kết cấu với bốn loại tương ưng:

1. Dục thủ: là ái dục, đòi hỏi sự thỏa mãn thông qua các giác quan như hương, vị, sắc, thanh và chạm xúc;

2. Kiến thủ: là lòng tham giữ, chấp trước vào những quan niệm sai lầm có liên hệ đến phiền não — ngoài kiến giải cho rằng những nhóm thân tâm là một cái »ta« và »cái của ta« tồn tại trên cơ bản tự tính;

3. Giới cầm thủ: lòng tham ái bám giữ vào giới luật sai lầm mà còn cho chúng là những nguyên tắc tuyệt hảo;

4. Ngã luận thủ: lòng tham muốn bám giữ vào một kiến giải sai lầm, cho rằng những nhóm thân tâm là cái »ta« và »cái của ta« tồn tại trên cơ sở tự tính.

Vì có ái nên có thủ và qua sự xuất hiện của một trong bốn loại thủ mà những chủng tử đã được tạo và tàng chứa trong tâm thức trước đây được bồi bổ. Qua đó, nghiệp được phát triển, hiện hành với tất cả năng lực của nó và một cuộc sống kế tiếp được hình thành.

Nghiệp đã được nuôi dưỡng để hiển bày hậu quả của nó là thành phần thứ mười của nguyên lí duyên khởi. Nó được gọi là sự hiện hữu — hữu²³⁸. Nguyên nhân ở đây — nghiệp đã hiện hành qua hậu quả, nghiệp báo — được gọi theo tên của hậu quả, là sự hiện hữu của một cuộc sống kế tiếp. Như vậy thì nhân duyên thủ nuôi dưỡng và gia lực cho những chủng tử nghiệp rất mạnh — mạnh đến mức độ chúng đạt đầy đủ khả năng để sai khiến một cuộc sống mới xuất hiện. Qua đó mà một giai đoạn nằm giữa hai cuộc sống, một trung hữu được hình thành sau khi chết; và kế theo đó là thời điểm sinh²³⁹, là lúc trứng trong bụng mẹ được thụ tinh. Đây là thành phần thứ mười một. Qua yếu tố sinh mà nhân duyên thứ mười hai được hình thành, lão và tử²⁴⁰. Long Thụ nói tương tự như vậy trong Trung quán luận:

Cứ như vậy mà một khối khổ được hình thành.

Sự chấm dứt của những thành phần, những nhân duyên đi sau tùy thuộc vào sự chấm dứt của những thành phần trước. Có nghĩa là: Nếu muốn chấm dứt nỗi khổ của lão tử thì người ta phải chấm dứt vô minh. Vì lí do này mà Long Thụ nói tóm gọn lại là sự đoạn diệt của mỗi thành phần đi trước tạo điều kiện cho sự chấm dứt của mỗi thành phần theo sau:

Qua sự chấm dứt của cái này và cái kia [thành phần đi trước] mà cái này và cái nọ [thành phần theo sau] không xuất phát nữa. Cái khối đau khổ được chấm dứt như thế.

Những nhóm thân tâm được chấp nhận qua những hành động ô nhiễm và phiền não — với bản chất không khác gì hơn là khổ — được chấm dứt qua sự khắc phục vô minh.

Cách trình bày như trên miêu tả Mười hai nhân duyên theo thứ tự thời gian: những thành phần đi trước kết cấu những thành phần kế thừa. Mười hai nhân duyên này cũng có thể được thu gọn thành bốn nhóm theo qui tắc nhân quả: trong trường hợp này, người ta nói đến những thành phần dẫn khởi, thành phần được dẫn khởi, thành phần thực hiện và thành phần được thực hiện. Qua sự trình bày Mười hai nhân duyên theo những nhóm nguyên nhân và những nhóm hậu quả, bản chất khổ của cuộc sống chúng ta được nhấn mạnh từ hai mặt: một mặt, chúng ta kham chịu hậu quả dưới dạng khổ, được dẫn

khởi bởi những nguyên nhân dẫn khởi; mặt khác, chúng ta cảm nhận hậu quả dưới dạng khổ, được thực hiện bởi những nguyên nhân thực hiện. Những nỗi khổ, hậu quả được dẫn khởi bởi những nguyên nhân dẫn khởi — danh sắc, lục căn, xúc và thụ — tạo nên nỗi khổ cơ bản; nếu chúng còn đó thì những nỗi khổ mới lúc nào cũng có thể xuất hiện. Những nỗi khổ, hậu quả được thực hiện bởi những nguyên nhân thực hiện — sinh cũng như lão tử — là thật thể của khổ trong thời điểm cảm nhận quả báo của nghiệp.

Một chu kỳ của Mười hai nhân duyên kéo dài bao nhiêu cuộc sống? Một chu kỳ kéo dài ít nhất là hai cuộc sống. Trong đời sống đầu, qua sự thúc đẩy của động cơ vô minh mà người ta thực hiện những hành động tạo nghiệp, với những tiềm năng được lưu lại trong thức. Trong thời điểm chết, những tiềm năng trong thức được nuôi dưỡng bằng ái và thủ để rồi hiển bày trọn vẹn hậu quả của nó; và nó trở thành nhân tố hữu. Trong cuộc sống kế đến, người ta sẽ cảm nhận hậu quả của những thành phần sau: danh sắc, lục nhập, xúc, thụ cũng như sinh và lão tử. Một chu kỳ với Mười hai nhân duyên này được hoàn tất trong nhiều nhất là ba cuộc sống. Trong cuộc sống đầu tiên thì ba thành phần hiển hiện: cá nhân thực hiện một hành động, được thôi thúc bởi vô minh và qua đó, một tiềm năng được tàng chứa lại trong thức. Trong một cuộc sống sau đó, không tất nhiên phải trực tiếp theo sau, người ta cảm thụ được danh sắc, lục nhập, xúc và thụ; và ngay trong cuộc sống này, tiềm năng được tạo trong cuộc đời trước được nuôi thúc bởi hai thành phần tám và chín, ái và thủ. Qua đó mà thành phần thứ mười là hữu được tạo thành. Thành phần này lại khiến những thành phần nhân duyên còn lại được thực hiện trong cuộc đời sau, đó là sinh cũng như lão và tử. Trong trường hợp này thì một chu kỳ với tất cả Mười hai nhân duyên kéo dài ít nhất là ba cuộc sống.

Như thế có nghĩa là: Khi một tâm thức xuất hiện ở trong ta, mang một kiến giải sai lầm là có tồn tại trên cơ sở tự tính và tạo một động lực cho một hành động thì một chủng tử của nghiệp được lưu trữ lại. Thậm chí ngay khi chúng ta không nhận diện rõ vô minh này trong tâm thức — một kiến giải sai lầm về sự tồn tại của sự vật —, chúng vẫn lúc nào cũng tham dự với tính cách một điều kiện phù trợ khi tâm tham ái và sân hận trỗi lên; không có sự hỗ trợ của vô minh thì tham và sân không thể nào được thành tạo. Nhưng, tất cả chúng ta đều biết là có tham và sân ở trong chúng ta, có phải không? Ngay trong lúc chúng hoạt động thì chúng ta tạo nghiệp. Có nghĩa là: chúng để ngay một ấn tượng trong thức. Ngay cả khi tâm thức của chúng ta biến chuyển, những chủng tử của nghiệp vẫn còn tồn tại trong tâm thức với

những năng lực tiềm tàng cho đến khi được khởi động để hòa hợp với những điều kiện cần thiết.

Trong khoảng thời gian ngay sau một hành động thì hành động này nhìn chung thì chấm dứt nhưng chủng tử với năng lực tiềm tàng của nó vẫn còn đó. Các hệ phái Phật giáo trình bày những tiềm năng của nghiệp có khác biệt. Trong trường phái Cự duyên thì cả ba, sự vật của quá khứ, hiện tại và vị lai đều mang hậu quả; và theo đó, họ bảo rằng, trạng thái chấm dứt một hành động cũng là một sự kiện có hậu quả. Như vậy thì theo hệ thống của họ, dĩ vãng của một hành động cũng có khả năng tạo một hậu quả.

Chúng ta hãy xem xét một hành động làm ví dụ, một hành động với hậu quả được cảm thụ trong cuộc đời kế đến. Ái và thủ, những nhân tố xuất hiện khi cái chết cận kề nuôi dưỡng chủng tử đã được gieo vào tâm thức qua hành động nêu trên. Rất có thể là những trạng thái ái thủ đó không phải là những khoảnh khắc ngắn. Mà hơn nữa, những tâm trạng ái thủ xuất hiện lúc này chính là những trạng thái thường hay xuất hiện trong cuộc sống bình thường. Cũng tương tự như vậy, người ta phải thường xuyên tưởng niệm đến những đặc điểm của một tịnh độ, phát nguyện được tái sinh trong cõi này để sự tái sinh trong cõi này thật sự được thực hiện. Qua ái và thủ mà hữu xuất hiện, thành phần thứ mười của nguyên lý duyên khởi. Qua thành phần này mà cuộc sống kế đến với những nhân tố sinh, lão và tử được thực hiện. Theo đó, Mười hai nhân duyên đều có mối liên hệ, xuyên suốt với nhau và chỉ bắt nguồn từ một hành động được thực hiện dưới sự thúc đẩy của động cơ vô minh. Nhờ đó mà chúng ta thấy là trong một đoạn thời gian mà một chu kỳ duyên khởi hoạt động, từ nguyên nhân đầu cho đến sự hiển bày trọn vẹn tất cả những hậu quả còn nhiều chu kỳ duyên khởi khác hiện hành, được khởi động bởi những hành động vô minh khác. Trường hợp này tương tự như trường hợp một người vi phạm luật lệ, bị bắt bỏ tù, và tiếp tục vi phạm luật pháp ngay trong tù. Nếu vô minh không được đoạn diệt thì quá trình này hầu như kéo dài vô cùng tận; người ta không có cảm tưởng là có một phương pháp nào đó có thể chấm dứt nó.

Đây là con đường vô định của chúng ta trong vòng sinh tử, thông qua mười hai thành phần của nguyên lý duyên khởi. Hôm qua tôi đã nói về khổ, hôm nay nói về nguồn gốc của khổ, tức là hành động ô nhiễm và phiền não. Nguồn gốc của khổ tạo khổ như thế nào được trình bày trong Mười hai nhân duyên. Ngày mai tôi sẽ nói đến những phương pháp dẫn đến giải thoát ra khỏi vòng sinh tử này.

Chương 05. Diệt đế và Phạt tính

Vấn đáp

● **Hỏi: Phạt tử nghĩ thế nào về việc phá thai?**

● **Đáp:** Phá thai được xem là một hành động ác vì sát hại một hữu tình. Trong tăng và ni đoàn có bốn ác hạnh, được xem là hành vi phá giới trọng hại; một trong bốn ác hạnh này là sự »sát hại một người hoặc một thai nhi đang phát triển thành người.«

Tiết chế sinh dục không phá thai thì lại được đánh giá khác, tùy theo mỗi trường hợp. Nhìn chung thì chúng ta phải lưu ý đến nạn nhân mãn và đặc biệt là trường hợp của mỗi gia đình. Tất cả những nhân tố này đều phải cùng được suy xét. Việc này còn tùy thuộc vào những điều kiện bên ngoài.

● **Hỏi:** Tôi rất có nguyện vọng được tái sinh vào một cõi nào đó với một địa vị có thể thật sự giúp đỡ tất cả những loài hữu tình. Như vậy, trường hợp này có phải là một sai sót nếu tôi không phát một nguyện lực mạnh mẽ để thoát khỏi vòng sinh tử?

● **Đáp:** Nguyện vọng ở lại giúp người của ông chắc chắn là đúng. Tịch Thiên miêu họa nguyện vọng này trong những bài kệ tương tự như sau:²⁴¹ »Không gian còn tồn tại đến khi nào — thì đến khi ấy, tôi muốn lưu lại để phục vụ và giúp đỡ chúng sinh«. Chính tôi cũng cố gắng thực hiện điều này. Giúp người là ý nghĩa chân chính của cuộc sống; nó tạo sự thỏa mãn tuyệt đỉnh. Một hành động giúp người được thực hiện với một động cơ thúc đẩy chân chính mang lại kết quả hai mặt: niềm an vui ở chính mình và lợi ích cho người khác. Đó mới thật là hay.

Người ta có thể tự hỏi là đây chẳng phải là điểm mâu thuẫn hay sao? Một mặt thì Bồ Tát tu luyện để nhận ra được vòng sinh tử là lỗi lầm, bất lợi và qua đó phát tâm đoạn niệm, khước từ nó một cách tuyệt đối; mặt khác, vị này cũng phát nguyện ở lại cứu độ người. Trong tác phẩm Trung quán tâm luận tụng²⁴², Thanh Biện trình bày một cách giải đáp nghi vấn này. Sư viết: »Nếu thấy được những điểm sai lạc của vòng sinh tử thì người ta phát nguyện không ở lại lâu hơn trong một cuộc sống như thế này nữa mà tự giải thoát ra khỏi cái vòng luân chuyển của sinh, lão, bệnh, tử.« Vô Trước cũng nói tương tự như thế trong tác phẩm Bồ Tát địa²⁴³; Sư dạy rất nhiều cách

thiền quán những nỗi khổ đau của vòng sinh tử. Nhưng mặc dù vậy — như Thanh Biện nêu ra —, hành giả vẫn không bị chiếm giữ bởi ý niệm rút lui về một cõi thái bình riêng tư nếu tâm thức lúc nào cũng hoài bão hai đức tính từ và bi; thay vì vậy, hành giả vẫn ở lại trong vòng sinh tử với một ý niệm cứu độ chúng sinh. ý niệm này quả thật là huyền diệu: Mặc dù đã chán ngán vòng sinh tử, ta vẫn tự nguyện ở lại vì mong mỏi, quyết chí cứu độ chúng sinh.

Tuy nhiên, một vị Bồ Tát lưu lại trong vòng sinh tử nhưng không bị ảnh hưởng bởi những đặc điểm bất lợi của nó. Sự việc này được trình bày qua một biểu tượng quen thuộc là hoa sen — sinh trưởng ở trong bùn, nhưng không bị cấu uế bởi bùn. Tuy vậy, nếu người ta vỗ ngực tự cho là đã bắt đầu thực hiện những đức hạnh của một vị Bồ Tát, vì lòng từ bi mà ở lại với chúng sinh trong vòng sinh tử trong khi thật sự vướng mắc vào nó với một tâm trạng vui thú đầy tham ái thì đây chẳng khác gì hơn là thái độ của một nguỵ quân tử.

- **Hỏi:** Ngài có thể giảng nghĩa các vị Lạt-ma cao siêu làm việc với tâm thức của một người đang trong quá trình chết hoặc đã chết như thế nào, để có thể chuyển họ đến một nơi tái sinh tốt hơn?

- **Đáp:** Nếu Lạt-ma có khả năng tương ứng thì có thể thực hiện việc chuyển thức của người chết đến một chỗ tái sinh tốt đẹp hơn. Nếu không được như thế thì cũng là một điều tốt, có hiệu quả tương tự như vậy nếu thân quyến giúp người chết bằng cách nhắc nhở người ấy tưởng niệm đến những phương pháp tu luyện hằng ngày, đọc đi đọc lại một cách êm dịu những thành phần chính của phương pháp tu tập này khi tai của người chết còn nghe được.

Điều quan trọng mà thân quyến cần phải biết là khoảng thời gian trước khi chết là cơ hội cuối cùng để giúp người ấy. Người ta phải ngăn chặn không để người ấy đối diện những đối tượng hoặc một bầu không khí nào đó có thể gây phần nộ hoặc lưu luyến trong tâm. Vì vậy mà con cái hoặc những người thân cận không nên kích động những cảm giác này nơi người chết. Hay hơn là một người phục tòng can đảm, tìm cách ảnh hưởng tâm thức của người chết bằng cách nào đó để người ấy có thể chết một cách an bình, tĩnh mịch như có thể. Thời gian này cũng rất có ích cho những người chết sùng tín mặc dù họ không thực hành bao nhiêu trong cuộc đời nếu họ tưởng nhớ đến việc tu luyện trước đó. Đó là một sự giúp đỡ lớn nếu người ta chết với một tâm trạng tập trung vào những ý niệm thiện lành.

● **Hỏi:** Những người bình thường có tự chủ được trong quá trình chết là họ đang chết hay không?

● **Đáp:** Trong lúc những tầng cấp tâm thức vi tế chưa xuất hiện thì những người bình thường cũng có thể biết được là họ đang chết; nhưng khi tầng cấp tâm thức trở nên vi tế hơn thì người chết lại dễ rơi vào trạng thái hôn mê. Tầng cấp thứ ba của bốn tầng cấp vi tế hơn — những tầng cấp xuất hiện theo thứ tự trong quá trình chết — có thể được chia thành hai giai đoạn: Trong giai đoạn đầu thì người chết còn tỉnh, trong giai đoạn thứ hai thì người ấy bất tỉnh.

● **Hỏi:** Người ta có thể giúp bằng cách nào trong trường hợp bị tai biến mạch máu não trầm trọng, chức năng của các bộ phận thân thể hoàn toàn ngưng tắc trong một thời đoạn có thể kéo dài nhiều năm? Sự kiện này có ảnh hưởng gì đến giai đoạn trung hữu?

● **Đáp:** Nếu so sánh thì người bị tai biến mạch máu não nhưng vẫn còn một tâm thức trong sáng thì người ấy vẫn còn ở trong một hoàn cảnh tốt — vì vẫn còn cơ hội thực hiện những phương tiện vừa được nêu trên. Nhưng khi khả năng tư duy bị tổn hại thì lại là một trường hợp nan giải khác. Nhưng tôi nghi ngờ về việc một tai biến mạch máu não dài dằng có ảnh hưởng lớn đến giai đoạn trung hữu; vì trong trung hữu, người ta đã có hình thái sẽ mang trong cuộc đời sau; nếu nói chính xác hơn thì trung hữu đã hệ thuộc vào cuộc sống kế đến. Tuy vậy, một ảnh hưởng nào đó của tai biến mạch máu não sẽ được thụ nhận vì trung hữu là sự tiếp nối của tâm thức của người chịu đựng tai biến này.

● **Hỏi:** Thế nào là một »thân cầu vòng«?²⁴⁴

● **Đáp:** Hệ thống kinh điển — không thuộc vào hệ thống tan-tra — bảo rằng, vị Bồ Tát ở ba địa vị thanh tịnh, địa thứ tám, chín và mười của Thập địa thực hiện một »thức thân«. Thân này có bản tính là thức, được tạo bởi những thiện nghiệp có mối quan hệ với vô minh. Nó không phải là một thân rắn chắc mà giống như một cầu vòng. Theo hệ thống kinh sách thì thân này tồn tại cho đến khi đạt Phật quả. Nó thậm chí tạo một nguyên nhân trực tiếp cho sự hình thành Sắc thân của một vị Phật.

Cách nhìn như trên bị đại biểu của hệ thống tan-tra phê bình: Mặc dù thân cầu vòng này là một thân nhẹ nhàng, tương tự như một cầu vòng nhưng nó chỉ được hình thành trong phạm vi của những chủng tử có liên hệ với vô minh. Nếu như vậy thì sắc thân của một vị Phật được hình thành qua những

nguyên nhân bất tịnh; với trạng thái này thì thân này không thể nào tạo một đơn vị bất khả phân li với một tâm thức siêu việt của một vị Phật, một tâm thức hoàn toàn không bị ô nhiễm. Vì thế mà hệ thống Vô thượng du-già cho rằng, sắc thân của một vị Phật chỉ có thể đạt được trên cơ sở của những dạng gió năng lượng và những tầng cấp tâm thức vi tế nhất. Như tôi đã nói trước đây, những luồng gió năng lượng và những tầng cấp tâm thức này rất vi tế, có bản chất rất thanh tịnh; và vì vậy chúng mới có thể tạo nguồn gốc cho sắc thân của một vị Phật. Một thân được tạo bởi những luồng năng lượng và tâm thức vi tế được gọi chung là Huyền thân.

Cách hình thành của một thân thanh tịnh từ những luồng năng lượng và tâm thức vi tế được trình bày trong tác phẩm Bí mật tập hội tan-tra²⁴⁵. Trong phần lớn những bộ mật kinh của hệ thống tan-tra như Hê-ru-ka-tan-tra²⁴⁶, Hộ kim cương tan-tra²⁴⁷, và những bộ khác thì mối liên hệ giữa thân và tâm thức tương tự như vậy được trình bày. Nhưng các Mẫu thân tan-tra²⁴⁸ lại trình bày một cách rất đặc biệt để thực hiện thân cầu vòng. Cũng như vậy, trong những bộ kinh sách của chi phái Cựu dịch của tông Ninh-mã²⁴⁹, người ta tìm thấy cách chỉ dẫn thực hiện một thân cầu vòng theo hệ thống Đại truyền đạt. Ngoài ra đó ra còn có cách giảng giải về sự tan rã trọn vẹn của sắc thân thành một thân cầu vòng. Giáo lý này được truyền cho những người thực hiện phương pháp »nhảy vọt«, một phương pháp được lưu truyền trong tông Ninh-mã. Hệ thống Thời luân có những tài liệu về cách phát triển một »sắc thân trống rỗng«, một Không thân. Đó là một thân không được cấu tạo bởi vật chất, nhưng lại không phải là một huyền thân; thân này được thành tạo trong phạm vi của Cực quang. Như vậy thì có nhiều loại thân cầu vòng khác nhau.

● Hỏi: Như đã nói, cội rễ của tất cả nỗi khổ là tham. Như vậy thì tâm trạng (t)ham muốn lập gia đình và ham muốn đạt giải thoát ra khỏi khổ não — hai tâm trạng này có cách tuyệt nhau không?

● Đáp: Tôi nghĩ là trong trường hợp (t)ham muốn, người ta phải phân biệt giữa những loại ham muốn dựa trên cơ sở vô minh và những loại ham muốn có tình lý. Trong tiếng Tây Tạng, người ta phân biệt giữa hai danh từ »nguyện vọng«²⁵⁰ và »(t)ham muốn.«²⁵¹ Một vị Bồ Tát tái sinh vì nguyện vọng, không phải vì (t)ham muốn. Đương nhiên, đó cũng là một điều tốt nếu người ta quyết chí đạt giải thoát. Những người như những vị Sát Tặc, đã diệt đoạn tất cả những phiền não vẫn còn có những ý niệm cái này, cái kia tốt và họ cần đến chúng. Nhưng, những ý niệm này tự chúng vẫn chưa phải là một tâm thức có liên hệ đến phiền não. Trường hợp ham muốn lập gia đình cũng

như thế. Có những người lập gia đình và tu luyện theo Bồ Tát đạo; và trong những bài thuyết pháp thì Đức Phật cũng đã giảng dạy cho cả hai, giới tăng ni cũng như giới cư sĩ. Như vậy thì không có một sự phản bác việc mong muốn lập gia đình nói chung.

- **Hỏi:** Giải thoát khỏi vòng sinh tử có đồng nghĩa với Phật quả viên mãn hay không?

- **Đáp:** Không. Có hai loại niết-bàn và tôi sẽ giải thích sau này.

- **Hỏi:** Có thể nào thực hiện được những thí nghiệm với vật chất vi tế và tâm thức vi tế với kết quả thuyết phục được một khoa học gia duy vật?

- **Đáp:** Nếu được như thế thì hay lắm. Ông hãy cố gắng thực hiện!

- **Hỏi:** Nếu bản tính của thức là trong sáng, chiếu rọi thì bản tính của vô minh có phải là tăm tối?

- **Đáp:** Đây là một chủ đề khó luận bàn. Ví dụ như trong hệ thống Đại viên mãn²⁵², người ta cho rằng, mỗi tâm thức đều được xuyên suốt bởi bản tính trong sáng và trí huệ nhận thức của chính nó. Và quả thật là như vậy: một chân lí được trình bày ở đây và chúng ta nên suy nghĩ kĩ hơn về nó. Mặc dù những trạng thái tâm thức như vô minh hoặc sân hận nhận thức đối tượng một cách điên đảo nhưng bản tính chính của chúng — thật thể của sự trong sáng và nhận thức hiển lộ của chúng — không thể nào bị ảnh hưởng bởi bất cứ ô nhiễm nào. Chúng ta phải nhận thức được điều này.

Tâm thức hoàn toàn không phải là một cái gì đó thuộc về vật chất. Như vậy thì tâm vương không thể nào là một khối rắn chắc nào đó và các tâm sở đi theo nó cũng không phải là những thành phần chỉ được gắn vào tâm vương. Như vậy thì cách giải thích của Tâm lí học Phật giáo về hận thù, cho rằng khi một tâm trạng hận thù xuất hiện thì một tâm vương và tâm sở hận hiện diện — song song với những tâm sở khác — là thế nào? Theo tôi nghĩ, lời giải thích này có nghĩa là: một thật thể trong sáng và nhận thức quả thật là có, nhưng đồng thời có liên hệ với một nhân tố nhận diện đối tượng một cách điên đảo. Như vậy thì ta có ở đây một thức duy nhất với bản tính là trong sáng và nhận thức mặc dù nó điên đảo trên phương diện nhìn nhận đối tượng như thế nào. Nhưng ít nhất là năm Biến hành tâm sở phải đồng thời có mặt trong trường hợp trên.

Vì vậy người ta phải quả quyết là ngay cả tâm thức vô minh cũng có một bản tính trong sáng và chiếu rọi.

● **Hỏi:** Vì sao mà phụ nữ thường là đối tượng bị chỉ trích trong kinh điển Phật giáo?

● **Đáp:** Luận Bảo hành vương chính²⁵³ của Long Thụ và Nhập bồ-đề hành²⁵⁴ của Tịch Thiên là hai ví dụ cho trường hợp miêu tả lỗi lầm thân thể của một phụ nữ. Những đoạn văn này không được viết với mục đích trình bày phụ nữ một cách hạ cấp, kì thị họ. Các vị chỉ trình bày phương pháp thiền quán những lỗi lầm của thân thể phụ nữ để giúp nam giới khắc phục được tâm trạng ái dục thân xác nữ giới; bởi vì phần lớn những người xuất gia, thụ giới đi tu thuộc về nam giới. Cũng y như vậy, một vị ni cũng phải quán những lỗi lầm của thân thể — trong trường hợp này là thân thể của một người đàn ông — để khắc phục lòng tham ái.

● **Hỏi:** Ngài có thể nói là Phật pháp giúp đỡ như thế nào để giảm trị trường hợp phiền muộn trầm trọng?

● **Đáp:** Trường hợp này khó nói được. Người ta cho rằng, hậu quả của một nghiệp không thể nào tiêu trừ được nếu nó đã chín muồi. Có nghĩa là: Khi lỡ tai bị tổn hại vì một nghiệp nào đó trước đây thì người không còn làm gì được để cứu giúp. Nhưng khi nghiệp quả chưa chín mùi và xuất hiện thì có phương tiện để giảm bớt năng lực của nó để nó không còn mang một hiệu quả như trong trường hợp không được cản trở. Một phương tiện để đạt được mục đích này là sám hối, bày tỏ trọn vẹn hành động này; đó là một tâm tư hối hận về việc đã làm, quyết chí không tái phạm trong tương lai.

Tôi cho rằng, khi người ta mắc bệnh phiền muộn trầm trọng thì khó mà chữa trị cho hết được; mặc dù chắc chắn là có những trường hợp ngoại lệ. Trong giai đoạn sơ khởi của phiền muộn thì có rất nhiều cách tu luyện để chữa trị. Qua kinh nghiệm bản thân mà tôi biết là có những giáo lí rất hay có thể giúp đỡ chúng ta trong lúc chạm trán những vấn đề nan giải hoặc những thảm kịch. Tri kiến về đặc tính vô thường rất có ích — cũng như sự nhận thức là trạng thái tồn tại của chúng ta có bản chất là khổ. Và cũng rất là có ích nếu chúng ta hiểu được là một hiện tượng khổ đau nào đó bắt nguồn từ một nguyên nhân, một nghiệp mà chúng ta đã tự tạo. Nếu đứng trước những vấn đề cực kì nan giải thì người ta nên tự hiểu là chúng cơ bản được tạo bởi những lỗi lầm của mình trong quá khứ; qua phong cách này mà người ta có thể giảm được phần nào sợ hãi, sầu muộn. Tiếp theo là người ta phải nhìn

thẳng vào vấn đề: Nó có bản tính vô thường; nó hình thành — và nó sẽ hoại diệt. Nhận thức được như thế cũng rất bổ ích.

Thêm vào đó là chúng ta bị trói buộc vào vòng sinh tử; có nghĩa là, những vấn đề, biến cố mà chúng ta đang phải trải qua sớm muộn gì cũng sẽ tái xuất. Kiến giải này giúp chúng ta gia tăng nội lực. Tịch Thiên²⁵⁵ trình bày rất rõ một quan niệm khác: »Nếu nó là một sự vật nào đó mà ta có thể biến đổi — thì chẳng có lí do gì để tuyệt vọng; và nếu nó là một cái gì đó nằm ngoài sự kiểm soát của ta thì tâm trạng tuyệt vọng cũng chẳng đem lại lợi ích gì!« Nếu chúng ta phát triển những ý niệm này trong thâm tâm thì quả thật là một lợi ích lớn.

Nếu người ta hoài bão ý niệm sau thì cũng rất có ích:

»Từ kinh nghiệm bản thân mà tôi biết: những đặc tính như hận, tham, ganh tị, kiêu ngạo đều có trong tâm tôi. Từ vô thủy đến giờ tôi đã khắc sâu vào lòng những cách suy nghĩ như vậy. Vì những nguyên nhân rõ ràng nên những hậu quả không hay tất nhiên phải xuất hiện. Đây là lí do vì sao tôi đang đứng ngay trước vấn đề này, khổ não này.«

Và kế đến là:

»Nguyên cho những nỗi khổ đương thời của tôi giảm được hiệu quả của nghiệp chướng mà tôi đã tích lũy trong dĩ vãng.«

Ngoài đó ra thì cũng là một việc hay nếu chúng ta chú tâm đến cách suy nghĩ của một vị Bồ Tát, một cách suy nghĩ vị lợi, đề cao hạnh phúc của đa số, của những người khác hơn hạnh phúc riêng tư. Tôi là một người, một tu sĩ, và, trong trường hợp của tôi, một vị Đạt-lại Lạt-ma được khá nhiều người tôn trọng; nhưng nếu cân nhắc, đấng đo hạnh phúc của người khác và hạnh phúc của riêng tôi thì tôi chẳng khác gì hơn là một cá nhân; vì thế mà tôi không đáng là đối tượng được chú ý bởi chính tôi. Hạnh phúc của người khác quan trọng hơn nhiều. Trong phạm vi của tư tưởng này thì rất là bổ ích nếu suy nghĩ: »Cầu mong cho nỗi khổ mà tôi đang chịu đựng đại diện cho nỗi khổ của người khác.« Tư tưởng này được gọi là »tu luyện cách đưa và nhận«: Ta thân nhận nỗi khổ của người, và trao lại hạnh phúc của chính mình cho họ. Qua đó mà nội lực chân chính được sinh thành. Qua việc xoay chuyển những ý niệm về chiều hướng trên mà ta sẽ không còn quan niệm những nỗi khổ đau đương thời là bất hạnh mà là một thời cơ thuận tiện để ứng dụng, thâm nhập giáo lí. Tự nghĩ rằng: »Các vấn đề nan giải cứ đến, như vậy mà ta

có nhiều cơ hội để thực hành.« Nó sẽ dẫn đến một tâm trạng quyết chí — quyết chí của một vị Bồ Tát, cứng cỏi như thép.

Những lời dạy như trên giúp đỡ rất nhiều. Quyết chí và nội lực là những phương thiện hay nhất để khắc phục những nỗi khổ trong tâm. Chúng ta phải tu luyện, thực hành với những tâm trạng trên để chuẩn bị cho trường hợp phải đối đầu chúng. Thông thường, chúng ta thường hay quên những phương pháp thực hành và khi một việc gì đó xảy ra thì chúng ta không thể nào ứng dụng lập tức một phương pháp đối trị — một phương pháp mà chúng ta không quen tu luyện và phát triển. Đây là lí do vì sao các tu sĩ thường hay lấy cái chết làm đối tượng tư duy. Trong lúc thực hành hằng ngày, tôi quán tưởng cái chết hơn sáu lần và những giai đoạn riêng biệt của quá trình chết. Như vậy là: tu luyện, tu luyện và tu luyện — tư duy, tư duy, tư duy. Mặc dù tôi không chết trong lúc ấy, tôi vẫn chuẩn bị cho cái chết. Thế nhưng, tôi cũng không biết là sẽ đạt kết quả hay không khi cái chết thật sự xuất hiện! Nhưng tôi chuẩn bị trong mọi trường hợp. Tôi chấp nhận trường hợp — nó cũng có thể xảy ra — là tôi trải qua một cuộc đời dày công tu luyện, chuẩn bị, để rồi cuối cùng hoàn toàn thất bại!

Một cách chuẩn bị nội tâm, không phải chuẩn bị bên ngoài chắc chắn rất quan trọng ngay từ đầu. Dù thuyết giảng Phật pháp trước bất cứ người nào — dân chúng Tây Tạng hoặc những đạo hữu khác —, tôi cũng thường bảo rằng, chiến thuật của tôi là: tin tưởng vào việc tốt nhất và chuẩn bị nhận đón những gì kinh khủng nhất. Đó là phong cách sống của tôi.

● **Hỏi:** Làm thế nào để phát triển ý định làm những việc thiện, những việc đạo đức.

● **Đáp:** Chủ đề này cũng có liên hệ với tư cách thực hiện, phát triển nội lực. Một phương pháp khác trong trường hợp này là tự nghiên cứu: »Thế nào là giá trị của một cuộc sống? Giá trị của đồng tiền? Thế nào là giá trị của thân thể tôi?« Quý vị hãy tìm hiểu thêm, hãy suy nghĩ kĩ. Và sau đó thì sẽ đạt một niềm tin vững chắc là những gì vật chất cũng như cuộc sống này đều chấm dứt. Sẽ có một thời điểm mà những sự kiện này làm ta đau lòng. Nếu suy nghĩ kĩ thì quý vị sẽ nhìn nhận là tiền của, giàu sang hoặc danh vọng không đảm bảo hạnh phúc lâu dài. Vì thế mà chúng không đáng được xem là những mục đích tất nhiên phải đạt đến.

Niết-bàn có thể là mục đích tuyệt đối, nhưng, ngay trong khoảnh khắc này thì nó rất khó đạt được. Vì thế nên mục đích dễ được thực hiện và thực tiễn

bây giờ là từ bi, một tấm lòng nhân ái, phục vụ người, giúp người, kính trọng người và giảm bớt phần nào tư tưởng vị kỉ. Và khi thực hiện những điều trên thì ta có thể đạt hạnh phúc, lợi ích lâu dài hơn. Nếu quý vị tìm hiểu ý nghĩa của cuộc sống, hiến dâng cả cuộc đời vào việc phát triển một tấm lòng nhân đạo, từ bi với động cơ thúc đẩy đạt được qua sự tìm hiểu trên thì mỗi ngày trong cuộc sống, ngày nào cũng là ngày tốt, một ngày có ý nghĩa. Tôi tin rằng, đây là phương tiện chính để phát triển ý chí cương nghị.

Bây giờ chúng ta trở lại chủ đề. Nhìn sơ thì người ta có thể nghĩ là nó không có liên hệ nào với cách thực hiện, tu tập hằng ngày; nhưng, để có một hình ảnh về toàn bộ hệ thống và cấu trúc của Phật giáo thì rất quan trọng nếu hiểu được những chủ đề được xử lí ở đây. Mặc dù một vài chủ đề ở đây không tất nhiên được biết để tu tập hằng ngày nhưng chúng ta phải biết đến chúng để hiểu được bối cảnh và chiều hướng của Phật giáo.

Diệt khổ

Chúng ta đã nói về bản chất của khổ trong phạm vi Tứ thánh đế. Hôm qua chúng ta chủ yếu luận giải về nguồn gốc, nguyên nhân của khổ và hôm nay chúng ta sẽ nói đến cách diệt khổ và những nguyên nhân của nó.

Khổ xuất hiện có thời điểm. Đó là một dấu hiệu cho thấy: nó xuất phát từ nguyên nhân. Chúng ta phải nhận biết vô minh là cội rễ của vòng sinh tử và vì vậy, nó là nguyên nhân căn bản của khổ. Và cũng là một điều bổ ích nếu chúng ta hiểu chính xác hơn được là tham ái và sân hận phát triển như thế nào. Vì vậy mà chúng ta xem xét việc này trước và qua đó bước đến chủ đề diệt khổ.

Đối tượng trình hiện như thế nào khi chúng ta khởi tâm sân hận về một người nào đó? Ta sân hận vì kẻ kia đã hại ta, đang hại ta và sẽ hại ta. Nhưng — cái »Ta« nào bị hại? Ngay trong lúc sân hận thì ta lại có cảm giác là cả hai, chủ thể — là chính ta —, và khách thể — kẻ địch —, là những gì đó vững chắc, độc lập. Đối tượng trình hiện có vẻ như tồn tại trên cơ sở tự tính; và chủ thể cũng trình hiện có vẻ như là tồn tại trên cơ sở tự tính; và tâm thức của chúng ta thừa nhận những cách trình hiện này là đúng và tùy hướng theo chúng. Cả hai — sự trình hiện của đối tượng và chủ thể như một cái gì đó tồn tại trên cơ sở tự tính — đều là cơ sở của sân hận.

Nhưng bây giờ người ta có thể ứng dụng phương pháp nghiên cứu trên cơ sở luận lí như nó được tìm thấy trong những bài luận triết lí Trung quán. Ta tự hỏi: »Cái ›Ta‹ bị tổn thương là ai? Ai là kẻ địch? Kẻ địch có phải là thân

sắc? Kẻ địch có phải là tâm thức?« Nếu những suy nghĩ chân chính này được phát huy triệt để thì cả hai đều tan biến đầu mất — kẻ địch to lớn, trình hiện với vẻ tồn tại bởi tự tính — là nguyên nhân của sân hận — và một cái »Ta« với vẻ tồn tại trên cơ sở tự tính bị tổn thương. Qua đó mà tâm sân hận tan vỡ.

Quý vị hãy suy nghĩ kỹ xem những gì được nói ở đây có đúng hay không. Ngay trong trường hợp không hiểu chính xác tất cả, quý vị vẫn có thể cảm nhận được là tham ái hoặc sân hận được hỗ trợ bởi quan niệm sai lầm nêu trên như thế nào — một quan niệm cho rằng, chủ và khách thể đều tồn tại bởi tự tính — khi chúng xuất hiện một cách ào ạt, mạnh mẽ.

Trong một thời điểm sau, tôi sẽ giải thích rõ hơn về học thuyết của tông Trung quán, một học thuyết cho rằng, cách tồn tại tuyệt đối của tất cả những hiện tượng là Tính không, một sự trống rỗng cách biệt một tự tính. Bây giờ chúng ta chỉ xác định là tham, sân và những phiền não khác là những tâm thức xuất hiện với một nhận thức điên đảo, một nhận thức cho rằng, sự vật đều tồn tại trên cơ sở tự tính.

Nếu những ý nghĩ bất thiện như hận và những ý niệm tương đương có một mối quan hệ bất khả phân li với tâm vương, tâm thức chính của chúng ta thì chúng phải hoạt động lâu dài khi tâm vương của ta còn khả năng hoạt động. Nhưng sự kiện này rõ là không phải như vậy. Ngay trong khoảnh khắc này thì có vẻ như không ai trong phòng này mang tâm sân hận. Tâm thức chính của tôi đang hoạt động trong khi tôi suy nghĩ và phát ngôn, và tâm thức của quý vị đang hoạt động trong khi quý vị lắng nghe và tập trung; trong thời gian này không có tâm sân hận nào xuất hiện. Như vậy có nghĩa là, những ý niệm tòng thuộc như sân hoặc tham có thể được cách li ra khỏi tâm thức.

Trong tâm thức chúng ta chắc chắn có hai loại tư thái: một mặt là hận và tham, mặt khác là vô tham, an phận, thương yêu. Nhưng, trong khi hướng tâm vào một đối tượng thì người ta không thể nào đồng thời ôm ấp cả hai tâm trạng hận và tham. Những tư thái đối nghịch nhau như thế có thể xuất hiện theo thứ tự thời gian; vì vậy mà kẻ thù ngày hôm nay có thể là người bạn tốt nhất của ngày mai. Sự việc này xảy ra trong tầng cấp chính trị quốc tế cũng như trong giới quan hệ thân thuộc. Nhưng đồng thời cảm nhận cả hai, tham và hận trong mối quan hệ với đối tượng thì không thể nào có. Đó là một dấu hiệu cho biết hai tư thái trên thân nhiếp đối tượng bằng những cách khác nhau. Có nghĩa là trong lúc tư thái này được gia tăng cường độ thì tư thái kia bị giảm và ngược lại. Ví dụ như khi một người nào đó gia nhập

quân đội, tham dự chiến tranh, người ấy sẽ quen dần với tâm tư hận thù và sát hại. Ông ấy phá hoại, giết người và thực hiện những việc tương tự. Khi trở lại một cuộc sống bình thường thì những người khác đều xác nhận là cựu chiến binh này mang một thái độ thô bạo nào đó, gây cảm giác bất ổn cho những người xung quanh, dễ nổi giận... Nguyên do là ông ta đã quá quen với những tâm tư sân hận. Nhưng khi sống trong một môi trường an bình, không có lí do gì để phát tâm hận thù, người này sẽ quen dần với tư thái thương yêu và như vậy thì mặt sân hận trong thâm tâm ông ta sẽ yếu dần. Hai tư thái đối nghịch này có ảnh hưởng lẫn nhau.

Lòng từ và bi có sự hỗ trợ của nhận thức chính xác, có giá trị. Nó xuất hiện mà không cần đến sự hỗ trợ của vô minh — một quan niệm cho là đối tượng của nhận thức tồn tại bởi tự tính. Nhìn khái quát thì mọi người phần lớn đều không hiểu gì về Tính không và điều này dẫn đến sự kiện là kiến giải sai lầm của họ về tự tính của vạn vật có ảnh hưởng đến sự xuất hiện của tâm từ bi. Nhưng nhìn chung thì kiến giải sai lầm này không phải là một điều kiện cần thiết cho sự xuất hiện của những tâm trạng thanh tịnh. Nhưng ngược lại, những tâm trạng bất thiện như sân, kiêu ngạo... chỉ có thể xuất hiện độc duy với sự hỗ trợ của kiến giải sai lầm về tồn tại bởi tự tính. Như vậy là: Không có kiến giải sai lầm về chân lí thì tham và hận không thể mang hiệu quả, nhưng, những tâm trạng đối nghịch với tham và hận thì lại rất có thể được khởi động khi kiến giải sai lầm về sự tồn tại trên cơ sở tự tính không còn nữa.

Như tôi đã đề cập trước đây, tâm thức điên đảo là một tâm thức ôm áp kiến giải về một cách tồn tại trên cơ sở tự tính; vì đối tượng nhận thức của nó không những không tồn tại trên phương diện tuyệt đối, mà cũng không tồn tại như vậy trên phương diện qui ước. Một tâm thức trí huệ nhận thức Tính không quán sát một đối tượng, và đối tượng này cũng được quán sát bởi tâm thức vô minh với kiến giải tồn tại trên cơ bản tự tính; nhưng tâm thức trí huệ lại có một cách thâm nhiếp, nhận thức đối nghịch với phương cách của tâm thức vô minh. Vì tâm thức trí huệ nhận thức đối tượng là không — trống rỗng, chẳng tồn tại trên cơ sở tự tính nào. Sự vắng mặt của một cách tồn tại trên cơ sở tự tính có một cơ sở chân chính; vì thế cho nên nó xuất hiện ngày càng rõ dần, nếu người ta tìm hiểu kĩ. Ngược lại, tồn tại trên cơ sở tự tính không có một nền tảng chân chính nào — có lẽ ngoài trường hợp đối với cách suy nghĩ của chúng ta, một cách suy nghĩ chấp trước cho nó là thật sự có bởi vì từ lâu nay, chúng ta quá quen với kiến giải này —, và cũng bởi vì vậy, tồn tại trên cơ sở tự tính dần dần tiêu tan khi chúng ta phân tích kĩ lưỡng.

Nói thêm lần nữa: Một tâm thức nhận thức sai lầm, cho sự vật là tồn tại trên cơ sở tự tính và một tâm thức nhận thức được sự trống rỗng cách biệt một tự tính có ảnh hưởng đối nghịch nhau; nhưng đối nghịch trường hợp kiến giải chấp vào tồn tại trên cơ sở tự tính, trí huệ nhận thức Tính không của sự vật đứng trên một cơ sở chân chính. Vì vậy mà chúng ta có thể giảm được thế lực của tâm thức vô minh — kiến giải tồn tại trên cơ sở tự tính — đối nghịch với tâm thức trí huệ với sự tương trợ của tâm thức trí huệ để rồi cuối cùng khắc phục hẳn được nó.

Ngoài đó ra thì từ bi và nhận thức Tính không là hai thuộc tính của tâm thức, và với nó, chúng có một cơ sở vững chắc và lâu dài; vì tâm thức tồn tại vô gián. Điều này lại có một hiệu quả là chúng ta không cần phải cố gắng từ đầu để phát triển, dẫn khởi những thuộc tính này khi mà đã một lần chứng đắc; và vì vậy, chúng lúc nào cũng có thể được gia lực và tiếp tục phát triển vô cùng cực.

Chúng ta có thể thực hiện được như vậy bởi vì tâm thức có một cơ sở khác biệt với thân thể: Nếu vác một vật nặng trên lưng thì người ta chỉ có thể thực hiện điều này có giới hạn; vì thân của chúng ta là một cơ sở vật chất thô sơ — không thể nào tiếp tục chất lên lưng những vật nặng vô lượng. Như Pháp Xứng²⁵⁶ từng nói, người ta chỉ nhảy xa được tới một mực nào đó thôi; đến một điểm nào đó là xong, không thể vượt qua. Cũng như vậy, nước tự mát dần nếu sôi sục mạnh mẽ. Trong trường hợp của những thuộc tính tâm thức thì lại khác. Trong một quá trình tu học bình thường, ngoài trường hợp hạn lượng của thời gian sinh sống thì không có một giới hạn nào, không có một giới hạn ví như không còn chỗ chứa trong bộ não. Dù học nhiều bao nhiêu, ngay cả trường hợp học hàng trăm ngàn triệu chữ — tâm của chúng ta vẫn còn có thể thu nhiếp và lưu trữ chúng. Đó là một dấu hiệu cho biết là cơ sở của những thuộc tính thiện hảo — chính tâm thức — là bền chắc, là lâu dài.

Một lần, tôi nói đùa với một người vừa đưa ra một câu hỏi về bộ não. Tôi nói: Nếu người ta cần một tế bào não cho mỗi thông tri trong kí ức tương tự như bộ nhớ của một máy vi tính thì cái đầu phải dần dần lớn ra nếu chúng ta ngày ngày học thêm! Từ bi, trí huệ và những thuộc tính khác có cơ sở là tâm, và tâm thì vững chắc và lâu dài. Đó là những lí do chính vì sao người ta có thể phát triển những đặc tính này vô cùng cực. Và nhìn theo những lí do này mà người ta bảo rằng, kiến giải sai lầm về tồn tại trên cơ sở tự tính có thể được diệt trừ. Nếu diệt trừ được kiến chấp tồn tại trên cơ sở tự tính thì phiền não — vốn xuất hiện qua mỗi hệ thuộc vào vô minh — cũng được diệt trừ theo. Ngoài ra, những hành động ô nhiễm chấm dứt vì vô minh, động cơ

thúc đẩy chúng cũng đã chấm dứt. Khi động cơ thúc đẩy những hành động ô nhiễm và chính những hành động ô nhiễm chấm dứt thì hậu quả của chúng không thể nào còn. Đây là phương pháp sinh thành của sự diệt khổ, Thánh đế thứ ba của Tứ thánh đế.

Phật tính

Niết-bàn là gì? Cơ sở tạo điều kiện cho chúng ta đạt niết-bàn là »Phật tính«²⁵⁷ hoặc »Tính hướng tự nhiên.«²⁵⁸²⁵⁹ Những hệ thống khác nhau trong Phật giáo trình bày, giải thích Phật tính khác nhau; cũng vì vậy mà có nhiều loại Phật tính khác biệt nhau trên tầng cấp vi tế. Các trường phái của hàng Thanh văn như Đại tì-bà-sa và Kinh lượng bộ không sử dụng danh từ Phật tính bởi vì họ thừa nhận ba cỗ xe²⁶⁰. Thay vào đó, họ nói về »Thánh chủng tính«²⁶¹, nghĩa là tính hướng tự nhiên để trở thành một vị Thánh. Vì theo họ, liên tục thông nhất thể của một vị Thanh văn và Độc giác chấm dứt khi họ đạt giác ngộ, đạt Vô dư niết-bàn với tư cách của những vị Sát Tặc. Theo đó mà họ quan niệm là chẳng còn cách tu luyện nào khác dành cho các vị Thanh văn và Độc giác tương tự như cách tu luyện của một vị Bồ Tát. Và vì vậy, họ cũng quả quyết có ba con đường — con đường của hàng Thanh văn, Độc giác và con đường của Bồ Tát —, và bởi vì chỉ có con đường cuối cùng dẫn đến Phật quả cho nên không phải tất cả những người mang tính hướng tự nhiên để trở thành một vị Thánh đều có tính hướng trở thành Phật, có Phật tính.

Trong những bộ kinh Đại thừa thì Phật quả thật đã nói về ba cỗ xe. Nhưng các trường phái cao cấp nhấn mạnh là các lời trần thuật này cần được suy diễn. Người ta phải nêu rõ ở đây thế nào là ý chính của lời trần thuật không được hiểu theo từng chữ một này, mục đích của lời trần thuật này là gì và luận cứ nào phản bác một cách điển giảng sát nghĩa.

Thế nào là tư tưởng cơ bản của giáo lý ba cỗ xe của Đức Phật? Đó là ý nghĩ cho rằng, chúng sinh đôi lúc có một tính hướng rõ rệt để trở thành một vị Thanh văn, một Độc giác Phật hoặc một vị Bồ Tát. Như tôi vừa nói, đại biểu của hàng Thanh văn nói về Thánh chủng tính hoặc nói cách khác: tính hướng để trở thành một vị Thánh. Họ cho rằng, tính hướng này xuất phát từ bốn tính hướng riêng. Ba loại đầu là sự hài lòng với thức ăn đơn giản, y phục và chỗ ở. Tính hướng thứ tư là sự cố gắng diệt trừ những lỗi lầm và thực hiện những việc hữu ích với một tâm trạng hoan hỷ; một sự cố gắng với cơ sở được tạo bởi ba tâm trạng hài lòng trên. Bốn tính hướng này được gọi là

tính hướng cơ bản để trở thành một bậc Thánh bởi vì chúng tạo cơ bản cho việc chứng đắc Thánh quả.

Một hệ phái của tông Duy thức, đặc biệt chú trọng đến kinh điển — đó là hệ phái Duy thức được Vô Trước đại diện, thừa nhận một Tạng thức chứa đựng tất cả —, họ quan niệm Phật tính tương đồng với một hạt mầm của trí huệ vô cấu²⁶² căn bản và theo họ thì hạt mầm này tiềm ẩn trong Tạng thức. Khi chưa được những duyên tương trợ khởi động — ví như trường hợp được nghe thuyết pháp và suy nghĩ chính chắn về Phật pháp —, hạt mầm này được gọi là »Tính hướng tự nhiên«. Khi đã được khởi động thì được gọi là »Tính hướng tự phát triển.«²⁶³²⁶⁴

Hệ phái khác của tông Duy thức, chuyên chú đến Luận lí học — đó là hệ phái của hai vị Trần-na và Pháp Xứng, không thừa nhận một Tạng thức — trình bày Phật tính như một hạt mầm của trí huệ vô cấu căn bản, được xem là một phần của những tri giác nội tâm. Nếu những điều kiện tương trợ được tạo qua lắng nghe, suy nghĩ và tương tự như vậy thì hạt mầm này có thể dẫn khởi sự thành đạt trong phạm vi của ba cỗ xe. Nó là Tính hướng tự nhiên.

Trong hệ thống Trung quán thì tính hướng thành Phật được xác định chung là cái có tư chất để được biến chuyển thành một thân Phật nếu việc biến chuyển này được thực hiện. Nó được chia thành hai loại: cái có tư chất biến đổi thành một Pháp thân Phật và cái có tư chất để biến đổi thành một Sắc thân Phật. Loại đầu tiên là tính hướng tự nhiên; loại thứ hai là tính hướng tự phát triển. Đứng trên cơ bản của học thuyết Phật tính này — một Phật tính hiện diện ở mỗi chúng sinh —, tông Trung quán quan niệm là chỉ có một cỗ xe duy nhất²⁶⁵. Đặc tính của niết-bàn được chứng đắc trên cơ sở Phật tính, trên cơ sở tính hướng thành Phật là gì? Nếu xem xét ý nghĩa tổng quát của danh từ niết-bàn thì chúng ta nên luận bàn về cái được gọi là »Niết-bàn tự nhiên«²⁶⁶, nghĩa là thể tính chân thật của các hiện tượng. Thể tính này tự nó là thanh tịnh; và bởi vì thể tính thanh tịnh này thuộc về bản tính của các hiện tượng nên người ta có thể đoạn trừ ô nhiễm, đạt giải thoát. Thêm vào đó, thật thể của giải thoát lại chính là thể tính thanh tịnh này. Nương theo những quan điểm này mà thể tính thanh tịnh của các hiện tượng được gọi là niết-bàn tự nhiên.

Về những loại niết-bàn có thể được chứng đắc thì có hai tầng cấp thấp hơn: Hữu dư niết-bàn²⁶⁷ — là niết-bàn còn tàn dư —, và Vô dư niết-bàn²⁶⁸ — niết-bàn không còn tàn dư. Theo các trường phái Thanh văn, Hữu dư niết-bàn có nghĩa là: Hành giả đã thực hiện niết-bàn nhưng vẫn còn những tàn dư của

những nhóm thân tâm — kết quả của những hành động ô nhiễm và phiền não trước đây. Khi những nhóm này chấm dứt thì Vô dư niết-bàn được thực hiện. Lí do vì sao lại nói những tầng cấp thấp hơn của niết-bàn là như sau: trong hai loại chướng ngại trên con đường tu tập thì trên những tầng cấp niết-bàn này, người ta chỉ đoạn diệt những phiền não chướng²⁶⁹, chướng ngại của niết-bàn được tạo bởi phiền não nhưng chưa đoạn diệt những sở tri chướng²⁷⁰, chướng ngại của việc thực hiện nhất thiết trí.

Loại niết-bàn cao nhất xuất hiện trên tầng cấp Phật quả. Nó được gọi là »Niết-bàn không trụ nơi nào« — Vô trụ xứ niết-bàn²⁷¹ — bởi vì nó không trụ ở cực biên luân hồi cũng như cực biên của một diệt độ riêng tư. Thêm vào đó là — với Phật quả — người ta đã thành tựu cả hai mặt: hoàn thành sự phát triển của chính mình cũng như khả năng cứu độ chúng sinh. Người ta không những đã chinh phục hoàn toàn những phiền não chướng trên con đường đạt giải thoát mà cũng đã tiêu diệt những chướng ngại của nhất thiết trí một cách toàn vẹn.

Phiền não chướng cản trở việc giải thoát ra khỏi vòng sinh tử và gây khổ cho những người ô nhiễm chúng trong liên tục thống nhất thể của họ. Sở tri chướng của trí huệ toàn vẹn ngăn cản khả năng nhận thức được tất cả những đối tượng hiểu biết²⁷² và vì vậy, chúng cũng cản trở sự hiểu biết về những tư cách, tâm tư, sở thích và tính hướng của mỗi môn đệ. Qua đó mà chúng cản trở việc cứu độ chúng sinh một cách rộng mở. Như vậy có nghĩa là: Nếu chỉ khắc phục được những phiền não chướng thì người ta đạt giải thoát; nhưng nếu thêm vào đó diệt những sở tri chướng của nhận thức toàn vẹn thì người ta đạt được nhất thiết trí.

Những loại niết-bàn khác biệt này được dung hàm thể nào trong hai sự thật, sự thật tuyệt đối và sự thật qui ước? Nguyệt Xứng bảo rằng, một niết-bàn là một sự thật; và sự nêu lí do niết-bàn là một chân diệt và chân diệt này lại được xem là tương đồng với Tính không. Như vậy là sao? Phương thức đối trị tất cả những ô nhiễm là trí huệ nhận thức Tính không, và Tính không ở đây có nghĩa là sự trống rỗng cách biệt một tự tính. Qua năng lực của những phương thức đối trị này mà tất cả những ô nhiễm đều tự tan hủy trong Pháp giới — cõi của thật thể của những hiện tượng; và pháp giới này được gọi là chân diệt độ. Nếu hiểu như thế thì niết-bàn là một sự thật tuyệt đối.

Mặc dù các loại chân diệt cơ bản giống nhau nhưng chúng lại có những tầng cấp khác nhau. Những tầng cấp này bắt đầu với chân diệt trên bậc Kiên đạo — là xả bỏ tất cả những gì phải được xả bỏ trên cấp bậc Kiên đạo này.

Chúng ta sẽ luận bàn về năm địa vị tu tập — Ngũ đạo — trong một thời điểm sau; bây giờ tôi chỉ muốn nói sơ lược về chúng.

Trong mỗi cỗ xe, Thanh văn, Độc giác hoặc Bồ Tát, người ta thành đạt theo thứ tự của các đạo Tư lương, Gia hạnh, Kiến, Tu tập và Vô học. Như vậy có năm đạo trong ba nhóm, tổng cộng là mười lăm. Trên hai đạo đầu tiên — Tư lương và Gia hạnh — người ta vẫn chưa trực nhận chân lí Tính không; và vì vậy cũng chưa đạt chân diệt. Nhưng khi đạt đến Kiến đạo, người ta đã có một trực nhận về Tính không, và qua đó mà đạt được một chân diệt, và chân diệt ở đây là giải thoát ra khỏi những nhân tố phải được xả bỏ trên quả vị Kiến đạo này. Các nhân tố này là những dạng chướng ngại và phiền não được tích luyện, không tự nhiên. Trên quả vị Tu tập đạo thì người ta xả bỏ những chướng ngại và phiền não bần sinh tinh thâm hơn. Trong cả hai trường hợp thì những chướng ngại và phiền não được buông xả qua những phương thức đối trị bằng một cách mà chúng không thể nào tái xuất được nữa.

Nhìn chung thì có hai loại diệt độ: Trạch diệt²⁷³ và Phi trạch diệt²⁷⁴. Phi trạch diệt là một sự vắng mặt của một cái gì đó bởi vì những nhân duyên có thể thành tạo nó không hiện diện đầy đủ. Một Trạch diệt là một loại diệt đạt được qua sự khắc phục một cái gì đó với sự hỗ trợ của những phương thức đối nghịch chính nó.

Trên cả hai đạo, Kiến đạo cũng như Tu tập đạo đều có những »vô gián đạo« và »giải thoát đạo«. Mỗi vô gián đạo là phương tiện chính đối trị một tầng cấp chướng ngại nhất định. Một giai đoạn thiền định thâm sâu tiếp theo sau với những nét đặc thù là đã cách biệt, hoặc giải thoát ra khỏi những chướng ngại được gọi là giải thoát đạo.

Những nhân tố được buông bỏ trên Kiến đạo và Tu tập đạo có thể được phân thành nhiều loại khác nhau. Những cách phân loại này được thực hiện theo mối quan hệ của những gì được xả bỏ với giới nào trong ba giới — dục giới, sắc giới và vô sắc giới. Nhiều cách phân biệt được trình bày trong luận A-tì-đạt-ma câu-xá của Thế Thân và A-tì-đạt-ma tập của Vô Trước, nhưng tôi không muốn đi vào chi tiết.

Nhưng tôi muốn đề cập đến một chủ đề quan trọng trong trường hợp này: Phái Cự duyên quan niệm rằng, những trạng thái tâm thức mang kiến giải chấp trước tồn tại trên cơ sở tự tính là chướng ngại của giải thoát và vì vậy, những chủng tử được gieo vào tâm thức bởi kiến giải chấp trước tồn tại trên

cơ sở tự tính này là chướng ngại của nhất thiết trí. Ngược lại, phái Y tự khởi cho rằng, một chướng ngại của nhất thiết trí là kiến giải chấp trước vào tồn tại đích thật. Qua đó mà các đại biểu của phái này tự đặt mình vào một vị trí khó xử: Họ xác nhận qua lời trần thuật trên là những hành giả chưa diệt được kiến giải chấp trước vào một cách tồn tại có thật và như thế, cội rễ cuối cùng của vòng sinh tử, vẫn có thể đạt giải thoát ra khỏi vòng sinh tử trong trường hợp họ chỉ xả bỏ kiến giải chấp nhân ngã. Đây là kiến giải cho rằng, một cá nhân hiện hữu thật sự trên cơ sở tự tính. Như thế, hệ phái Y tự khởi có lập trường là một hành giả có thể tự giải thoát ra khỏi vòng sinh tử mặc dù chưa xả bỏ kiến giải chấp pháp ngã. Ngược lại, đối với những đại biểu của phái Cự duyên thì tâm thức mang kiến giải chấp trước vào một cách tồn tại thật sự hoặc tồn tại trên cơ sở tự tính là cội rễ của vòng sinh tử và vì vậy, nó là chướng ngại chính của việc đạt giải thoát; vì vậy mà họ không phải đứng trên lập trường khó xử nêu trên.

Phái Y tự khởi phân chia những chướng ngại của nhất thiết trí thành tám cấp bậc và theo họ, những cấp bậc này được một vị Bồ Tát khắc phục từ địa thứ hai đến địa thứ mười của Bồ Tát thập địa. Nhưng, vì theo hệ thống của phái Cự duyên, kiến giải chấp trước vào một cách tồn tại thật sự hoặc tồn tại trên cơ sở tự tính là chướng ngại chính của giải thoát, và những chủng tử được lưu lại bởi kiến giải sai lầm này là chướng ngại của nhất thiết trí, cho nên, theo trường phái này, người ta không thể nào bắt đầu với những phương tiện đối trị các chướng ngại của nhất thiết trí nếu những chướng ngại của giải thoát chưa được buông xả ngay từ đầu. Kung-tăng Ken-chốc Ten-pe Đrên-mê²⁷⁵ nêu một cách so sánh dễ hiểu: Nếu trong nồi có củ tỏi, củ tỏi này sẽ để lại mùi trong nồi này. Vì vậy, muốn rửa nồi thì ta phải lấy củ tỏi ra trước. Một tâm thức chấp vào sự tồn tại trên cơ bản tự tính để lại những chủng tử trong tâm, và những chủng tử này lại tạo ra trình hiện tồn tại trên cơ sở tự tính — tương tự như củ tỏi liên tục tỏa mùi trong nồi. Vì vậy mà không có cách nào giải thoát tâm ra khỏi những chủng tử này nếu người ta không giải thoát nó ra khỏi những kiến giải chấp trước tồn tại trên cơ sở tự tính. Trước hết, củ tỏi phải được lấy ra và sau đó ta mới có thể khử mùi của nó.

Vì lí do này nên người ta chỉ có thể — theo trường phái Cự duyên — bắt đầu với những phương thức đối trị chướng ngại của nhất thiết trí nếu tất cả những chướng ngại của giải thoát đã được tận diệt. Vì như vậy nên một hành giả ở bảy địa vị đầu tiên của Bồ Tát thập địa chưa có thể bắt đầu với việc khắc phục chướng ngại của nhất thiết trí. Bảy địa vị khởi đầu này được gọi là »bất tịnh«, bởi vì vẫn còn chướng ngại của giải thoát — tức là những chướng ngại được tạo bởi phiền não — phải được xả bỏ. Chỉ trên địa vị thứ

tám, người ta mới bắt đầu xả bỏ những chướng ngại của nhất thiết trí và quá trình này được thực hiện tiếp tục ở địa vị thứ chín và mười. Ba địa vị cuối cùng này được gọi là »ba địa vị thanh tịnh« vì chúng không còn vướng vào những chướng ngại của giải thoát, những chướng ngại vốn đã được xả bỏ trên địa vị thứ bảy.

Tôi đã đề cập đến vấn đề là có những trường phái — ngoại trừ phái Cụ duyên — thiết thuyết một pháp vô ngã²⁷⁶ vi tế hơn nhân vô ngã²⁷⁷. Các hệ thống này cũng quan niệm là phiền não được tạo bởi một tâm thức có kiến giải chấp trước nhân ngã. Theo quan niệm của họ thì kiến giải này là một niềm tin vào một sự tồn tại độc lập vật chất, một »tự tướng ngã«²⁷⁸ của cá nhân. Ngược lại, đại biểu của phái Cụ duyên cho rằng, kiến giải chấp nhân ngã và kiến giải chấp pháp ngã đều vi tế như nhau. Vì vậy mà họ chỉ trích những trường phái khác là cách trình bày quá trình xuất hiện phiền não của những trường phái này không trọn vẹn; vì nó không bao hàm tất cả những tầng cấp của phiền não. Vì vậy cho nên các đại biểu của phái Cụ duyên bảo rằng, một bậc Sát Tặc đã giết được bọn giặc phiền não — phiền não như những hệ thống khác miêu tả — không đích thật là một bậc Sát Tặc. Vì thế mà có hai tầng cấp phiền não theo cách trình bày của họ: phiền não được tạo bởi kiến giải sai lầm vi tế, chấp vào tồn tại trên cơ sở tự tính và phiền não được tạo bởi kiến giải sai lầm thô sơ, chấp trước một tự tướng ngã của cá nhân.

Các tầng cấp khác nhau của Tính không

Tất cả những điểm tranh luận đều xuất phát từ nguyên nhân là có nhiều tầng cấp khác nhau của Tính không và trong đó thì một vài tầng cấp thô sơ hơn, một vài tầng cấp vi tế hơn. Một trong những tầng cấp này là Tính không của sự tồn tại độc lập vật chất của cá nhân²⁷⁹. Trên một tầng cấp khác lại có một Tính không của cặp đối đãi chủ thể-khách thể, hoặc Tính không của một sắc thân tồn tại trên cơ sở tự tính như một đối tượng của đề danh, của khái niệm²⁸⁰. Lại một tầng cấp của Tính không nữa là Tính không của sự tồn tại hoặc Tính không của một đối tượng tồn tại trên cơ sở tự tính đặc thù²⁸¹, không được xác định qua sự trình hiện của đối tượng trước một tâm thức không thể biện bác. Một Tính không khác là sự trống rỗng cách tuyệt một tự tính của các hiện tượng, các pháp ngay cả trên phương diện tương đối²⁸².

Người ta phải làm thế nào để xác định được những điểm khác biệt về mức độ tinh thâm giữa những chủng loại Tính không này? Điểm nào đúng, điểm nào sai?

Quan điểm cơ bản của tông Duy thức là chủ thể và khách thể trống rỗng không phải là những thật thể cách biệt; quan điểm này không thể được thừa nhận bởi những vị đại biểu của hệ phái Cự duyên; vì các vị này cho rằng, thế giới bên ngoài là một hiện thật. Những loại Tính không còn lại được họ thừa nhận — tuy vậy, chúng không được xem là dạng vi tế nhất của Tính không. Họ không thể thừa nhận chúng là dạng vi tế nhất của Tính không vì họ quan niệm: Trong thời gian một thức lĩnh hội được một cấp bậc thô sơ hơn của Tính không thì một thức [khác] vẫn có thể xuất hiện nhìn nhận sự vật sai lầm, đối nghịch với một tầng cấp Tính không vi tế hơn; nhưng khi đã phát triển sự hiểu biết về Tính không vi tế và sự hiểu biết này kiên cố về mặt hiệu nghiệm thì một kiến giải sai lầm về sự tồn tại — kiến giải đối nghịch một tầng cấp Tính không thô sơ hơn — không thể nào xuất hiện.

Vì vậy mà tất cả những tầng cấp thô sơ của kiến giải sai lầm chỉ có thể được chấm dứt hoàn toàn nếu người ta lĩnh hội được Tính không ở cấp bậc vi tế nhất. Ví dụ như khi người ta hiểu được là cá nhân không có một tự tướng ngã thì kiến giải chấp vào một sự tồn tại vẫn có thể còn đó. Cũng như thế, một đại biểu của giáo lý Duy thức có thể nhận biết được là một sắc thân không tồn tại bởi những thuộc tướng như một đối tượng của danh xưng, của khái niệm, và nhận thức này có thể có giá trị một cách vững chắc; nhưng nhận thức đó không cản trở người này tiếp tục ôm ấp quan niệm là sắc tướng này tồn tại trên cơ sở tự tính, và sự việc đối tượng này được xem là đối tượng của một danh cú và một khái niệm — chính nó cũng tồn tại trên cơ sở tự tính.

Cũng tương tự như vậy, một đại biểu của phái Trung quán-I tự khởi có thể tin chắc từ tận đáy lòng là đối tượng không tồn tại trên cơ sở tự tính đặc thù bằng một cách, một cách có thể giải thoát nó ra khỏi sự tùy thuộc vào việc trình hiện trước một tâm thức chân chính không thể bị biện bác²⁸³ — nhưng ông ta vẫn hoài bão một kiến giải về sự tồn tại của đối tượng từ phía nó.

Nhưng khi người ta đã nhận thức được chắc chắn là các hiện tượng chỉ tồn tại trên danh xưng và ngoài đó ra chẳng có một tồn tại trên cơ sở tự tính — tức là sự tồn tại của đối tượng về phía chúng — thì những tầng cấp thô sơ của kiến giải sai lầm không thể nào xuất phát — trong trường hợp nhận thức chân chính nêu trên kiên cố, hiệu nghiệm. Vì vậy mà cách »nhìn vạn vật như chúng là« của trường phái Cự duyên là phương tiện đối trị tất cả những dạng cực biên của thường kiến — nghĩa là đối trị tất cả những kiến giải sai lầm, những kiến giải gán vào các hiện tượng một cách tồn tại vượt quá những gì thật có.

Nhưng mặt khác, nếu phủ định nhiều hơn những gì được phủ định bởi trường phái Cự duyên thì người ta sẽ rơi vào một biên kiến hư vô. Đây là lí do vì sao người ta cho rằng, quan điểm Tính không được trình bày bởi trường phái Cự duyên là quan điểm Trung đạo toàn mỹ vô khiếm.

---o0o---

Chương 06. Đạo đế và hợp nhất với an lạc

Vấn đáp

● **Hỏi:** Có vẻ như là một hảo ý thỉnh thoảng được kết thúc bằng một kết quả không hay — ví như trong trường hợp ta thương mến một người nào đó và muốn giúp người ấy, nhưng thật sự lại thực hiện một việc đối nghịch. Tôi quan niệm đó là cách đơn giản hóa quá mức nếu người ta chỉ quả quyết chung chung là một động lực thúc đẩy tốt sẽ dẫn đến một kết quả tốt.

● **Đáp:** Nếu vì thương yêu ai mà thực hiện một hành động, một hành động không giúp mà lại hại thì lỗi không nằm ở người thực hiện vì người này mang một hảo ý. Chính bởi vì động cơ thúc đẩy tốt này mà hậu quả cũng sẽ tốt cho người thực hiện. Sự tổn hại tạm thời được gây ra cho người bắt nguồn từ việc không nhận biết được những phương tiện thiện xảo để giúp họ. Đây là lí do vì sao những hành động lợi tha và trí huệ phải đi đôi với nhau. Người ta cho rằng, ngay cả một vị Bồ Tát trên quả vị Gia hạnh đạo cũng chưa có những hành động lợi tha thật sự, chỉ thực hiện những hành động có vẻ vị tha. Nhưng khi đạt được quả vị Kiến đạo, Tu tập đạo và năm loại thần thông thì người ta nhận ra được tính hướng tâm thức và ý nghĩ của những người khác như chúng là; qua những kiến thức này, khả năng cứu độ người ngày càng phát triển toàn vẹn.

● **Hỏi:** Ngài có thể nói cách chữa trị bằng năng lực tinh thần được thực hiện như thế nào?

● **Đáp:** Tôi không thể nói nhiều về vấn đề này. Có nhiều phương pháp chữa trị bệnh tật và tương tự trong phạm vi những nghi quó man-tra được thực hiện. Những phương pháp này đạt hiệu nghiệm qua những chất đặc biệt, thần chú và sự tập trung thiền định. Các phương pháp đơn giản hơn bao gồm việc tụng niệm một bài nguyện chú mà trong đó, sức mạnh của sự thật được kêu gọi: »Nếu một việc nào đó tôi đã thực hiện khế hợp chân lí, thì cầu mong nó trợ giúp.« Cũng có những người có năng lực chữa trị đặc biệt được nghiệp lực của các kiếp trước tạo thành.

● **Hỏi:** Có phải tự sát sẽ tất nhiên mang đến khổ đau hơn nhiều trong những kiếp sau không?

● **Đáp:** Tự sát được xem là một hành động cực kì tai hại. Người ta nói rằng, người nào được quán đĩnh và đã tuyên thệ trong phạm vi của Du-già tan-tra hoặc Vô thượng du-già tan-tra thì trong trường hợp tự sát, người ấy mang tội giết một vị Thiên thần²⁸⁴.

● **Hỏi:** Khoa học tự nhiên và luận lí học đã cho thấy những chủng loại thức khác nhau của các giác quan là những hiện tượng thuộc về bộ não và nếu những gì Ngài nói hôm qua là đúng, tức là những loại tâm thức thô sơ tùy thuộc vào những chức năng thân thể thì từ đó kết luận rằng, thức của các giác quan chấm dứt hoạt động nếu bộ não ngừng hoạt động trong lúc chết. Nếu cơ sở hoạt động của thức của một giác quan không còn nữa thì thức này không thể nào tồn tại tiếp tục như một thành phần của tâm thức trong quá trình tái sinh. Nhưng ngay lúc xuất sinh thì tất cả thức của những giác quan đều hoạt động bình thường; vì chúng ta thấy, nghe, ngửi và tương tự. Ngoài việc này ra thì tâm thức phải được tái sinh với tất cả những tầng cấp thô sơ và vi tế của nó, không chỉ là những tầng cấp vi tế hơn. Qua đó mà có sự mâu thuẫn trong thuyết tái sinh.

● **Đáp:** Đương thời chúng ta cảm nhận một tầng cấp nhất định của tâm thức. Khi chúng ta ngủ thì thức bước vào một trạng thái thâm sâu hơn. Trạng thái này lại trở nên sâu kín hơn nếu chúng ta rơi vào trạng thái ngủ say không mộng. Nếu trở nên bất tỉnh, thậm chí ngừng thở thì người ta cảm nhận một tầng cấp tâm thức thâm sâu hơn nữa. Người ta có thể xem nó như một trạng thái nửa tỉnh nửa mê hoặc bất tỉnh hoàn toàn; nhưng theo những hệ thống tan-tra thì tâm thức vẫn còn đó. Tầng cấp vi tế nhất của tâm thức xuất hiện trong khi chết; tâm thức của lúc chết là loại vi tế nhất trong tất cả các loại. Cách phân chia đẳng cấp trên cho thấy rằng, những tầng cấp vi tế hơn của tâm thức càng lúc càng cách li thân thể.

Tâm thức vi tế nhất là một cái gì đó có khả năng tạo những tầng cấp tâm thức khác — với một thật thể là trong sáng và nhận thức. Các thí nghiệm khoa học có liên hệ đến bộ não của con người rất hấp dẫn, và một điểm rất quan trọng là hiểu biết về những nhận thức được đạt qua đó. Nhưng trong thời điểm này, chúng ta khó có thể luận bàn về chủ đề này trên cơ sở kiến thức tổng quát vì khoa học nghiên cứu tâm thức chưa được triển khai. Ngành này vẫn còn đang nằm trong giai đoạn phát triển. Như vậy, đối với Phật tử có nghĩa là: Trong trường hợp người ta có thể chứng minh một cách chính

xác với các thí nghiệm khoa học được là không có não thì tâm không còn, thì chúng ta phải chấp nhận. Nhưng chứng minh này phải là một chứng minh chính xác, đích thật; chỉ vì tìm không thấy với những phương tiện sẵn có rồi cho là không có — như vậy chưa đủ.

Để trở về câu hỏi của ông: Đó là tâm thức vi tế nhất, tâm thức sẽ bước qua một sự tồn tại mới; những tầng cấp thô sơ của tâm thức không thể nào tiếp tục tồn tại sau cái chết. Nhưng trong tâm thức vi tế nhất vẫn còn những hạt mầm và từ những hạt mầm này, các tầng cấp tâm thức thô sơ lại có thể xuất hiện.

- **Hỏi:** Người ta có thể làm gì khi một người thực hiện một hành động sát sinh bằng cách phá thai, nhưng lại không tự rõ được hành động này là thế nào?

- **Đáp:** Tất cả chúng ta đều là những loài hữu tình, đã có lần tích lũy ác nghiệp trong quá khứ. Điều này thể hiện rõ bởi vì hiện tại, những ý nghĩ bất thiện thường hay xuất hiện trong tâm của chúng ta; chúng là một dấu hiệu rõ rệt chứng tỏ là chúng ta đã quen với chúng rất lâu trong dĩ vãng. Và trong ý nghĩa này, người ta thường nói: Nếu ta muốn biết về những gì đã làm trong quá khứ thì phải quán sát thân thể này [vì nó là nghiệp quả của các hành động trước đây], và nếu muốn biết những gì sẽ đến trong tương lai thì phải quán sát xem tâm thức đang hoạt động như thế nào [vì nó sưu tập nghiệp quyết định tương lai].

Vì đã phạm lỗi lầm trong quá khứ, chúng ta nên sám hối và phát nguyện không tái phạm trong tương lai. Thuộc về những phương pháp sám hối thông thường là xả thân qui lạy và tụng niệm những man-tra nào đó nhất định, ví dụ như man-tra bao gồm một trăm âm [của Kim Cương Tát-đóa²⁸⁵]. Bồ thí cho người nghèo và người bệnh là một trong những phương pháp tốt nhất. Cống hiến, phục vụ cho lĩnh vực giáo dục đào tạo và y học là một hành động tuyệt hảo; đây là một trong những cơ hội hay nhất để tích lũy công đức.

- **Hỏi:** Trên đất nước này có nhiều nhóm và nhiều sách vở chuyên nghiên cứu về tính dục và tan-tra. Họ xem tính dục là tâm đạo và phương tiện để đạt niết-bàn. Tính dục đóng vai trò gì cho việc chứng đắc trong các giáo lý tan-tra truyền thống? Phạm dục²⁸⁶ đóng vai trò gì?

- **Đáp:** Điềm này rất có thể bị hiểu lầm. Như tôi đã trình bày, tâm thức có nhiều tầng cấp vi tế khác nhau. Nếu có thể sử dụng những tầng cấp vi tế này

trên con đường tu tập thì việc tu tập nói chung sẽ hiệu nghiệm hơn. Nếu chúng ta cảm nhận những tầng cấp vi tế hơn của tâm thức thì những trường hợp này thường xảy ra một cách không được kiểm soát. Chúng xuất hiện vì những điều kiện tự nhiên với kết quả là sự gián đoạn của những tầng cấp thô sơ. Chúng ta trở nên bất tỉnh, hôn mê, tâm thức trở nên u mờ, và chúng ta không thể chủ động sử dụng năng lực của các tầng cấp tâm thức vi tế này. Nhưng khi một hành giả cố ý, chủ động ngăn cản, đẩy lùi những tầng cấp tâm thức thô sơ với phương pháp thích ứng thì những tầng cấp khác vi tế hơn sẽ xuất hiện và hoạt động. Tâm thức của các tầng cấp này không những hoạt động thôi mà còn rất tỉnh giác, rất nhạy bén và rất trong sáng. Tâm thức này có thể được chuyển thành một trí huệ nhận thức Tính không — là tính vô ngã. Để đạt được điều này, hành giả đầu tiên phải ngăn cản, chấm dứt những tầng cấp tâm thức thô sơ và để thực hiện việc này, ông ta phải đạt một sự biến chuyển của những hoạt động tụ hợp và li tán của những yếu tố căn bản sắc trắng và đỏ.

Ngay ở điểm này thì tính dục có thể được cần đến. Tuy nhiên, giao hợp ở đây không phải là giao hợp nam nữ bình thường. Mối liên hệ chính là như sau: Thân thể con người được cấu tạo bởi sáu »báu vật«, ba xuất phát từ thân phụ, ba xuất phát từ thân mẫu. Ba báu vật từ thân phụ là xương, tủy và tinh dịch²⁸⁷. Ba báu vật nhận từ thân mẫu là thịt, da và máu. Theo một cách diễn giảng khác thì có sáu yếu tố cơ bản: địa, thủy, hỏa, phong, đạo quân²⁸⁸ và tinh trích²⁸⁹. Trong mọi trường hợp, biến đổi nơi những yếu tố trong thân thể cũng dẫn khởi một sự biến đổi ở những tầng cấp vi tế của tâm thức. Đó là một đặc điểm của thân thể loài người sống trên địa cầu này. Những biến đổi này xuất hiện rất ngắn hạn, ví dụ như khi hắt hơi, cũng như khi ngáp, thiêm thiếp ngủ và cũng trong thời đoạn nam nữ giao cấu. Vì kết cấu thân thể sẵn có nên trong những trường hợp này, chúng ta có thể cảm nhận được một sự biến đổi của tầng cấp tâm thức, và biến đổi mạnh nhất có thể được một hành giả sử dụng xuất hiện trong lúc giao phối. Vì lí do này mà tính dục được xem là phương tiện trên con đường tan-tra.

Một du-già tăng thuộc hệ thống tan-tra trong dục giới chưa xả bỏ tham ái chủ động tạo một tâm trạng tham ái như một thành phần tu tập. Trong khi những yếu tố cơ bản được biến chuyển và những tầng cấp tâm thức thô sơ bị đẩy lùi bởi những tầng cấp vi tế hơn, du-già tăng này sử dụng tâm thức ở tầng cấp vi tế nhất bằng cách chuyển tiếp nó thành tâm thức nhận biết được Tính không. Qua sự nhận thức Tính không của tâm thức này, trạng thái tham dục bị tiêu hủy hoàn toàn bởi vì một tâm thức không thể đồng thời có hai cách nhận thức đối nghịch nhau.

Sự xuất hiện của một tâm trạng tham ái — một tâm trạng khởi dẫn sự biến đổi trong những đạo quản, luồng gió và tinh trích — được hỗ trợ bởi kiến giải chấp vào tồn tại bởi tự tính. Nhưng khi đã chuyển hóa tâm thức vi tế — nó được tạo trên cơ sở của một tâm trạng tham dục — trở thành một tâm thức nhận thức Tính không thì chính tâm thức này là phương tiện đối trị kiến giải chấp vào tồn tại bởi tự tính, kiến giải hỗ trợ tham dục. Quá trình này được so sánh với câu chuyện của con sâu đục thân thường được nhắc đến — một con sâu ăn nát gỗ ngay nơi nó xuất sinh.

Điều kiện tiên quyết tối trọng mà người muốn thực hiện những phương pháp trên phải đạt được là đã có một kinh nghiệm trực chứng Tính không hoặc vô ngã trong một tầng cấp, một mức độ tinh thâm nào đó. Điều kiện tiên quyết thứ hai là hành giả phải có một sự hiểu biết và kinh nghiệm với việc quyết tâm đạt bờ-đề vì lợi ích chúng sinh; vì nếu không đạt hai tư cách nêu trên thì những phương pháp tương ứng không thể nào được áp dụng một cách chân chính. Một vài phương pháp thực hành nhất định nào đó trong phạm vi Vô thượng du-già tan-tra cũng có thể nguy hiểm; vì hành giả phải dùng những kỹ thuật để hội tụ những luồng gió nội tại vào đạo quản trung tâm. Sự việc này cần thiết bởi vì những biến chuyển có liên quan đến thân thể mà tôi vừa nhắc đến chính là kết quả của sự tập trung của những luồng gió vào đạo quản ở giữa, lưu lại và tan biến tại đây. Ví dụ như có một phương pháp thô bạo được thực hiện bằng cách bóp chặt những đạo quản nơi cổ; và nếu người nào đó nắm vững những kỹ thuật tương ứng thì phương pháp này có thể hiệu nghiệm. Nhưng, nếu thực hiện mà không hiểu biết rõ thì nó có thể dẫn đến cái chết. Nhiều phương pháp được nhắc đến trong những hệ thống tan-tra khác nhau nhưng chúng có thể gây tai hại. Đây là nguyên nhân vì sao toàn bộ hệ thống tan-tra được gọi là Mật giáo. Nếu không có một vị thầy có nhiều kinh nghiệm, tài giỏi và về phía môn đệ, nếu người này chưa thực hiện tất cả những phương pháp thực hành cơ bản để đạt được những điều kiện tiên quyết cần thiết, chứng tỏ là xứng đáng được thụ giáo thì những phương pháp này không thể nào được thực hiện đích đáng.

● Hỏi: Ngài có thể đưa ý kiến về sự tồn tại, giá trị và bản chất của khả năng Thấu thị?²⁹⁰

● Đáp: Phương pháp tu tập để đạt năng lực thấu thị được được miêu tả trong cả hai hệ thống, kinh điển cũng như tan-tra. Theo hệ thống kinh điển thì hành giả trước hết phải đạt định an chi²⁹¹; không có nó thì không thể nào đạt những tri giác siêu nhiên này. Sau khi đạt Chi, hành giả phải niệm đi niệm lại hình thái của đối tượng muốn nhận biết và để tâm an trụ tương tục nơi

đối tượng này. Qua đó, đối tượng này trình hiện mỗi lúc mỗi rõ hơn. Trên con đường tu tập tan-tra thì những tri giác siêu nhiên được thành đạt bắt đầu từ một điềm nào đó — ngay trong trường hợp không chú ý sử dụng những phương pháp để chứng đắc chúng. Nếu đạt được quả vị »trí huệ căn bản của sự bất khả phân li giữa Tính không và an lạc« — một tâm thức vi tế nhận thức trực tiếp tiếp Tính không —, thì qua đó — trong mọi trường hợp —, những năng lực thâu thị đã được khởi động. Chúng có thể được chứng đắc ngay trước khi đạt những cấp bậc nêu trên trong trường hợp thực hiện du-già với những luồng gió năng lượng. Có năm luồng gió chính và năm luồng gió phụ. Tri giác siêu nhiên cũng có thể đạt được qua sự thực hiện tụng niệm những Kim cương kệ và lúc này, hành giả khai triển năm luồng gió phụ.

● **Hỏi:** Làm thế nào và qua những dấu hiệu kinh nghiệm nào mà người ta có thể nhận biết một nhận thức chính xác?

● **Đáp:** Chúng ta hãy lấy nhận thức tính vô thường hoặc nhận thức tính vô ngã làm ví dụ. Một tri giác xác định sự kiện này với xác tín có thể được xem là chính xác và vì vậy là đáng tin, nếu xác tín này dựa vào những nguyên do xác nhận tính chính xác của sự kiện được nhận biết — nhìn theo mặt xác định —, và dựa vào những lí do biện bác trường hợp đối nghịch — nhìn theo mặt phủ định. Tất nhiên là có trường hợp mà người ta có một giả thiết nào đó về một sự việc nhưng không biết nó đúng hay sai khi sự việc này chưa xảy ra. Nhưng nói chung là kết quả của một suy luận trên cơ sở luận lí về một vấn đề nào đó có thể được xem là chính xác nếu kết quả này không có những điềm đối nghịch với những nhận thức đạt được qua những quá trình suy luận trên cơ sở luận lí khác biệt về chính sự kiện này.

Các chủ đề có liên quan đến tâm thức có thể rất phức tạp. Nhưng — nếu người ta không chấp nhận một loại tâm thức nào đó thì có nhiều nghi vấn không được giải đáp, ví dụ như sự xuất hiện của thế giới. Nếu hỏi nó xảy ra như thế nào thì có thể có những câu trả lời như cái này xuất phát từ cái kia và tương tự. Nhưng nếu hỏi vì sao nó xảy ra thì những điềm nan giải xuất hiện ngay lập tức. Nếu tự nhận xét việc từ thiên hà này cho đến thiên hà kia — chúng xuất hiện rồi lại tan biến —, chúng ta quả thật phải nói rằng, hiện tượng này chính là bản tính của chúng — chúng phải là như thế. Nhưng, nếu nói sự thành hoại này xảy ra không có nhân duyên nào đặc biệt thì quả là một việc rất thiếu sót. Chúng ta thường sử dụng những chữ như »may« và »xui« trong cuộc sống hằng ngày. Một chuyện gì đó xảy ra, và chúng ta vui mừng nói: »Hôm nay may mắn quá!« hoặc là: »Hôm nay sao mà xui ghê!« Chúng ta không biết được nguyên nhân chính của một sự kiện và hài lòng

một cách dễ dàng với một lời giải thích lờ mờ là chỉ vì may mắn hoặc xui xẻo. Nhưng phải có một lí do vì sao người ta gặp may mắn hoặc xui xẻo.

Đó thật là một điều hợp lí, dễ hiểu, là hai trường hợp may và xui nhìn chung tùy thuộc vào nhân duyên. Người ta khó có thể giữ vững quan điểm cho rằng một vài hoàn cảnh hạnh phúc hoặc đau khổ có nguyên nhân, một vài trường hợp khác thì lại tùy thuộc vào hên xui may rủi — vì phải nêu rõ lí do vì sao lại phân biệt hai trường hợp vừa nêu trên. Nếu tìm hiểu tường tận sự vật theo cách này thì nhiều nghi vấn được khai mở. Vì thế mà các tôn giáo đưa ra nhiều giải thích về sự hình thành thế giới và sự hình thành của khổ lạc: Một đấng tạo tác, nguyên nhân và hậu quả của nghiệp và nhiều loại tương tự khác.

Đạo đế

Chúng ta đã nói về niết-bàn. Trong phẩm thứ mười tám của Trung quán luận, Long Thụ nói:²⁹²

Nếu một cái »ta« đã không có, thì làm sao có được cái »của ta«?

Nếu một tự ngã — cái »ta« — không tồn tại bởi tự tính thì một ngã sở — cái »của ta« — cũng không thể nào tồn tại bởi tự tính. Sư cũng nói:²⁹³

Nếu qui về nội và ngoại tâm mà những ý nghĩ như »ta« và »của ta« bị tiêu hủy thì Thủ [những nhóm thân tâm mới khác được tạo bởi những hành động ô nhiễm và phiền não] chấm dứt. Và vì Thủ chấm dứt nên tái sinh được tận diệt.

Nếu chấm dứt kiến giải chấp tồn tại trên cơ sở tự tính của một cái »ta« và cái »của ta« qui về những hiện tượng nội và ngoại tâm thì quá trình thủ chấp những nhóm thân tâm cấu uế một cách không có chủ ý sẽ chấm dứt, và trường hợp tái sinh trong vòng sinh tử cũng không còn. Nói tóm lại: Nếu không còn tích tụ những nghiệp mới và cũng không còn những phiền não nào có thể dẫn khởi quả báo của những nghiệp được tích tụ trước đây thì người ta đã đạt giải thoát khỏi vòng sinh tử. Hành động ô nhiễm được hình thành bởi phiền não và phiền não lại xuất phát từ những khái niệm sai lạc, điên đảo. Khái niệm điên đảo lại được những hình tượng giả tạo, sản sinh từ kiến giải chấp vào tồn tại bởi tự tính. Những trạng thái tâm thức chấp vào tồn tại bởi tự tính được chấm dứt bằng [nhận thức] Tính không. Do đó mà Long Thụ trình bày quá trình đạt giải thoát như trên.

Và sự việc này dẫn chúng ta đến Thánh đế thứ tư — con đường đạt giải thoát. Những gì khởi dẫn chân diệt chính là chân đạo và chúng ta trực nhận được Tính không với sự hỗ trợ của chân đạo này. Theo quan niệm của hệ phái Cú duyên thì mỗi vị Thánh, bất cứ tu tập theo theo cỗ xe nào — Thanh văn, Độc giác hoặc Bồ Tát —, tất nhiên đã đạt được một sự trực nhận Tính không. Vì chỉ sự trực chứng này mới có thể tồn tại được kiến giải chấp vào tồn tại trên cơ sở tự tính; ngay cả sự trực nhận được Tứ thánh đế cũng không có khả năng này.

Để phát triển được một chân đạo trong liên tục thống nhất thể của tâm thức trong một sơ cấp — một chân đạo xuất phát từ một nhận thức trực tiếp Tính không, siêu việt mọi hiện tượng đối đãi —, người ta phải phát triển và đạt được một trí huệ nhận thức Tính không, một loại trí huệ xuất phát từ thiên định nhưng vẫn còn quan hệ với những hiện tượng đối đãi nhị nguyên. Nhưng, để đạt được cấp bậc trí huệ này, đầu tiên, người ta phải tự rèn luyện một kiến giải chân chính về Tính không; có nghĩa là, phải hiểu được ý nghĩa của Tính không qua hai tầng cấp trí huệ, văn huệ [— trí huệ đạt được qua lắng nghe —] và tư huệ [— trí huệ đạt được qua tư duy chân chính].

Những bước tiến trên Ngũ đạo với tư cách của một Thanh văn, Độc giác hoặc Bồ Tát xảy ra trong phạm vi của cấp bậc thiên định tinh thâm, quán sát Tính không — trong trường hợp bước từ một cấp thấp lên cấp bậc cao kế tiếp. Vì vậy mà sự phân chia thành Ngũ đạo được thực hiện theo quan điểm của những phương pháp thực hiện tu tập càng lúc càng tinh thâm — với mục đích nhận thức được Tính không.

Con đường đầu tiên — Tư lương đạo — được miêu họa qua sự thành đạt hai loại trí huệ, văn và tư huệ. Móc nối với Gia hạnh đạo được hình thành bởi sự chứng đắc trí huệ qua thiên định. Kiến đạo bắt đầu với sự trực nhận Tính không lần đầu. Con đường kế tiếp, Tu tập đạo là thời đoạn tu tập thiên định, thâm nhuần và bước sâu vào sự trực nhận Tính không. Đạo thứ năm được chứng đắc khi đã kết thúc việc tu học trong phạm vi cỗ xe của chính mình; vì thế mà nó được gọi là Vô học đạo, là »không còn [gì để] học nữa«. Nó là mục đích thành đạt. Tuy nhiên, hai đạo vô học của hàng Thanh văn và Độc giác chỉ là hai mục đích tạm thời; vì sau khi chứng đắc chúng, họ bước vào con đường Đại thừa.

Nhận thức được Tính không thôi thì chưa đủ — nó phải được tiếp nối với khía cạnh phương tiện²⁹⁴. Những kinh sách quan trọng nhất của Đại thừa như bộ kinh Bát-nhã-ba-la-mật-đa giảng dạy rõ ràng về Tính không, nhưng thêm

vào đó, kinh này dạy bằng một cách »ẩn kín«, ám thị các tầng cấp của Hiện quán²⁹⁵ — »nhận thức rõ ràng« —, có nghĩa là tất cả những khía cạnh của phương tiện trợ giúp những tầng cấp khác nhau của nhận thức Tính không. Các bài kinh này phần lớn được dạy cho các vị Bồ Tát. Nhưng một vị Bồ Tát phải biết nhiều đường tu tập của các vị Thanh văn, Độc giác và Bồ Tát cùng với những biến dạng của chúng để có thể cứu độ chúng sinh tùy theo căn cơ. Vì vậy mà Bồ Tát phải nắm vững tất cả những con đường này và đó cũng là lí do vì sao chúng được trình giảng trong những bộ kinh này.

Thế nào là phương pháp thực hiện đạt niết-bàn trên con đường của các vị Thanh văn và Độc giác? Con đường của chư vị lấy Ba mươi bảy thành phần trợ đạo làm cơ sở²⁹⁶. Nếu tóm gọn chúng theo quan điểm tu tập thực hiện thì trở thành ba môn học — Tam học. Môn học đầu là giới học. Tám giới luật được dạy để đạt đến giải thoát riêng biệt trong các kinh sách của hàng Thanh văn, được gọi là Biệt giải thoát.^{297/298} Ba giới đầu dành cho cư sĩ, năm loại sau dành cho người đã thụ giới đầy đủ, tức là tỉ-khâu và tỉ-khâu-ni. Nhìn sơ qua thì sự đòi hỏi phạm hạnh trong Biệt giải thoát và sự phối hợp tính dục trong hệ thống Vô thượng du-già tan-tra có vẻ đối nghịch nhau, nhưng trường hợp này không phải như vậy; bởi vì tất cả những phương pháp này được giảng dạy tương ứng với những tầng cấp nhận thức và khả năng của mỗi hành giả. Trong giai đoạn đầu thì phạm hạnh rất quan trọng nhưng khi đã đạt được một tầng cấp phát triển và có niềm tin đích đáng là có thể thực hiện những phương pháp khác toàn vẹn thì lại là một trường hợp khác.

Việc giao cấu nam nữ được trình bày trong Vô thượng du-già không có nghĩa người ta tìm sự giao cấu này vì bị mũi nhọn của nhục dục hành hạ. Hoàn toàn tự chủ về những điểm bất lợi của nhục dục, hành giả biết rõ là một tầng cấp khác hơn, cao hơn của con đường tu tập có thể đạt được qua sự giao cấu. Các phương pháp thực hiện có liên quan đến tính dục đều được giảng giải trong mối liên hệ với sự hiểu biết rõ ràng về những điểm bất lợi của dục tham và mục đích đặc biệt của sự giao cấu này.

Cơ sở của tất cả những giới luật dành cho cư sĩ cũng như tăng ni là việc tránh làm mười điều ác. Chúng bao gồm ba hành động thuộc về thân (sát sinh, trộm cắp, tà dâm), bốn hành động thuộc khẩu (nói dối, nói chia rẽ, nói xấu, nói phù phiếm) và ba thuộc về ý (tham, ác ý, tà kiến). Tôi không muốn đi sâu vào chi tiết.

Nếu người ta ngăn cản những hành động bất thiện của thân và khẩu thì phân tâm dưới dạng thô cũng được giảm bớt và qua đó, tâm càng được xoay

hướng vào trong. Một nhân tố tương trợ thứ hai là chính tri tướng, là tự như liên tục là phải tự tìm hiểu, quán sát thân thể mình trên cơ sở chính niệm tướng²⁹⁹ với mục đích kiểm soát những hoạt động của thân khẩu, xem những hành động bất thiện có xuất hiện từ đây hay không. Qua đó mà năng lực của chính niệm tướng và chính tri tướng được phát triển. Với việc giữ giới, hành giả gia lực hai nhân tố quan trọng không thể thiếu được của thiền định: Một mặt là việc hướng tâm vào trong, mặt khác phát triển năng lực của sự tỉnh giác và tự nghiên cứu, quán sát. Đây là mối liên hệ giữa giới và định trong ba môn học.

Nếu giữ giới trong phạm vi Biệt giải thoát thì việc quan trọng nhất là diệt bỏ những hành động tổn hại người. Điểm quan trọng của việc giữ giới Bồ Tát là xa lìa những ý niệm cũng như hành động vị kỉ. Điểm trọng yếu trong giới luật của hệ thống tan-tra là việc ngăn cản các trình hiện tâm thường và những khái niệm cho chúng là những việc tầm thường³⁰⁰

Trong tất cả những cỗ xe — thấp cũng như cao — thì các phương pháp thực hiện tam học tương tự như nhau. Một lí do vì sao chỉ có tam học liên hệ đến việc tuân phục tâm: trì giới giúp tâm giữ tập trung, bất phân tán; tu tập thiền định trợ giúp chuyển hóa tâm trạng không cân bằng thành một trạng thái cân bằng của thiền định tinh thâm; và thực hành phát triển trí huệ trợ giúp giải thoát một tâm thức đang bị trói buộc. Một lí do khác vì sao chỉ có tam học — không hơn không kém — có liên quan đến hiệu quả của mỗi môn học: Một hiệu quả của giới học là tái sinh trên thiện đạo của dục giới, sinh thành người hoặc chư thiên; một hiệu quả của định học là tái sinh, sống vui sướng trong các cõi thiên của sắc và vô sắc giới; và một hiệu quả của huệ học là chứng đạt giải thoát.

Một lí do khác vì sao lại là tam học có liên hệ đến những phiền não được tiêu trừ qua tam học này: Giới học đàn áp phiền não, ngăn cản không để chúng phát triển trở thành hành động. Nếu phát tâm sân hận một người nào đó và ý niệm hại người ấy sẵn khởi, hành động hại người từ ý niệm bất thiện này sẽ được ngăn cản bởi nguyên tắc bất hại được phát nguyện ban sơ. Định học ngăn cản trường hợp phiền não xuất hiện tự do tùy tiện trong tâm; và huệ học tận trừ phiền não ngay cội rễ của chúng.

Phật giáo thường nhấn mạnh tầm quan trọng của việc tự chủ, tự kiểm soát. Nhưng thời nay, nhiều người nói là không nên đè ép những tâm trạng tham, sân khi chúng xuất hiện mà thay vào đó để chúng tung hoành, hiển bày. Tôi nghĩ là trong trường hợp phiền muộn được gây ra bởi một khủng hoảng tâm

linh thì quả thật là hay nếu bệnh nhân bày tỏ những cảm giác của mình; nhưng khi để những tâm trạng như sân, ái tự do hiển bày khi chúng xuất hiện thì người ta không thể tiêu diệt chúng — chúng sẽ thường xuyên xuất hiện.

Người ta có thể biết được qua kinh nghiệm bản thân là tâm trạng mình sẽ tiến bộ, thiện hảo dần dần theo năm tháng nếu cố gắng tự chủ bằng kỉ luật và chính niệm tương. Cũng có khi người ta rất dễ nổi giận lôi đình ban đầu nhưng với thời gian, tàn số và bạo lực sẽ tự giảm. Nhưng trường hợp cứ để tâm trạng dễ hận thù tự nó hoành hành thì cuối cùng, nó chỉ được gia tăng mà thôi. Chúng ta có thể chắc chắn là không ai thích phần hận. Khi sân hận đã nổi lên thì người ta mất hết lí trí; đập đổ ngay cả những vật sở hữu thật đẹp. Ngoài ra còn cảm thấy một tâm trạng hối hận sau cơn nổi giận cuồng điên này — ít nhất là hối tiếc những gì đẹp đẽ đã bị đập nát. Vì vậy mà chẳng ai thú vị gì với một tâm trạng sân hận, và điều hay hơn nhiều là làm chủ, kiểm soát được nó. Lúc đầu thì việc này đương nhiên là không đơn giản nhưng qua sự quyết chí, am hiểu và cương nghị thì tình thế dần dần khả quan hơn. Để được như thế thì người ta phải tự học hỏi, tự nghiên cứu và làm việc với chính mình một cách minh triết; hoàn toàn chẳng đem đến lợi ích gì nếu người ta chỉ ham muốn đạt được một việc bằng một cách cứng đầu khó dạy. Tâm thức có một đặc tính là có khả năng biến đổi nếu người ta kiên trì một nguyện vọng thật tế — ví dụ như sẽ đạt được cấp bậc phát triển này, cấp bậc kia trong năm năm kế đến — và cố gắng làm thế nào đó để thực hiện được mục đích này.

Ba mươi bảy thành phần trợ đạo

Tứ niệm xứ³⁰¹ — Ba mươi bảy thành phần trợ đạo là những thành phần cơ bản của con đường tu tập. Chúng được phân thành bảy nhóm và nhóm đầu tiên là Tứ niệm xứ, bốn cách quán sát sự vật một cách tỉnh giác. Tứ niệm xứ bao gồm quán thân³⁰², quán thọ³⁰³, quán tâm³⁰⁴ và quán pháp³⁰⁵. Người ta quán sát thân thể, các thọ tướng, tâm thức và hiện tượng, tìm hiểu những đặc tính riêng cũng như những đặc tính chung của chúng để rồi ngộ được bản tính đích thật của chúng. Có nhiều ý niệm qui về thân giúp hành giả khắc phục lòng tham ái bám chặt vào nó, ví dụ như ý niệm về những điếm thiếu sót, bản chất của thân. Tôi không muốn nêu rõ những lỗi lầm, thiếu sót của thân nơi đây; ai muốn thiền quán chúng có thể sử dụng nhiều cách trình bày của Long Thụ trong Bảo hành vương chính luận và Tịch Thiên trong Nhập bồ-đề hành luận.

Trong lúc quán thân, hành giả hình dung thân thể như một vật nào đó có bản chất bất tịnh để rồi nhận thức được bản chất khổ của nó. Đây là một phương tiện phá vỡ ý nghĩ chấp trước vào thân thể vì tham ái và tạo nguyện vọng giải thoát ra khỏi thân thể bất tịnh này. [Quán thân có liên hệ trực tiếp với Khổ đế.]

Trong lúc quán thụ, hành giả suy nghĩ về bản tính của thụ tướng dễ chịu, khó chịu và trung tính. Trong lúc này, người ta nên chú ý đến sự thật là thụ tướng là một duyên và chính trên cơ sở của duyên này mà tham ái xuất hiện; vì qua những thụ tướng khó chịu nên lòng ham muốn li biệt xuất phát, và qua thụ tướng dễ chịu mà lòng ham muốn không li biệt hiện hành. Nếu suy nghĩ kỹ về việc này thì có thể hiểu rõ hơn những điểm bất lợi của tham ái, nhân tố căn bản trong phạm vi Tập đế.

Trong phạm vi quán tâm, người ta nghiên cứu những đặc tính riêng biệt của tâm thức. Một tính rất đặc thù của tâm thức là biến chuyển từ khoảnh khắc này sang khoảnh khắc khác, nhưng đồng thời vẫn có một đặc tính là liên tục không bao giờ bị gián đoạn và chấm dứt. Trong phạm vi những suy luận này, người ta có thể nhận biết không có một tự ngã nào cá biệt, nằm ngoài tâm. Nhận thức này dẫn đến sự xác định vô ngã, nghĩa là không có một cái »ta« độc lập, thường hằng nào tồn tại. Với việc thiền quán sự kiện này, người ta sẽ thông hiểu [Thánh đế thứ ba — Diệt đế — là:] thái bình của vô ngã chính là niết-bàn.

Quán pháp có nghĩa là nghiên cứu những đặc tính của các hiện tượng để xác định hiện tượng nào phải được xả bỏ và hiện tượng nào không. Nếu tiếp tục suy nghĩ như thế thì sẽ đạt được sự hiểu biết về Đạo đế.

Sau khi chú tâm vào những đặc tính riêng biệt của thân thể, thụ tướng, tâm thức và hiện tượng, hành giả suy nghĩ về những đặc tính tổng quát của chúng. Chúng được trình bày qua Tứ pháp ấn, một cách xác định tông chỉ của Phật giáo. Tôi đã nói về Tứ pháp ấn trong ngày đầu [Trong mối quan hệ với những tiêu chuẩn cơ bản để phân biệt giữa Phật tử và không phải Phật tử]:

1. Các hành vô thường;
2. Những gì ô nhiễm là khổ;
3. Các pháp vô ngã;

4. Niết-bàn tịch tĩnh.

Nếu thấy được tính vô thường của tất cả những gì hữu vi thì chúng ta sẽ nhận thức được là chúng xuất hiện qua động lực của những nhân tố khác — vì chúng lệ thuộc vào nhân duyên. Từ đó mà người ta có thể tin chắc là với những nhân duyên thích hợp, ta có thể chấm dứt được khổ và thực hiện an lạc. Như vậy, người ta có thể tìm được niềm tin và hi vọng với nhận thức là khổ có thể được chấm dứt và an lạc có thể được chứng đạt.

Qua sự tìm hiểu pháp ấn thứ hai — những gì ô nhiễm là khổ —, người ta phát hiện được căn cơ của khổ. Người ta hiểu rằng, các pháp trong vòng sinh tử bị ô nhiễm trong ý nghĩa chúng chịu ảnh hưởng của các nhân tố khác, ảnh hưởng của các nhân tố ô nhiễm — những hành động ô nhiễm và phiền não — và vì vậy, bản chất của chúng không nằm ngoài phạm vi khổ. Từ nhận thức này mà người ta sản sinh nguyện vọng không chỉ tiêu diệt những dạng khổ tạm thời, mà còn khắc phục được căn cơ chính của khổ. Nếu nói về những »hiện tượng ô nhiễm«³⁰⁶ thì những hiện tượng này là những gì được hình thành bởi ô nhiễm và ô nhiễm chính là những hành động — là nghiệp — và phiền não. Có nhiều cách giải thích về những gì »bị ô nhiễm«³⁰⁷ và »không bị ô nhiễm«³⁰⁸ tùy trường hợp.

Trong khi tìm hiểu về pháp ấn thứ ba với nội dung là các hiện tượng đều vô ngã, người ta sẽ nhận ra cội nguồn của khổ là một tâm thức điên đảo, một tâm thức ô nhiễm kiến giải sai lầm là có một sự tồn tại trên cơ sở tự tính, một »tự ngã«; và người ta sẽ hiểu là kiến giải sai lầm về tồn tại này có thể được tận diệt; và qua đó, giải thoát có thể được thực hiện. Và nếu đã hiểu được là kiến giải chấp vào tồn tại bởi tự tính — nhân tố duy trì vòng sinh tử — có thể được an tịnh thì người ta cũng thông suốt được pháp ấn thứ tư: Niết-bàn là an bình tuyệt đối, trường tồn — là mục đích phải đạt được.

Qua sự chú tâm tỉnh giác vào những đặc tính riêng biệt của thân thể, thụ tướng, tâm thức và các pháp, người ta sẽ nhận ra bản tính vô thường, tạo khổ của chúng. Qua đó mà người ta không còn lưu ý gì đến những đặc điểm hiển hiện của cuộc sống này, và cũng từ khước quan điểm cho rằng khoái lạc an vui của những cõi sống cao cấp trong vòng sinh tử là mục đích phải đạt được trong những cuộc sống kế đến. Cùng với việc khắc phục sự đề cao quá mức cuộc sống này và những cuộc sống trong tương lai, người ta phát triển một tâm thức hướng về sự giải thoát hoàn toàn ra khỏi phạm vi của vòng sinh tử với tất cả những biến hình của nó.

Vì lí do gì mà phải tọa thiền quán khổ? Thánh Thiên nêu rõ trong tác phẩm Tứ bách luận:

Làm sao trong tâm của một người không nhàm chán [luân hồi sinh tử] có thể xuất phát được nguyện vọng tinh thâm chấm dứt nó?

Làm sao mà có được sự phát triển tâm thức cầu đạt giải thoát ra khỏi luân hồi sinh tử nếu một tâm trạng thất vọng về nó không xuất hiện trước đó? Vòng sinh tử có bản chất là khổ, và một điều chắc chắn là chúng ta không muốn khổ; vì vậy mà điểm quan trọng đầu tiên là nhận thức được những nỗi khổ là khổ, và phát triển một tâm trạng nhàm chán, từ khước mà từ đó, nguyện vọng cầu đạt giải thoát có thể được sinh thành.

Và qua sự suy nghĩ về những nỗi khổ phải kham chịu, người ta phát triển một thái độ cố gắng chứng đắc giải thoát, đạt niết-bàn. Ta suy nghĩ: »Giá mà đạt được giải thoát!« Nếu thái độ này đủ mạnh, quyết chí đạt giải thoát thì người ta sẽ đạt Tư lương đạo của Thanh văn hoặc Bồ tát thừa.

Và nhân đây tôi cũng muốn chấm dứt cách trình bày Tứ niệm xứ.

Tứ chính cần³⁰⁹ — Nhóm thứ hai của Ba mươi bảy thành phần trợ đạo là Tứ chính cần. Bốn điểm này chính là bốn hành động tinh tiến: tinh tiến đạt những đức hạnh chưa đạt được; tinh tiến trau dồi những đức hạnh đã sẵn có trong một phạm vi nào đó; tinh tiến không để những điều ác chưa được thực hiện xuất hiện; và tinh tiến vượt qua những điều ác đã xuất hiện.

Tứ như ý túc³¹⁰ — Nhóm này bao gồm bốn thành phần hỗ trợ các thắng trí siêu nhiên. Với những thắng trí này — được hình thành trong quá trình thiền định thâm sâu —, người ta có thể đi đến những tịnh độ của chư Phật và tương tự; vì vậy mà những nhân tố trợ giúp việc này được gọi là sự hỗ trợ (túc) để đạt những điều như ý. Chúng được gọi chung là Tứ như ý túc.

Tư lương đạo được chia thành ba cấp: sơ, trung và cao. Khi người ta đã phát triển ý nguyện giải thoát khỏi vòng sinh tử một cách tuyệt đối trong một phạm vi như tôi đã đề cập đến thì đã bước vào sơ cấp của Tư lương đạo. Để đạt đến cấp bậc trung và cao thì người ta phải thực hiện thiền định vì không có nó thì không thể nào đạt những tiến bộ nêu trên. Tinh tiến không thôi cũng chưa đủ. Đó là lí do vì sao Tứ như ý túc được trình bày ở đây.

Trong trường hợp này tôi muốn trình bày một cách ngắn gọn về việc thực hiện cấp bậc »Chỉ« của thiền định. Thiền rất được phổ biến thời nay và vì

vậy chúng ta cũng nên xem xét chủ đề này kỹ một chút. Nhìn chung thì có hai loại thiền. Một loại mang tính chất tập trung lắng đọng và loại thứ hai có đặc điểm là phân tích. Loại thiền thứ nhất cũng được gọi là Chỉ và loại thứ hai là Quán³¹¹. Chúng là căn cơ của tất cả những thiền pháp thế gian cũng như xuất thế gian và chỉ được phát triển trong các cỗ xe của Phật giáo.

Chỉ và Quán thật chất là gì? Nếu lấy kinh Giải thâm mật làm điểm y cứ thì chúng ta có thể nói rằng Chỉ xuất hiện khi tâm không còn hôn trầm hoặc hội hợp không yên, tập trung chuyên nhất vào một đối tượng và an trụ tại đây, và khi năng lực của sự tập trung này dẫn đến một tâm trạng an lạc được tạo bởi một trạng thái khinh an của tâm tư và thân thể. Quán được thực hiện qua sự cảm nhận an lạc được tạo bởi thân tâm khinh an vững chắc, xuất phát từ một sự tập trung phân tích đối tượng.

Để đạt an lạc trên một cơ sở thân tâm khinh an vững chắc, xuất phát một sự tập trung phân tích đối tượng nhận thức, trước hết người ta phải đạt tâm trạng an lạc được tạo bởi một trạng thái khinh an của tâm tư và thân thể xuất phát từ sự tập trung lắng đọng và kiên cố của tâm thức. Một trình tự khác không thể có được. Vì lí do này nên Tịch Thiên trình bày trong luận Nhập bồ-đề hành là Quán — với khả năng diệt trừ phiền não — hoàn toàn tùy thuộc vào Chỉ:

Sau khi nhận thức được là phiền não có thể khắc phục được bằng Quán — và Quán vững chắc kiên cố được bởi vì Chỉ —, trước hết, ta nên tu tập Chỉ.

Ai đã đạt Chỉ vững chắc thì hãy cố gắng phát triển Quán.

Chỉ có bản tính thiền tập trung lắng đọng, trong khi Quán lại có tính chất thiền phân tích, nhưng như thế không có nghĩa là mỗi loại thiền tập trung đã là Chỉ và mỗi loại thiền phân tích tương đồng với Quán. Và cũng không phải mỗi phương pháp thiền có thể nhận thức được cách tồn tại tuyệt đối của các hiện tượng — Tính không của chúng — đều là Quán. Ngược lại, Chỉ không tất nhiên là một phương pháp thiền hướng đến một đối tượng của các hiện tượng đa dạng; nó cũng có thể hướng về một đối tượng nhận thức như là cách tồn tại tuyệt đối của hiện hữu. Chỉ và Quán là những loại thiền định khác nhau, được phân biệt trên quan điểm phương pháp thực hiện, không phải trên quan điểm chủng loại của đối tượng nhận thức.

Vì lí do gì mà phải phối hợp Chỉ và Quán? Như tôi vừa nói xong, năng lực phân tích, nghĩa là năng lực của Quán chỉ có thể đạt được bằng cách phát triển thêm vào một tâm trạng kiên cố đã được hình thành trước đó. Đề so

sánh: Nếu muốn thấy vật gì trong bóng tối, người ta phải cần đến một ngọn đèn. Và ngọn đèn này hơn nữa phải sáng và không được chao động vì gió. Cũng như vậy, người ta cần một tâm thức không »chao động«, không bị quấy nhiễu bởi những ý niệm hoặc các trạng thái hôn trầm, trạo cử. Tâm thức phải đạt cả hai, phải kiên cố vững chắc và thêm vào đó là khả năng phân tích.

Giáo lí của Vô thượng du-già tan-tra cho rằng Chi và Quán có thể được thực hiện cùng lúc qua một phương pháp đặc biệt. Hệ thống này cũng bảo rằng, Quán cũng có thể được thực hiện bằng một phương pháp không cần đến cách thiền phân tích như thường lệ mà thực hiện loại thiền có tính cách tập trung. Nguyên nhân là những phương pháp tu tập đặc biệt của Vô thượng du-già mà tôi đã đề cập đến. Nếu được áp dụng một cách đúng đắn thì chúng có thể mau chóng dẫn đến một sự thành đạt Chi và Quán cùng lúc.

Phương pháp tu Chi

Bây giờ chúng ta hãy nói đến phương pháp thực hiện Chi. Đầu tiên, chúng ta phải quan tâm đến chủ đề những việc cần phải được chuẩn bị trước. Giới học được xem là căn bản. Thêm vào đó người ta cần một nơi hoàn toàn vắng vẻ, không huyên náo³¹². Chỗ ngồi thiền không được quá ồn ào bởi những âm thanh phát từ những yếu tố [như đất, nước, gió, lửa], ví như gần một thác nước. Vì người đời dạy rằng, huyên náo là gai đâm của sự tập trung. Thế nên người ta không nên chọn một chỗ tu tập dưới đường bay lên xuống của phi cô! Về chính bản thân thì biết đủ³¹³ và ít ham muốn³¹⁴ là những điều quan trọng. Tất cả những công việc thế tục đều phải được gác qua một bên hoàn toàn³¹⁵. Việc ăn uống cũng đóng một vai trò quan trọng; không nên ăn quá nhiều. Nếu ăn nhiều quá tâm sẽ lơ mơ không tinh tiến và thậm chí người ta sẽ khó ngồi thẳng đứng được. Vì vậy mà nên ăn ít hơn một chút. Cũng nên ngủ có tiết độ và đương nhiên là không được uống rượu trong thời gian này.³¹⁶

Nếu đã đạt những điều kiện tiên quyết trên thì phải chú ý đến tư thế ngồi thiền. Nên ngồi theo thế »Kim cương tọa«,³¹⁷ hai chân chéo và nhau. Thế ngồi này có thể làm đau trong vài trường hợp và nhiều người chỉ tập trung vào hai bắp chân trong suốt thời gian ngồi thiền vì quá đau. Trong trường hợp này thì thật là không phải lỗi làm gì nếu thay vì vậy ngồi trên một cái ghế. Hai bàn tay ngửa lên trên và nằm dưới rốn khoảng bốn ngón tay chập lại, tay trái nằm dưới tay phải và hai đầu ngón cái chạm nhau. Nếu ngồi theo kiểu kim cương tọa thì nên để một vật gì thêm phía sau mông để phía sau

cao hơn một ít. Lưng thẳng đứng như một mũi tên, hai vai ở trong thế tự nhiên và cánh tay không áp sát quá vào thân vì có thể làm nóng. Đầu hơi nghiêng về phía trước. Đầu lưỡi chạm vào phía sau của hàm răng trên và qua đó, người ta ngăn cản được hơi thở mạnh và triệu chứng khát nước. Răng và môi ở trong tư thế bình thường. Ai không còn răng thì có thể ngậm miếng ép môi lại! Cặp mắt nhìn xuôi theo sống mũi. Nếu mũi nhỏ quá thì cũng có thể có nhiều vấn đề. Nếu như thế thì không cần phải nhìn thấy chóp mũi; cặp mắt nhìn vượt qua chóp mũi cũng đủ. Là người phương Tây với mũi to nên có lẽ quý vị chẳng có vấn đề gì trong trường hợp này!

Một câu hỏi khác là nên nhắm hoặc mở mắt. Đối với những người nào chưa có nhiều kinh nghiệm thì nhắm mắt có thể thích hợp hơn, nhưng cũng nên biết là thiền định thật sự không xuất phát từ nhãn thức, mà từ tâm thức. Có nghĩa là, nếu đã quen ngồi thiền thì nhắm hay mở mắt không thành vấn đề; không cần phải nhắm mắt nữa. Đối với những người đeo kính thì tâm thức có thể trong sáng hơn nếu họ mang kính, nhưng có thể qua đó mà giảm bớt kiên cố; trong khi mang kính thì có một tâm thức kiên cố, nhưng lại không trong sáng lắm. Nguyên nhân nằm ở mối liên hệ mật thiết giữa tâm thức và nhãn thức. Ngồi thiền trước một bức tường như Thiền tông thường khuyên dạy cũng là một việc hữu ích.

Ngày mai tôi sẽ nói về những đối tượng thiền quán.

---o0o---

Chương 07. Thiền định

Vấn đáp

- **Hỏi:** Nếu tham ái và sân hận không thể cùng nhau xuất hiện — vậy thì Ngài giải thích thế nào về những mối quan hệ yêu-ghét thường được gặp giữa hai người có quan hệ rất thân với nhau?
- **Đáp:** Tôi đã nói về việc hai tâm trạng yêu và ghét không thể nào xuất hiện đồng thời, trong cùng một thời điểm. Trong lúc một cảm nhận yêu thương có mặt thì cảm nhận thù ghét không thể nào cùng xuất hiện. Lại là một chuyện khác nếu xem xét hai khoảng thời gian khác nhau: Chúng ta chắc chắn biết từ kinh nghiệm bản thân là có những người bạn thân, hoặc những cặp vợ chồng luân phiên cãi cọ, rồi sau lại thân thuộc với nhau.

● **Hỏi:** Có phải là một điều có ích, đáng khuyên nếu được thối miên, dẫn dắt về cuộc sống trước đây hoặc giai đoạn trung hữu để hiểu rõ cuộc sống này hơn?

● **Đáp:** Tôi nghĩ là việc này còn tùy thuộc vào mỗi trường hợp. Đối với một vài người thì đây có thể là một sự giúp đỡ vì người ta được nhắc đến những việc thiện đã làm và những hành động thiện trong cuộc đời này có thể vì vậy mà được phát khởi. Nhưng cũng có người có thể qua đó mà nhớ lại những biến cố kinh khủng làm họ lo sợ.

● **Hỏi:** Cha mẹ có trách nhiệm gì đối với con cái về mặt tâm linh?

● **Đáp:** Đây là một vấn đề rất quan trọng. Tương lai của trẻ thơ có mối liên hệ mật thiết với thời đoạn đầu, lúc còn sống với cha mẹ. Chúng được đào tạo ở trường học nhưng trình độ học vấn đạt được nơi này chỉ là một khí cụ. Con người — bất cứ trường hợp được gọi là một »linh hồn«, một »tự ngã« hay không — là người sử dụng những khí cụ này và một sự phát triển lành mạnh của con người này bị ảnh hưởng rất mạnh bởi bầu không khí, môi trường gia đình. Trong trường hợp này thì cha mẹ có trách nhiệm nuôi nấng con mình trở thành một người tốt. Việc này không tùy thuộc vào việc họ có tin vào một tôn giáo nào hay không. Vì đây không phải là một vấn đề tôn giáo thuần túy mà hơn nữa, nó là một vấn đề trách nhiệm giúp đỡ của cha mẹ để con cái mình phát triển lành mạnh, tốt đẹp.

● **Hỏi:** Được nói là một vị Thanh văn không cố gắng để nhận thức được Tính không cách tuyệt tồn tại trên cơ sở tự tính mà chỉ cố gắng chứng ngộ được một loại Tính không thô sơ hơn. Thế thì một Thanh văn làm sao trở thành một bậc Sát Tặc đích thật được?

● **Đáp:** Cơ bản là chúng ta phải phân biệt giữa một đại biểu của giáo lý Thanh văn và một hành giả trên con đường Thanh văn. Và cũng như vậy, phải phân biệt giữa một đại biểu của giáo lý Đại thừa và một hành giả trên con đường Đại thừa. Ví dụ như có thể có trường hợp là một người nào đó, nhìn theo phương diện triết lý và tông phái là một đại biểu của Đại tì-bà-sa bộ — một trường phái Thanh văn — nhưng nhìn theo khía cạnh động cơ thực hiện thì lại là một hành giả Đại thừa. Nói một cách khác, có thể có một vị Bồ Tát đại diện cho Đại tì-bà-sa bộ trên phương diện triết lý. Và cũng tương tự như vậy, có thể có trường hợp một người nào đó đại diện cho triết lý Trung quán-Cụ duyên — triết lý Đại thừa — nhưng nhìn theo phương diện động cơ thực hiện thì lại là một Thanh văn.

Trong mọi trường hợp, người nào đã đạt được một nhận thức vô khái niệm, một nhận thức trực tiếp về Tính không thì nhận thức này bắt buộc đã phải được phát triển trên cơ sở triết lí của phái Cự duyên. Như vậy thì ông ta là một hành giả của phái Cự duyên. Nhưng như thế không có nghĩa là người nào thừa nhận triết lí của phái Cự duyên tất nhiên là một đại biểu của hệ phái này, cũng như trường hợp không phải một Phật tử nào cũng phải là đại biểu của một hệ thống triết lí. Vì để xác nhận được là một người nào đó là một đại biểu của một hệ thống triết lí nhất định thì người ấy phải nghiên cứu tường tận và thông thạo những bộ kinh, luận của hệ thống này, và người ấy phải có khả năng trình bày hệ thống này với luận cứ. Vì vậy mà người nào đó có lẽ phải hùng biện lắm mới có thể trở thành đại biểu của một hệ thống triết lí! Qua đó mà chúng ta thấy: Những người nhận biết được ý nghĩa căn bản của một hệ thống nhưng chỉ lưu giữ ở nơi mình, không truyền trao cho ai không được xem là đại biểu theo ý nghĩa thông dụng của danh từ này.

- **Hỏi:** Khác với Phật giáo, các tôn giáo Tây phương sử dụng danh từ »Thượng đế«³¹⁸. Tính không và niết-bàn có thể nào được xem là Thượng đế? Nếu tất cả các phiền não chướng với kiến giải chấp vào tồn tại bởi tự tính được tận diệt — có thể nào nhận ra tất cả đều là Thượng đế?

- **Đáp:** Nếu Thượng đế được diễn giảng như một chân lí, một hiện thật tuyệt đối thì ta có thể xem tính vô ngã là Thượng đế, thậm chí là một Đấng tạo tác trong ý nghĩa vạn vật hình thành và hoại diệt trong phạm vi Tính không cơ bản của chúng. Theo nghĩa này thì Tính không là cơ sở của tất cả sự vật; vì Tính không nên sự vật mới có thể biến chuyển, có thể xuất hiện và có thể hoại diệt.

Trong trường hợp triết lí Nhị đế — Hai chân lí —, nhiều người hiểu lầm là một hiện tượng duy nhất được nhìn nhận trên cơ sở của hai loại tầng cấp tâm thức khác nhau, là sự thật tuyệt đối hoặc sự thật tương đối. Họ nghĩ là khi một người có quan niệm là một hiện tượng tồn tại trên cơ sở tự tính thì hiện tượng này là một sự thật tương đối đối với người này, và khi quan niệm này không còn nữa thì là sự thật tuyệt đối. Nhưng trường hợp này không phải như vậy.

Danh từ Phạn ngữ dành cho sự thật tương đối samvṛti-satya có nguyên nghĩa là »sự thật (satya) dành cho một tâm thức che đậy (samvṛti)«. Nói chung thì chữ samvṛti được dùng cho cả hai trường hợp, những qui ước thế tục, những gì hữu vi cũng như những gì che đậy. ý nghĩa chính của chữ này trong mỗi

liên hệ với sự thật tương đối lại là »che đậy« như Nguyệt Xứng trình bày trong luận Nhập trung quán.³¹⁹

Đấng Thiện Thệ dạy rằng, si³²⁰ là cái »che đậy«, bởi vì nó che đậy bản tính [thật sự của sự vật].

Theo khía cạnh có kiến giải chấp vào tồn tại trên cơ sở tự tính, tin vào một »tự ngã« thì một tâm thức bình thường là vô minh. Và như vậy, nó che đậy sự thật của tính vô ngã. Vì vậy mà nó được gọi là tâm thức »che đậy«. Một sự thật tương đối là một cái gì đó có thật đối với tâm thức này. Nguyệt Xứng bảo rằng, đối với những vị Thanh văn, Độc giác, những vị đã hoàn thành con đường tu tập của riêng mình, đã trở thành những bậc Sát Tặc, cũng như những vị Bồ Tát ở địa vị thứ tám của thập địa hoặc cao hơn nữa, các hiện tượng tương đối chỉ là những gì tương đối, nhưng không phải là sự thật tương đối, bởi vì họ không còn vô minh, không còn ôm ấp kiến giải chấp vào tồn tại trên cơ sở tự tính. Như vậy thì họ không còn mang tâm thức che đậy hoặc tương đối — một tâm thức mà đối với nó, những hiện tượng tương đối này có thể là sự thật. Như vậy là danh từ »sự thật« trong biểu thị »sự thật tương đối« không có nghĩa là một sự thật thật có, mà chỉ là một sự thật đối với một tâm thức nhất định nào đó.

Theo đó thì những hiện tượng tương đối chỉ là sự thật đối với những tâm thức u mê, vô minh, những tâm thức chấp vào tự ngã; ngoài chúng ra thì chẳng còn một tâm thức nào có thể xác nhận chúng là sự thật. Chỉ có một tâm thức vô minh mới tin chúng là sự thật, nghĩa là chúng tồn tại y như lối trình hiện của chúng. Vì vậy, chúng ta phải hiểu là biểu đạt »sự thật tương đối« là một cái gì đó được miêu tả, là một sự thật dành cho một cách nhìn si mê chấp vào tự ngã.

Người ta phải kết luận từ đây là những hiện tượng tương đối chỉ tồn tại đối với một tâm thức vô minh? Không! Các hiện tượng tương đối thật sự tồn tại tương đối; chúng là những hiện tượng với một cách tồn tại được chứng minh bởi nhận thức chính xác. Vì vậy mà một tâm thức xác nhận sự tồn tại của chúng không thể là một tâm thức bị lừa đảo, vô minh, mà phải là một nhận thức chính xác. Như thế thì chúng ta phải phân biệt giữa một tâm thức vô minh — một tâm thức mà đối với nó, những hiện tượng tương đối là »những sự thật« — và một tâm thức dưới dạng một nhận thức chính xác mà qua đó, chúng được xác nhận là tồn tại.

Từ nguyên của biểu đạt »sự thật tuyệt đối«³²¹ — parama-artha-satya trong Phạn ngữ — được các đại biểu của hệ phái Cự duyên giải thích như sau: Bởi vì Tính không là một hiện thật³²² (artha), là tuyệt đối³²³ (parama) và một sự thật³²⁴ (satya) nên nó là một sự thật tuyệt đối. Ngược lại, hai chữ parama và artha được diễn giảng khác nhau trong hệ phái Y tự khởi: Tính không là một sự thật, là một hiện thật được trí huệ tuyệt đối nhận thức; hoặc một cách khác: Tính không là một sự thật dành cho hiện thật tuyệt đối, tức là trí huệ tuyệt đối.

● **Hỏi:** Ngài có thể nói gì thêm về việc mất một cái »ta« trong trường hợp bệnh thân kinh?

● **Đáp:** Có nhiều cấp bậc của bệnh thân kinh. Như tôi đã trình bày trong câu trả lời về vấn đề chữa trị phiền muộn trầm trọng, một vài trạng thái hiện tại có lẽ không chữa trị được. Như Tịch Thiên nói trong luận Nhập bồ-đề hành, nhìn chung là chúng ta phải để ý đến tâm thức: Một mặt phải cẩn thận khi đạt nhiều thành quả vì có cơ nguy là tự phụ, ngạo mạn và mắc vướng vào những việc không tương can gì đến tâm đạo. Nhưng mặt khác lại phải cẩn thận khi thất bại, không hoàn tất được một việc gì hoặc tương tự vì cũng có cơ nguy tuyệt vọng, phải trải qua một quá trình tương tự như một »cái chết của tâm linh« — một hậu quả có ảnh hưởng rất lớn đến cuộc sống và thực hành theo tâm đạo sau này. Hai tâm trạng kiêu ngạo và tuyệt vọng đối nghịch nhau; người ta phải thực hiện những phương pháp khác biệt để đối trị chúng. Tôi nghĩ là những phương pháp đối trị này có quan hệ với vấn đề ông vừa nêu ra.

Trong những trường hợp mặc cảm tự ti quá độ, người ta nên tư lự như sau theo cách nhìn của Tịch Thiên:³²⁵

Ngay cả những con bọ, con trùng cũng có Phật tính; thậm chí có thể đạt vô trụ niết-bàn với năng lực tinh tiến và sự hỗ trợ của tha duyên. Tôi được sinh ra làm người, với khả năng hiểu biết những gì phải được buông xả và những gì phải được chấp trì trong khi thực hành. Vì vậy nên không có lí do gì để tôi phải tuyệt vọng. Các Thánh nhân cao siêu thời xưa là những người có một cuộc sống cơ bản như tôi. Nhìn chung thì họ hoàn toàn không khác.

Qua cách suy nghĩ như trên chúng ta có thể phát huy ý chí trở lại.

● **Hỏi:** Thế nào là bản tính của một Phật tính tự phát triển và nó được biến chuyển thành một Sắc thân Phật như thế nào?

● **Đáp:** Chúng ta mang trong liên tục thống nhất thể một tiềm năng. Nó có thể tạo ra những đặc tính không bị ô nhiễm trong tương lai nếu chúng ta dẫn khởi, tạo điều kiện cho những duyên thiện hảo tương hợp. Tiềm năng này nằm trong trạng thái của một Phật tính tự phát triển khi nó được nuôi dưỡng, có nghĩa là được khởi động.

● **Hỏi:** Thuyết tiến hóa trình bày sự phát triển của những dạng sinh vật từ thấp đến cao, ví dụ như con người xuất phát từ giống thú. Ngược lại, Phật giáo lại miêu tả vòng sinh tử như một sự thăng trầm, biến chuyển theo chu kì. Ngài có thể tổng hợp hai quan điểm này một cách hợp lí?

● **Đáp:** Cách giải thích của thuyết tiến hóa và cách trình bày của Phật giáo — cho là việc tái sinh của con người không có cố định — phải được xem xét theo những trường hợp hoàn toàn khác nhau. Sự tiến hóa có liên hệ với sự phát triển của một thế giới nhất định này trong khi sự bất định của tái sinh lại quan hệ với sự tái sinh của một người nhất định, có thể xảy ra ở nhiều thế giới khác nhau: Một thiên nhân có thể tái sinh thành người, một người có thể tái sinh trong cõi thiên, cũng có thể tái sinh trong địa ngục và tương tự. Điểm mâu thuẫn khả hữu giữa hai cách giải thích không nằm ở chỗ này.

Nhưng những cách giải thích khác biệt nhau về sự hình thành của thế giới này lại là một vấn đề khác. Luận A-tì-đạt-ma câu-xá của Thế Thân cho rằng, cuộc sống của những người đầu tiên trên thế giới này dài »vô lượng« và thân thể của họ giống như thân thể của chư thiên, một loại thân của tâm linh. Và vì vậy, họ không phải ăn những loại thức ăn thô mà chỉ ăn những gì được tạo qua thiền định. Giới tính khác biệt cũng không có nơi đây. Nhưng, điều kiện sinh sống dần dần thấp kém, thọ mệnh ngày càng giảm và sẽ giảm hơn trong tương lai cho đến mức tối thiểu là mười năm. Điểm nan giải ở đây là làm thế nào để phối hợp cách giải thích này với thuyết tiến hóa của Darwin. Chúng ta làm thế nào để có thể thỏa hiệp? Thú thật là tôi không biết. Có thể là chúng ta phải nheo mắt mỉm cười một lần nữa về cách giải thích của Thế Thân!

Nhưng cũng có thể có trường hợp hai khúc tuyến phát triển trên hai tầng cấp khác nhau diễn biến đồng thời. Một vài người ở đây có thể thích nghe những chuyện huyền bí. Tại Tây Tạng, người ta thấy nhiều trường hợp nhiều trẻ con xuất sinh từ những thân thuộc ở cõi thiên — ngay trong thời đại này. Trong thời cha mẹ tôi có một người tên là Ga-gja-đam-nga ở một miền gần Hor, Bắc Tây Tạng, được biết là con của thiên nhân. Bà mẹ sinh ông ra sau khi ngủ với một vị thiên thần ở địa phương này. Ông ta là một tướng cướp

rất mạnh và khon, không ai cự địch nổi. Câu chuyện này cho thấy rằng, một mối liên hệ giữa một người và một hữu tình không phải là người cũng có thể xảy ra. Có lẽ sự thỏa hiệp hay nhất là chúng ta cho rằng: Có một tầng cấp chúng sinh phải trải qua một quá trình như Thế Thân trình bày, nghĩa là từ cao xuống thấp và có những loại chúng sinh khác sống cùng trên một hành tinh, phát triển theo thuyết tiến hóa của Darwin.

Truyền thuyết lịch sử của chúng tôi cho rằng, chủng tộc người Tây Tạng xuất phát từ một con khỉ đực và một con ma cái. Như vậy thì sự thỏa hiệp có thể đã được tìm ra: Một cách giải thích tương ứng quan điểm của Thế Thân về phía mẹ và một cách giải thích tương ứng với thuyết tiến hóa của Darwin về bên cha! Một cách giải thích khác là dân Tây Tạng xuất phát từ chủng tộc người Ấn. Như vậy là có nhiều lý thuyết. Tôi cho là một phương pháp chú ý đến nhiều lời giải thích là hay hơn hết. Điều quan trọng trong mọi trường hợp là nên tầm tra, nghiên cứu, ví dụ nghiên cứu với những phương tiện của khảo cổ học như khai quật, thí nghiệm. Ví dụ như vẫn còn nhiều điểm bất đồng trong trường hợp tìm hiểu thời điểm nhập diệt chính xác của Phật Thích-ca Mâu-ni. Một hệ thống cho rằng, thời gian từ đó đến bây giờ đã hơn 3000 năm. Theo một hệ thống khác thì việc này xảy ra trước 2800 năm. Lại một hệ thống khác cho là 2500 năm và tương tự. Nhưng thật tế thì không thể tất cả đều đúng được, chỉ có một mà thôi. Vậy thì có thể là việc hay hơn nếu người ta tính toán qua sự điều tra ngay tại những thành phần còn lại của thể xác Đức Phật thay vì chỉ dựa vào những gì được lưu lại trong dòng lịch sử.

Chúng ta tìm thấy một lời trần thuật rất đáng chú ý của Đức Phật trong một bài kinh, lúc Ngài còn sống tại Ấn Độ. Ngài bảo rằng, sau một khoảng thời gian nhất định nào đó sẽ có loài người xuất hiện tại một xứ tuyết, sau khi một hồ nước đã cạn. Vào khoảng những năm 1947 và 1948, hai người châu Âu là Peter Aufschnaiter và Heinrich Harrer — có thể quý vị đã biết đến — trốn thoát trại tù chiến tranh của người Anh tại Ấn Độ và lánh sang Tây Tạng. Họ được chính quyền Tây Tạng đưa vào làm việc; Aufschnaiter nghiên cứu về việc kiến tạo một công trình thủy lợi. Trong lúc đào vét một con kênh thì ông phát hiện một cái hòm với một bộ xương còn nguyên vẹn cũng như một vài vật dụng như vòng đeo và vài con dao nhỏ bằng sắt. Ông ta gửi bộ xương và những vật dụng này sang châu Âu để nghiên cứu. Người ta tìm ra được là những di vật này đã có trước đây hơn 4000 năm. Như vậy thì rõ ràng là trong thời gian Phật còn sống tại Ấn Độ đã có người cư trú tại Tây Tạng. Và như vậy thì bài kinh nói về sự xuất hiện của loài người tại xứ tuyết sau khi hồ nước đã cạn không thể có mối quan hệ với khắp đất nước

Tây Tạng, mà chỉ quan hệ với vùng đất xung quanh Lhasa và như vậy, vùng đất này đã phải là một hồ nước.

Một luận cứ khoa học khác cũng cho rằng, vùng đất xung quanh Lhasa thời đó là một hồ nước. Vào khoảng năm 1953, một nhóm nghiên cứu bao gồm những nhà khảo cổ và địa chất người Trung Quốc sang Tây Tạng, thực hiện việc khảo cứu tại một địa điểm gần dãy núi phía Bắc Lhasa. Họ tìm thấy một lá cây hóa đá rất lớn và theo lời của một chuyên gia trong nhóm, chiếc lá hóa đá này xác nhận sự chính xác của tài liệu lịch sử Tây Tạng là vùng đất nằm quanh Lhasa trước đây là một hồ nước. Chiếc lá hóa đá là một chứng cứ rõ ràng về việc Lhasa trước đây là một hồ nước, được vây quanh bởi rừng rậm. Nếu chúng ta qui hợp những tài liệu thu thập được thì có thể kết luận là vùng đất xung quanh Lhasa trước đây là một hồ nước, nhưng đồng thời cũng đã có người sinh sống xung quanh. Đây là một ví dụ cho sự hấp dẫn và ích lợi của việc phối hợp thông tin trong kinh sách và những gì tìm được.

● Hỏi: Phụ nữ có khả năng trở thành Bồ Tát, Sát Tặc, Lạt-ma, Chu-cô³²⁶ và những thành viên đáng tôn kính khác của Thánh tăng-già³²⁷ hay không?

● Đáp: Trên quan điểm này thì hoàn toàn không có sự khác biệt nào giữa nam và nữ. Nhưng mặc dù vậy vẫn có một vấn đề; bởi vì trong lúc thực hiện nghi lễ thụ giới cụ túc để trở thành một tỉ-khâu-ni và theo giới luật truyền thống, một tăng đoàn bao gồm tỉ-khâu và tỉ-khâu-ni phải có mặt tại đây. Nhưng các tỉ-khâu-ni Ấn Độ đã thụ giới đầy đủ chưa bao giờ cất bước sang Tây Tạng để buổi lễ thụ giới có thể được thực hiện. Vì lí do này mà sa-di-ni³²⁸ tại Tây Tạng không thể thụ giới cụ túc của một tỉ-khâu-ni³²⁹. Nhưng hiện thời thì có tỉ-khâu-ni trong truyền thống Đại thừa tại Trung Quốc.

Về mặt luật nghi truyền thống, người ta nên biết là có tất cả mười tám hệ phái của Đại tỉ-bà-sa bộ, bắt nguồn từ bốn nhánh chính của bộ này là: Thượng tọa³³⁰, Đại chúng³³¹, Chính lượng³³² và Nhất thiết hữu bộ³³³. Luật nghi của tỉ-khâu³³⁴ tại Thái Lan, Tích Lan và những nước khác [theo Phật giáo nam truyền] xuất phát từ truyền thống Thượng tọa bộ; ngược lại, luật nghi của các tỉ-khâu Tây Tạng bắt nguồn từ truyền thống Nhất thiết hữu bộ. Theo Thượng tọa bộ thì một tỉ-khâu có 227 giới luật, theo Nhất thiết hữu bộ thì 253. Nếu xem xét kĩ từng giới luật thì những điểm khác biệt không đáng kể, những luật nghi quan trọng nhất trùng hợp nhau. Theo Nhất thiết hữu bộ thì cả hai, tỉ-khâu cũng như tỉ-khâu-ni đều phải hiện diện để một buổi lễ thụ giới dành cho tỉ-khâu-ni có thể được thực hiện. Các công trình nghiên cứu cho thấy là không có một trường hợp thực hiện nghi lễ thụ giới tỉ-khâu-ni

nào được truyền lại. Mặc dù [Đức Quang] có nhắc đến luật nghi dành cho tỉ-khâu-ni trong tác phẩm Luật kinh³³⁵, nhưng nó không được phổ truyền tiếp tục. Tuy nhiên, trường hợp này có thể khác với trường hợp tại Trung Quốc; vì vậy mà chúng tôi đang tìm hiểu.

Theo Luật kinh thì hệ thống truyền giới cho tỉ-khâu và tỉ-khâu-ni phải bắt đầu từ Phật Thích-ca Mâu-ni. Trong hệ thống tan-tra thì việc này không cần thiết. Một vị Lạt-ma đầy đủ tư cách có thể thụ nhận những phương pháp tu tập tan-tra nhất định nào đó qua một linh ảnh và truyền lại cho người khác. Nhưng trong trường hợp giới luật của tỉ-khâu và tỉ-khâu-ni thì hệ thống truyền giới bắt buộc phải bắt nguồn từ Đức Phật; nếu nhận được qua một nhận thức thanh tịnh trong lúc thiền định cũng không đủ. Đó sẽ là một việc rất hay nếu hệ thống tại Trung Quốc được xác nhận là chính thống.

Vấn đề mà tôi vừa đề cập đến lại còn phải được Giáo hội Phật giáo giải quyết. Bây giờ chúng ta hãy trở về chủ đề trung tâm.

Phương pháp tu Chỉ

Sau khi có một thế ngồi đúng đắn, ta nên quán sát hơi thở ra vào. Thở ra thở vào nhẹ nhàng và tự nhiên, không nên thở quá mạnh hoặc quá yếu.

Sự tập trung thiền định được thực hiện khi khắc phục năm lỗi lầm bằng tám phương tiện đối trị. Từ Thị nói tương tự như vậy trong luận Trung biên phân biệt:³³⁶

Nguyên nhân xuất phát [của Chỉ] là việc sử dụng [những phương tiện đối trị], và qua đó, năm lỗi lầm được chữa trị.

Năm lỗi này là gì? Chúng là:

1. Giải đãi;
2. Thất niệm; ở đây nghĩa là quên lời hướng dẫn của Thánh nhân, quên đối tượng thiền quán;
3. Hôn trầm và trạo cử (nếu kể riêng thì có sáu lỗi);
4. Không tác hành công dụng để đối trị hôn trầm hoặc trạo cử;
5. Còn tác hành công dụng, mặc dù hôn trầm và trạo cử không còn hiện diện.

Có tám phương tiện đối trị³³⁷ năm lỗi lầm này. Bốn phương tiện đối trị giải đãi: Tín, dục [ham muốn cầu đắc], tinh tiến và khinh an. Trong thời đoạn đầu thì khinh an không thể nào có; bởi vì nó chỉ xuất hiện khi hành giả đã diệt trừ những khuynh hướng bất thiện nơi thân tâm và tâm đã rất thuận tòng về phía thiện. Như vậy thì khinh an là kết quả của thiền định tinh thâm. Tuy vậy, trong thời gian đầu, hành giả cũng nên suy tưởng đến giá trị của nó. Vì vậy mà phương tiện đầu tiên là tín, nghĩa là nhận thức, tin vào lợi ích của thiền định. Qua đó mà dục được phát khởi, là cầu mong đạt được sự tập trung. Trong mỗi hệ thuộc vào đó, lòng tinh tiến tu tập để đạt được sự tập trung thiền định được sinh thành. Và từ những nhân tố này, khinh an được thành tạo.

Hành giả phải sử dụng chính niệm tưởng để chống lại lỗi lầm thất niệm, quên mất đối tượng thiền định. Mặc dù chính niệm tưởng cũng được sử dụng để đối trị hôn trầm và trạo cử, nhưng phương tiện chính để đối trị chúng lại là chính tri tưởng. Lấy tư tưởng³³⁸ tác hành công dụng để đối trị lỗi lầm không khởi công dụng, tác hành để chống lại hôn trầm trạo cử. Dùng không tác hành an trụ nơi xả để chống lại lỗi lầm của việc tác hành công dụng đối trị hôn trầm trạo cử mặc dù chúng không còn nữa.

Nên sử dụng sở duyên³³⁹ thiền định nào để đạt tập trung thiền định? Trong kinh sách, Đức Phật nhắc đến bốn loại sở duyên: Chu biến, tịnh hành, thiện xảo và tịnh hoặc sở duyên.

Chu biến sở duyên — Được gọi là chu biến bởi vì chúng bao gồm tất cả những đối tượng của việc thực hiện đạt Chi, đặc biệt bao gồm cả hai mặt, các đối tượng cũng như cách quán sát chúng. Chúng được phân thành bốn loại. Hai loại đầu được phân biệt theo quan điểm của tâm thức chủ động thiền:

1. Vô phân biệt ảnh tượng: Đối tượng của sự tập trung thiền định không phân tích. Đó là những đối tượng được chú ý đến trong một quá trình thiền định an tĩnh không có quán xét, phân biệt;
2. Hữu phân biệt ảnh tượng: Đây là những đối tượng được chú ý đến trong phạm vi quán xét, phân biệt.

Cũng tương tự như trên, người ta phân biệt đối tượng theo bản tính của chúng thành hai chủng loại:

1. Sự biên tế tính: Là tính có giới hạn, biên tế của sự vật, sự đa dạng của những hiện tượng tương đối cũng như thể tính tuyệt đối của chúng;

2. Sở tác thành biện: Việc thực hiện toàn vẹn những mục đích. Đây không phải những đối tượng được quán tưởng mà là mục đích của việc tu tập phát triển Chi — từ mục đích giải thoát cho đến nhất thiết trí của một Phật-đà.

Tịnh hành sở duyên — Hành giả phải chú ý đến một đối tượng nào đó nhất định tùy theo trường hợp Căn bản phiền não nào thường hiện hành với mục đích trực tiếp đối trị nó. Căn bản phiền não thường hiện hành có năm: Tham, hận, mạn, vô minh và nghi³⁴⁰. Ai thường hay ôm ám lòng tham thì nên quán tưởng về tính bất hấp dẫn của đối tượng tham ái. Tư duy về lòng từ bi đối trị sân hận. Phương tiện trừ khử vô minh là quán tưởng giáo lý duyên khởi. Quán hơi thở ra vào đối trị tâm trạng nghi ngờ, chao đảo. Truyền thống Phật giáo tại Miến Điện rất chú trọng đến việc tập trung vào hơi thở.³⁴¹

Thiện xảo sở duyên — Là những phương tiện giúp thành đạt sự thông hiểu toàn vẹn, bao gồm năm loại: Năm uẩn, mười tám giới, mười hai xứ, mười hai nhân duyên cũng như những gì đáng được cũng như không đáng được thi hành.

Tịnh hoặc sở duyên — Những đối tượng trợ giúp diệt trừ phiền não, bao gồm hai loại: Một mặt là những loại thiền định mà trong đó, hành giả luân phiên quán tưởng đến sự thô thiển, bất hảo của cấp bậc tồn tại hiện thời và sự cân bằng, tinh mịch của những tầng cấp cao hơn [để mà qua đó đạt được những tâm trạng thâm sâu với sự vắng mặt tạm thời của phiền não]; mặt khác, hành giả quán tưởng Tứ thánh đế [để tận diệt phiền não]. Tính vô ngã thuộc về đối tượng của loại thứ hai.

Đây là một cách trình bày ngắn gọn các đối tượng của việc phát triển, tu tập thiền định để đạt Chi. Nên chọn đối tượng nào bây giờ? Mỗi người phải tự quyết định tùy theo tính hướng của mình. Như tôi vừa nói, hành giả nào còn vướng vào tham ái nên quán tưởng sự bất hấp dẫn. Người nào hay phát tâm hận thù nên chọn cách thiền định phát triển lòng từ bi. Người nào có vấn đề bởi vì ôm ấp quá nhiều khái niệm, vọng tưởng nên quán hơi thở ra vào. Trong một vài trường hợp cũng rất có ích nếu không quán tưởng đến đối tượng nào, chỉ xoay tâm vào trong mà tự quán — mặc dù khó đạt được Chi qua phương pháp tâm quán tâm này. Một cơ nguy có thể xảy ra khi thực hành phương pháp này là thần kinh dễ kích động quá độ, khủng hoảng và những vấn đề tâm lý khác có quan hệ với những năng lực nội tại — cũng

được gọi là luồng gió »sinh mệnh³⁴²«. Tôi quen một vài người thực hiện việc quán tâm để đạt Chỉ, và với thời gian, thần kinh của họ dễ bị kích động hơn bình thường đôi chút.

Người nào đã đạt một sự hiểu biết về Tính không cũng có thể chọn Tính không làm đối tượng, dùng tâm vô phân biệt tập trung vào đó để đạt Chỉ. Một phương pháp khác được truyền dạy trong hệ thống man-tra. Trong trường hợp này, hành giả thiết tưởng³⁴³ chính mình là một vị Thiên thần và sau đó chú tâm vào linh ảnh này. Nếu không sử dụng phương pháp của man-tra thì hành giả cũng có thể thiết tưởng một sắc thân Phật và để tâm an trụ vào nó. Một người theo Cô-độc giáo cũng có thể tập trung vào Đức Chúa Jesus tương tự như trên. Một cách khác là thiết tưởng một giọt ánh sáng, một âm tiết hoặc một tự mẫu làm đối tượng thiền định. Có nhiều loại đối tượng thích hợp cho việc tập trung phát triển Chỉ. Cách thực hiện này được thấy trong các hệ thống Phật giáo cũng như bên ngoài.

Ví dụ như trong trường hợp quán xét một tượng Phật, hành giả thiết tưởng một sắc thân Phật trước mặt khoảng một cánh tay rưỡi, cao cỡ tầm mắt. Nếu có thể thì nên hình dung sắc thân này thật nhỏ vì như vậy dễ gán tâm vào đó hơn. Cũng rất là có ích nếu tưởng tượng sắc thân này là một vật nặng vì qua đó, tâm thức bất tập trung sẽ được đối trị. Để ngăn cản hôn trầm, hành giả nên hình dung đối tượng là một vật gì chiếu sáng.

Đầu tiên là phải quán sát một bức tranh, một tượng Phật được làm khéo để ghi khắc chính xác hình thái của nó vào tâm. Nói đùa: Nếu dùng một bức tranh Phật với gương mặt méo mó và những lỗi tương tự thì sau này, khi đạt giác ngộ thì hành giả sẽ thành một vị Phật với gương mặt méo mó như vậy!

Để thực hiện sự tập trung thiền định, hành giả phải ở lại nơi đối tượng đã chọn và không được chuyển qua một đối tượng khác. Thiền định sẽ không có kết quả nếu thay đổi đối tượng mỗi ngày. Hơn nữa, độ lớn, màu sắc và hình dạng của đối tượng phải được ghi khắc rõ ràng. Điều này có giá trị trong thời gian hành giả chưa đạt được tất cả những khả năng của thiền định. Việc gì phải làm khi đã an trụ tâm nơi đối tượng? Hành giả cầu đắc một sự tập trung thiền định với hai đặc tính: kiên cố và minh triết. Đặc tính kiên cố của sự tập trung cũng chưa có gì đáng chú ý lắm; quan trọng hơn là đặc tính minh triết và tinh anh của tâm thức. Biểu đạt »minh triết« ở đây có giá trị không chỉ riêng cho đối tượng mà cho cả tâm thức quán xét nó. Tâm thức phải rất tinh táo và linh hoạt. Như thế cũng vẫn chưa đủ: Tính minh triết

phải được phát triển cho tới lúc đạt được một cường độ đặc biệt. Một tâm thức hoàn toàn tỉnh táo là mục đích.

Chướng ngại của tính kiên cố là trạo cử — một thái độ hồi hộp có tính chất tham ái, là dạng chính của sự phân tâm của chúng ta. Vì trạo cử là phân tâm bắt nguồn từ một đối tượng tham ái nên nó hệ thuộc vào chủng loại tham ái. Ngược lại, chướng ngại của một tâm thức minh triết là hôn trầm. Vì thế mà đầu tiên, hành giả phải ngăn cản sự phân tán của tâm thức và bắt buộc nó phải chuyên nhất, lưu lại nơi đối tượng tương tục như có thể. Trong trường hợp hành giả cố gắng lưu tâm nơi đối tượng và nó trở nên ngu độn, ví như một người gập gù trên ghế bành thì trường hợp này là ngu độn — một sự nặng nề, vây phủ của tâm. Ngu độn này là nguyên nhân của hôn trầm, không phải chính là hôn trầm. Đối tượng không hiện rõ. Trong một cấp bậc khác thì đối tượng hiện rõ, tâm quán sát đối tượng cũng minh triết trong một hạn lượng nhất định nhưng minh triết này lại không có cường độ và hoạt bát. Nếu cả hai, tâm trạng minh triết và cường độ minh triết đều vắng mặt thì đó là dạng hôn trầm nặng nhất. Trường hợp tâm minh triết, nhưng cường độ lại thiếu — trường hợp này là hôn trầm loại trung. Dạng vi tế nhất của hôn trầm xuất hiện trong trường hợp nhân tố minh triết đã có một cường độ nhưng một sự thiếu sót nhỏ của cường độ vẫn còn được xác định. Dạng hôn trầm rất vi tế này được xem là một trong những vấn đề nan giải nhất — vì nó chẳng những rất khó được xác định, mà còn dễ bị nhầm lẫn với một trạng thái tập trung thiền định toàn mỹ vô khuyết. Hành giả có thể tự hỏi là lỗi lầm nằm đâu trong lúc bị ảnh hưởng của hôn trầm vi tế này; vì đối tượng hiển hiện rõ ràng, tâm thức minh triết và tính minh triết này thậm chí còn có một cường độ đáng kể. Nếu lưu lại lâu dài trong trạng thái hôn trầm vi tế, tâm thức càng lúc càng thâm tóm lại, ngay cả hơi thở qua lỗ mũi cũng mỗi lúc mỗi vi tế hơn. Nhưng nguy cơ nằm ở điểm là trong trường hợp hôn trầm vi tế xảy ra thường xuyên, tính minh mẫn sẽ bị lu mờ và hành giả sẽ sưu tập các chủng tử của si độn trong tâm thức. Vì lí do này nên việc gìn giữ tâm không để bị ảnh hưởng bởi dạng hôn trầm vi tế rất quan trọng.

Hành giả có thể sử dụng phương pháp nào để ngăn cản hôn trầm và trạo cử? Trước hết là phải lưu giữ đối tượng trong tâm bằng chính niệm tương. Một chính niệm tương có cường độ cao, không suy sút tự nhiên sẽ khởi dẫn chính tri tương đi theo. Như vậy thì chính niệm tương là một trong những nguyên nhân của chính tri tương. Chính tri tương là một nhân tố kiểm soát xem trong tâm có lỗi lầm nào xuất hiện hay không. Có hai loại chính tri tương: Một loại thô chỉ khởi động khi hôn trầm và trạo cử đã xuất phát, một loại vi tế hơn đã hoạt động trước khi những lỗi lầm này xuất hiện. Nguyên nhân đặc

thù của sự phát triển một chính tri tướng mạnh mẽ là lặp đi lặp lại việc quán sát và tầm tra tâm với một »góc« của tâm thức đang thiền định. Trong lúc này thì năng lực chính của tâm vẫn được liên tục hướng vào đối tượng, nhưng đồng thời, hành giả quán sát tinh tảo với một »góc« tâm xem hôn trầm và trạo cử có hiện hành hay không.

Nếu tâm thức thật hoãn hòa thì cơ nguy của trạo cử tham ái nhỏ bớt. Có nghĩa là: theo mức độ hoạt động thụ tướng, nhận thức của tâm được giảm thì cường lực của sự phân tán được giảm theo. Nhưng đồng thời, cơ nguy của hôn trầm lại gia tăng. Nếu những hoạt động thụ tướng của tâm thức được gia tăng quá độ thì hôn trầm chấm dứt nhưng đồng thời, cơ nguy của trạo cử lại gia tăng. Vì vậy mà qua kinh nghiệm bản thân, thiền giả phải tự biết xác nhận xem bắt đầu từ thời điểm nào tâm thức trở nên quá hoạt bát và cơ nguy của trạo cử hiện hành để rồi phản ứng bằng cách hạ cường độ của phương cách thâm nhiếp đối tượng. Tương tự như vậy, thiền giả cũng phải học hỏi để nhận biết lúc nào tâm thức quá trầm một và cơ nguy của hôn trầm xuất hiện. Phải biết được ngay là phương cách nhận thức đối tượng của tâm phải được gia tăng cường độ.

Phải sử dụng những phương pháp nào để gia tăng hoặc hạ giảm cường độ của tâm? Để gia tăng, thiền giả phải quán tưởng đến một vật gì đó làm nó hoạt bát; tuy nhiên, vật này không được là một đối tượng khiêu gợi tham ái. Trường hợp suy nghĩ về lợi ích của việc phát triển sự tập trung thiền định là một ví dụ hay, tương tự như suy nghĩ về những điều tiện lợi của một cuộc sống làm người và trí thông minh của loài người mà mình đã đạt được. Và khi suy nghĩ như vậy, ý chí cương nghị xuất hiện trong tâm và tâm sẽ được gia tăng về khía cạnh nhận thức, thâm nhiếp đối tượng. Nếu không thể diệt trừ hôn trầm mặc dù đã suy nghĩ như trên thì hay hơn hết nên chấm dứt giai đoạn thiền định này, đi đến một nơi sáng sủa, cao ráo và thông mát để rồi từ đây có thể nhìn ra xa. Hành giả cũng có thể bước ra ngoài hít thở không khí trong lành, hoặc tự làm tỉnh bằng cách rửa mặt bằng nước lạnh. Sau đó lại trở về nơi tọa thiền.

Cũng có những phương pháp tương tự để hạ giảm cường độ nhận thức, thâm nhiếp đối tượng của tâm nếu nó quá hoạt bát và cơ nguy của phân tán gia tăng. Để lôi kéo tâm thức ra khỏi sự hấp dẫn của đối tượng và hướng nó vào trong, hành giả nên suy nghĩ về những gì làm nó lo ngại, ví dụ như nỗi khổ của vòng sinh tử, hoặc là suy nghĩ như: »Mình đã bị tổn hại nhiều trong quá khứ vì tâm phân tán, và bây giờ tâm phân tán lại hành hạ mình. Bây giờ tôi

không cẩn thận là một lỗi lầm to.« Qua đó mà cường độ thâm nhiếp đối tượng của tâm được hạ giảm.

Người nào muốn phát triển Chỉ phải có khả năng chuyển tâm thức qua một trạng thái khác một cách trực tiếp bằng những ý nghĩ thích hợp. Vì vậy mà ngay trước lúc bắt đầu ngồi thiền thực hiện Chỉ, hành giả phải đạt một sự hiểu biết và niềm tin sâu sắc về nhiều chủ đề. Ví dụ như những mối suy nghĩ trong phạm vi Tứ niệm xứ. Trong lúc thật sự ngồi thiền phát triển Chỉ, hành giả tu luyện thiền định tập trung, không phải thiền định phân tích; nhưng nếu trước đây đã tự tìm hiểu, suy nghĩ kỹ lưỡng và đã làm quen với những vấn đề khác thì năng lực của sự suy nghĩ này vẫn còn ở trong tâm để hành giả có thể khởi động và sử dụng sau này. Qua đó mà hành giả có thể ảnh hưởng trực tiếp như ý đến tâm thức bằng cách lập tức chuyển qua những chủ đề khác — những chủ đề kích thích hoặc ngăn cản nó. Trong trường hợp hành giả tin chắc vào lợi ích của tập trung thiền định và giá trị của một cuộc sống làm người qua sự suy nghĩ trước khi bắt đầu ngồi thiền và hướng tâm về chúng trong lúc thiền định thì ngay lúc ấy, tâm thức sẽ được nâng cao. Mặt khác, những chủ đề đáng sợ như bản tính của thân thể hoặc những khía cạnh không hoàn hảo của đối tượng tham ái sẽ tức khắc làm cho cường độ hoạt động cảm nhận của tâm thức hạ giảm nếu hành giả đã tư duy và đạt xác tín về những việc này trước khi ngồi thiền.

Nếu tâm trở nên u mờ, hành giả đôi lúc có thể làm cho nó tươi tỉnh lại bằng cách tạo cảm giác như nhìn ra chân trời rộng mở.

Hành giả phải có khả năng nhận biết lúc nào hôn trầm hoặc trạo cử xuất hiện và phương tiện khắc phục chướng ngại này. Sau đó phải sử dụng phương tiện thích hợp để diệt trừ lỗi lầm vừa xuất hiện. Nhưng khi hôn trầm và trạo cử không hiện hành và phát triển quá mạnh chính tri tưởng, hành giả có nguy cơ đánh mất đối tượng thiền định. Vì thế nên trong những giai đoạn này, hành giả phải sử dụng những phương tiện trợ giúp tâm thức an trụ một cách linh động, chuyên nhất nơi đối tượng.

Nếu thiền định theo cách này, hành giả sẽ trải qua chín giai đoạn, được gọi là »Chín giai đoạn trụ tâm« — Cứu trụ tâm³⁴⁴. Ở giai đoạn thứ nhất — được gọi là Nội trụ³⁴⁵ —, tâm thức được hướng vào đối tượng. Sự việc này được khởi động sau khi nghe qua những lời dạy về giá trị của sự tập trung thiền định³⁴⁶. Trong giai đoạn kế đến thì hành giả đã có khả năng để tâm tương tục an trụ nơi đối tượng — mặc dù chỉ được một phần nhỏ. Giai đoạn này được gọi là Đăng trụ³⁴⁷. Trong giai đoạn tiếp theo, những thời đoạn tâm an trụ nơi

đối tượng ngày càng tăng trong khi thời đoạn phân tán giảm dần; ngay khi tâm phân tán thì hành giả có thể giúp tâm an trụ được ngay. Giai đoạn này được gọi là An trụ³⁴⁸ với ý nghĩa giúp tâm an trụ trở lại khi bị phân tán. Trong trường hợp hướng tâm vào đối tượng thiền ban sơ — trong giai đoạn thứ nhất —, hành giả có cảm giác là những ý nghĩ phân tán càng lúc càng nhiều. Có thể là hành giả sẽ ngạc nhiên về số lượng của chúng. Nhưng thật sự thì số lượng của ý nghĩ không nhiều ra. Và chỉ vì xoay hướng tâm vào trong nên hành giả mới nhận biết có bao nhiêu ý nghĩ thật sự ở trong tâm. Ví dụ như trong trường hợp Tọa thiền³⁴⁹, hành giả có cảm tưởng như nước giải và ngứa ngáy trong người có nhiều hơn. Nhưng thật tế thì chúng không nhiều hơn bình thường, chỉ vì người ta không để ý đến. Trong giai đoạn thứ hai, hành giả có cảm giác là những ý nghĩ phân tán thỉnh thoảng lưu tức mặc dù chúng vẫn tiếp tục xuất hiện. Nguyên nhân là trong giai đoạn này, hành giả đã đạt được một phần nhỏ tương tục an trụ nơi đối tượng. Ở giai đoạn thứ ba thì có cảm giác là những ý nghĩ quấy nhiễu đã lu mờ. Nguyên nhân là những ý nghĩ phân tán này không còn hoạt động nữa và cũng chậm hơn.

Từ giai đoạn thứ tư trở đi, được gọi là Cận trụ³⁵⁰, hành giả không quên đối tượng nữa. Hành giả đã thoát khỏi cơ nguy thất lạc đối tượng và tâm an trụ tương tục nơi đối tượng. Nhưng lúc này, hôn trầm và trạo cử vi tế bắt đầu xuất hiện. Trạng thái này có thể được ví với một đứa trẻ trong phòng học, mặc dù ngồi trên ghế nhưng tâm tư lại ở đâu đó. Phần chính của tâm thức an trụ tại đối tượng nhưng tâm nói chung lại bị ảnh hưởng bởi hôn trầm và trạo cử ở dạng vi tế. Trong thời gian này thì hành giả phát triển chính niệm tương.

Giai đoạn thứ năm được gọi là Điều phục³⁵¹. Trong thời điểm này, hành giả đã vượt qua cơ nguy của hôn trầm và trạo cử dạng thô nhưng cơ nguy của hôn trầm vi tế lại gia tăng. Vì vậy mà phải phát xuất năng lực của chính tri tương. Trong giai đoạn thứ sáu — được gọi là Tịch tĩnh³⁵² —, cơ nguy của trạo cử vi tế lại lớn hơn, là bởi vì trong giai đoạn trước đây, hành giả hoàn toàn chú tâm vào việc đối trị hôn trầm ở dạng vi tế. Phương tiện đối trị ở đây lại là chính tri tương, và nó được phát triển một cách toàn vẹn trong giai đoạn này và mang tất cả những tính chất đặc thù của chính tri tương đích thật.

Giai đoạn thứ bảy được gọi là Tối cực tịch tĩnh³⁵³. Lúc này thì hôn trầm và trạo cử không thể nào gây chướng ngại dưới bất cứ một dạng nào nữa. Nhưng, hôn trầm và trạo cử chỉ không trình hiện rõ ràng được bởi vì hành

giả thâm tâm tinh tiến, không để chúng nảy sinh. Trong giai đoạn thứ tám, được gọi »Sự hình thành của tâm chuyên chú vào một không hai« — Chuyên trụ nhất thù chi lưỡng trụ³⁵⁴ — thì lại khác. Hành giả chỉ cần quyết chí phát nguyện trước lúc ngồi thiền là lưu ý không để hôn trầm và trạo cử xuất hiện; và một lần phát nguyện này đã đủ để ngăn cản sự xuất hiện của hôn trầm và trạo cử.

Giai đoạn thứ chín — được gọi là »Đặt vào sự cân bằng«, Đẳng trì³⁵⁵³⁵⁶ — được so sánh với việc tụng kinh niệm Phật mỗi ngày, một cách tụng mà hành giả quen thuộc đến mức độ ngôn từ âm thanh cứ phát xuất từ miệng một cách tự nhiên không cần dụng công: Chỉ cần mở miệng bắt đầu thôi, chúng cứ tiếp tục xuất ra. Một hành giả của Vô thượng du-già có thể thực hiện Thành tựu vị³⁵⁷ kể từ cấp bậc thiền định này. Trên Tạo tác vị³⁵⁸ của Vô thượng du-già, hành giả đạt được nhân tố kiên cố tương tự như trường hợp đạt được qua chín giai đoạn trụ tâm như trên, nhưng lúc này thì không cần thiết là phải đạt Chỉ toàn vẹn với tất cả những thuộc tướng của nó — những thuộc tướng thuộc về tạo tác vị — trong trường hợp có khả năng thực hiện Thành tựu vị có kết quả.

Về việc thời gian ngồi thiền kéo dài bao nhiêu thì thường thấy quan điểm là ban đầu nên ngắn và thường xuyên. Nếu người sơ cơ cố gắng ngồi thiền lâu thì sẽ không có kết quả tốt. Thay vào đó, người ấy sẽ mệt mỏi, có nguy cơ là sự tập trung thiền định có khuyết điểm. Vì vậy mà tốt hơn là ngồi thiền chỉ mười hoặc mười lăm phút nhưng nhiều lần trong một ngày.

Thời gian tốt nhất cho thiền định là buổi sáng. Nhưng tương tự như trường hợp giữ lửa không tắt để có thể sử dụng nhiều lúc khác nhau, hành giả cũng phải duy trì sự tương tục của thiền định để tất cả những gì đã đạt được trong những chu kỳ ngồi thiền vừa qua không bị thất lạc. Một người có tư cách trọn vẹn không cần nhiều thời gian để đạt Chỉ; nó có thể được thành đạt trong một năm, thậm chí vài tháng. Tuy nhiên, điều này còn tùy thuộc vào trường hợp hành giả có đầy đủ những tư cách cần thiết hay không.

Nếu liên tục tu tập Chỉ theo phương pháp như tôi đã nêu trên, hành giả sẽ đạt sự tập trung thiền định của giai đoạn thứ chín — Đẳng trì —, một trạng thái không có khuyết điểm của hôn trầm và trạo cử. Qua trạng thái này, những khuynh hướng không thiện hảo của thân tâm được giảm dần — ví như khả năng thực hiện việc thiện bình thường không lớn bao nhiêu nơi con người của chúng ta. Hiện thời chúng ta không thể sử dụng tâm thức được như ý, nhưng qua sự quen thuộc với giai đoạn Đẳng trì thứ chín này mà ảnh hưởng

của sự thuận tòng thiếu sót này giảm dần. Và cuối cùng, hành giả đã phát triển một phương pháp đối trị sự thiếu thuận tòng này — nó chính là »Khinh an của tâm thức.«

Dấu hiệu của khinh an là một cảm giác kích động nhẹ nhàng trong khu vực não bộ. Cảm giác này không phải khó chịu, mà dễ chịu. Nguyên nhân là một luồng »gió« đặc biệt, một năng lượng nội tại xuyên suốt thân thể. Cảm giác này được miêu tả như trường hợp một người nào đó đặt bàn tay ấm áp của mình lên một cái đầu vừa mới cạo xong. Người ta bảo rằng, dấu hiệu này xuất hiện trực tiếp trước khi đạt tâm khinh an. Và quả thật là một vài người đã đạt cấp bậc thiền định này đã xác nhận kinh nghiệm vừa nêu trên.

Qua nội lực được hình thành bởi sự thuận tòng của tâm — khinh an của tâm thức —, một năng lượng thiện hảo bắt đầu tuần hoàn trong thân thể; nó là nguyên nhân của khinh an thân thể. Năng lượng này xuyên suốt thân thể, diệt trừ tính thiếu thuận tòng của nó — tính thiếu nhạy bén cản trở thân thể thực hiện những hành động thiện lành như ý. Như thế thì thân khinh an đã được thành đạt. Sự phát triển, thành đạt thân khinh an cũng sản sinh một cảm giác an lạc, một cảm giác dễ chịu thấm nhuần thân thể. Mặc dù đây là một cảm giác an lạc đích thật nhưng nó lại không có quan hệ gì với lạc thụ được miêu tả trong hệ thống man-tra; bởi vì nó không xuất phát từ sự tập trung vào những trung khu³⁵⁹ quan trọng của thân thể mà chỉ độc duy xuất phát từ việc hướng tâm vào bên trong, thu tóm nó lại và an trụ tại đối tượng thiền định. Nguyên nhân của cảm giác an lạc này chỉ xuất phát từ năng lực của tập trung thiền định.

Đầu tiên thì an lạc của thân thể khinh an xuất hiện. Cảm giác an lạc thân thể này lại sản sinh an lạc của tâm thức khinh an; như vậy, nó đưa tâm thức vào trạng thái an lạc. Lúc đầu thì niềm vui về tâm an lạc có thể hơi quá lớn, nhưng tâm thức dần dần được cân bằng và yếu tố kích động tan biến dần; và như vậy, hành giả đạt được trạng thái khinh an vững chắc. Từ lúc này trở đi, hành giả có được sự tập trung toàn hảo của Chỉ.

Nếu đã đạt sự tập trung thiền định này thì những đối tượng xấu cũng như tốt bên ngoài — những đối tượng thường hay khởi dẫn những ý nghĩ tham ái, sân hận hoặc si mê — không còn trình hiện trước tâm thức một cách rõ ràng như trước đây. Vì năng lực của sự tập trung thiền định nên chúng không còn trình hiện một cách trọng đại. Nếu quán sát những đối tượng này từ kinh nghiệm của sự tập trung thiền định thì chúng có vẻ như tự tiêu tán và sau đó, tâm thức lập tức hướng vào trong. Vì vậy mà tâm thức không còn cơ nguy bị

phân tán, bị đánh lạc hướng như thường lệ bởi những đối tượng dễ chịu hoặc khó chịu bên ngoài. Và chính vì những nhân tố phân tán bên ngoài giảm dần nên tâm thức an trụ nơi bản tính minh triết và nhận thức của chính nó. Qua đó mà việc tạo tác ý nghĩ thiện cũng như bất thiện trong tâm cứ giảm dần, và nếu những ý nghĩ này xuất hiện, chúng chỉ tương tự như bọt bèo trên mặt nước, không bền vững mà tan biến ngay lập tức.

Một đặc tính của Chỉ là ngay trong thời đoạn Đẳng trì, cảm giác có một thân thể cũng chẳng còn. Hành giả có cảm tưởng là tâm thức đã trở nên minh mông, rộng tuếch vô khuyết — một sự trống rỗng gắn liền với không gian.

Tôi không muốn diễn giảng Sáu lược và Bốn tác ý nơi đây³⁶⁰. Chiều nay tôi sẽ trình bày phương pháp tu Quán.

---o0o---

Chương 08. Lợi tha

Vấn đáp

● **Hỏi:** Ngài đã nói là theo tông Trung quán, tất cả những loại tâm thức đều bị lừa đảo ngoại trừ tâm thức trí huệ trực nhận Tính không. Ngài có thể diễn giảng điểm này cho chúng tôi?

● **Đáp:** Lí do vì sao tất cả những tâm thức — ngoại trừ một tâm thức trí huệ siêu việt mọi trình hiện nhị nguyên — tất nhiên bị lừa đảo là như sau: Các hiện tượng — như vật chất và tương tự — trình hiện trước các tâm thức bình thường với vẻ như tồn tại trên cơ sở tự tính, mặc dù chúng đã được chứng minh là không tồn tại trên cơ sở tự tính. Tâm thức trí huệ nhận thức Tính không là một tâm thức đã tầm tra kỹ lưỡng xem những hiện tượng này có thật sự tồn tại bởi tự tính, nghĩa là tồn tại trên cơ sở tự tính hay không. Cuối cùng thì nó chẳng tìm thấy cách tồn tại như trên; nó chỉ thấy một Tính không khuếch nhiên trình hiện, là sự phủ định của một đối tượng đã được phủ định bằng Tính không — có nghĩa là sự vắng mặt của một cách tồn tại trên cơ sở tự tính. Ngoại trừ thành phần trí huệ của một vị Phật, những thành phần có thể nhận thức được những khía cạnh đa dạng của các hiện tượng, mỗi tâm thức nhận thức một hiện tượng tương đối đều bị lừa bởi cái vẻ trình hiện sai lạc của nó. Tâm thức bị lừa bởi cái vẻ trình hiện như là tồn tại bởi tự tính của đối tượng. Người ta nói đến một tâm thức bị lừa đảo bởi vì cách trình hiện của đối tượng trước tâm thức có quan hệ với sự sai lạc này.

● **Hỏi:** Nếu tìm hiểu các học thuyết được trình bày trong Phật giáo trên cơ sở luận lý thì có những chứng cứ nào xác nhận những tầng cấp tâm thức được trình bày, những tầng cấp mà người ta phải trải qua trong lúc chết hoặc tái sinh.

● **Đáp:** Những nhận thức này phần lớn đều bắt nguồn từ kinh nghiệm bản thân. Trong trường hợp muốn trình bày những tầng cấp tâm thức vi tế mà không chú trọng đến kinh nghiệm thì người ta sẽ chạm trán nhiều sự việc, những sự việc nhìn tổng quát không phải là những hiện tượng rất bí ẩn, nhưng lại rất bí ẩn, rất khó hiểu đối với một người nhất định nào đó. Đối với một người thiếu những kinh nghiệm này thì chúng là những hiện tượng rất bí ẩn; chúng phải được chứng minh qua suy luận có chứng cứ. Cách chứng minh này bao gồm sự nghiên cứu những lời trần thuật trong kinh sách và được gọi là »Tỉ lượng trên cơ sở những gì đáng tin cậy«. Chúng ta đã đề cập đến chủ đề này. Nhưng cũng có người nhớ lại quá trình chết hoặc tái sinh; đối với họ thì những tầng cấp tâm thức không phải là những gì rất bí ẩn mà là những hiện tượng hiển nhiên.

● **Hỏi:** Ngài đã nói về loại Thiên tử ma, những loại ma luôn luôn gây chướng ngại cho những hành giả tu tập khắc phục vô minh. Trong trường hợp một hành giả của Đại thừa Phật giáo biết mình mang những loại ma này trong thâm tâm, Ngài khuyên hành giả này làm gì để thoát khỏi chúng?

● **Đáp:** Các Thiên tử ma này hệ thuộc vào sáu loại thiên trong dục giới, đặc biệt là loại »lấy sự biến hóa vật khác làm niềm an vui« — Tha hóa tự tại thiên. Ngay chúng ta cũng đã xuất sinh trong dạng tồn tại này trong vòng sinh tử. Chúng ta đã có lúc hành động, xử sự như loại ma này, mỗi người chúng ta! Trong trường hợp phải dùng phương tiện đối trị những loại ma này khi bị chúng quấy nhiễu, hệ thống man-tra đưa ra phương pháp tạo một phạm vi bảo hộ bằng thiền định; nhưng phương pháp tốt nhất là phát triển lòng từ bi. Trong đêm trước khi đạt chính giác, Phật Thích-ca Mâu-ni đã chinh phục tất cả những loại ma — một trong Mười hai hành động cao thượng — và Ngài đã thành tựu việc này bằng cách thiền quán với lòng từ bi.

Sau khi tỉnh thức khỏi một giấc mộng không tốt hoặc một ác mộng thì ngay cả việc tụng niệm chân ngôn hoặc thiền quán phạm vi bảo hộ cũng không có kết quả, nhưng, nếu hành giả phát triển lòng từ thì nó sẽ làm ổn thỏa ngay. Đây là phương pháp tốt nhất.

● **Hỏi:** Làm thế nào để tu học Phật pháp và thực hành hằng ngày nhưng lại không bị vướng mắc vào những việc này?

● **Đáp:** Trường hợp có thể xảy ra là ngay cả những tâm thức thiện hảo cũng có thể dung hàm kiến giải chấp vào tự ngã. Vì vậy nên một vài kinh sách bảo rằng, ngay cả kiến giải sai lầm — nhìn nhận các nhóm thân tâm là một cái »ta« và »của ta« tồn tại trên cơ sở tự tính — cũng có thể là một sự hỗ trợ trên đường tu đạt Phật quả. Nhưng trường hợp này chỉ có giá trị trong lúc thực hành ban đầu. Ví dụ như lúc bắt đầu phát triển lòng bi thì tâm lòng này có quan hệ với kiến giải chấp vào tồn tại trên cơ sở tự tính; nhưng nếu vì lo ngại về việc này mà không tiếp tục phát triển lòng bi thì lại có lỗi; bởi vì đương thời không có cách nào khác ngoài việc tiếp tục thực hành phát triển — cho dù nó không hoàn hảo thế nào đi nữa. Người ta không thể khắc phục kiến giải chấp vào tồn tại bởi tự tính và tham ái nếu thâm hội tâm thức không cho tiếp xúc với đối tượng và ở trong trạng thái bất động như có thể. Ngược lại, việc tự nhận thức được điểm đối nghịch của tồn tại trên cơ sở tự tính là Tính không được nhấn mạnh. Với nhận thức này, người ta có thể giảm dần năng lực của kiến giải chấp vào tồn tại trên cơ sở tự tính; chỉ thâm tóm tâm thức lại chung qui cũng chẳng có lợi ích gì. Nếu phát hiện được một tâm trạng bám chặt vào thực hành một cách tham ái thì phải khắc phục nó với sự hỗ trợ của một cách thực hành khác. Không được bỏ dở dang việc tu tập chỉ vì xác định được một tâm trạng tham ái nó. Nếu cảm thấy tham quyến vật chất thì hành động hay nhất là xa lìa, không bận bịu vướng vít vào chúng. Chúng ta nên hài lòng và biết đủ trong khía cạnh tài sản vật chất, tức là nên từ khước lòng tham muốn. Nhưng không ai bảo là phải biết đủ trong trường hợp tu tập đạo pháp. Đây là hai quan điểm hoàn toàn khác nhau: Trong trường hợp đầu thì đối tượng là một đối tượng của tham ái, nên được buông xả; trong trường hợp thứ hai thì đối tượng là một cái gì đó cần được học hỏi, thâm đắc làm sở hữu. Người ta nên phân biệt theo khía cạnh này.

● **Hỏi:** Việc quán xét thân thể như là một vật gì đó có bản chất khổ có cách tuyệt việc bảo vệ, chăm sóc sức khỏe hay không — và nó có cách tuyệt một tâm trạng vui mừng vì có một thân thể kiện tráng tuyệt hảo hay không?

● **Đáp:** Nếu được khuyên là nên xem thân thể là một vật có bản chất khổ thì lời khuyên này không có nghĩa là phải bỏ bê, xao lãng thân thể, như Thánh Thiên trình bày trong (Bồ Tát du-già hành) Tứ bách luận:³⁶¹

Mặc dù thân thể được xem như một kẻ thù nhưng vẫn nên bảo trọng nó.

Với cơ sở thân thể này mà những sự việc lớn có thể được thực hiện. Tịch Thiên nói trong Nhập bồ-đề hành luận³⁶² như sau:

Hãy xem thân thể con người như một chiếc bè để thoát ra khỏi dòng khổ não.

Nên xem thân thể là một cơ duyên thuận lợi để thực hiện những hành động lợi tha và hãy bảo trì nó một cách không tham chấp.

● **Hỏi:** Khi nhận thức Tính không đã được thực hiện thì những ý niệm bất thiện như tham và sân chầm dứt — nhưng những ý niệm thiện lành như từ bi thì lại không, như vậy là sao?

● **Đáp:** Sự việc này có liên hệ đến những gì được diễn giảng vài giờ trước đây: Về câu hỏi được đề ra là một tâm thức, một tư tưởng có cơ sở chính xác hay không. Mặc dù trong lúc mang ý niệm từ bi thì một sự trộn lẫn với một phiền não có thể xảy ra, nhưng cơ sở chính của từ bi lại là đạo đức. Nếu trở nên sân hận thì người ta thường có những lời biện hộ như: »Người này hại tôi; tôi phải trả thù hắn!« Nhưng khi xem xét vấn đề kĩ hơn thì người ta sẽ thấy là những lời giải thích biện hộ trên không có cơ sở nào, và với một tâm trạng sân hận, người ta chỉ tạo cho chính mình nhiều vấn đề nan giải. Nhìn lâu dài thì hay hơn nhiều nếu không nổi giận, phát cáu.

Trong hệ thống man-tra có một phương pháp sử dụng tâm trạng phần hận trên con đường tu tập, nhưng phần hận ở đây không có liên hệ gì với phần hận thông thường. Động lực cơ bản là lòng từ bi mạnh mẽ, mặc dù động lực thúc đẩy trong thời điểm thực hiện lại là phần nộ. Nhưng bây giờ thì đủ rồi.

Phát triển phương pháp tu Quán

Chúng ta vừa luận bàn thế nào là Chỉ và nó được phát triển ra sao. Giá trị của việc phát triển Chỉ nằm ở đâu? Nó có phải là dấu hiệu thành đạt đặc trưng của một trong ba cỗ xe Thanh văn, Độc giác hoặc Bồ Tát? Như đã nói, cách tu Chỉ có trong phạm vi Phật giáo cũng như bên ngoài; vì nhìn theo khía cạnh bản chất thì nó vẫn chưa là một dấu hiệu của một con đường tu tập đặc thù nào. Nhưng, mặc dù Chỉ không thể được xem là một dạng tập trung siêu việt lắm, nó vẫn thực hiện một công năng quan trọng bởi vì tầng cấp tập trung này là một cơ sở rất có ích cho việc phát triển và thành đạt những mục đích cao thượng.

Con đường nào nên được phát triển song song với việc phát huy Chỉ? Có hai đường mà hành giả có thể tiến bước trên cơ sở của Chỉ — con đường thế gian và con đường xuất thế gian.

Quán thế gian

Phương pháp Quán thế gian được thực hiện trong cũng như ngoài phạm vi của Phật giáo. Nó bao gồm sự tập trung thiền định của một con đường mà trên đó, hành giả xem cấp bậc tồn tại này là rất thô thiển, một tầng cấp tồn tại khác là tịch tĩnh hơn. Để hiểu được việc này thì chúng ta phải biết rõ cách trình bày của tam giới với chín tầng cấp hệ thuộc. (Xem bảng tóm tắt sau.)

Giới

Tầng cấp

(III) Vô sắc giới

Hữu cứu kính (Cấp thứ chín)

Vô sở hữu (Cấp thứ tám)

Thức vô biên (Cấp thứ bảy)

Không vô biên (Cấp thứ sáu)

(II) Sắc giới

Định tứ thiền (Cấp thứ năm)

Định tam thiền (Cấp thứ tư)

Định nhị thiền (Cấp thứ ba)

Định sơ thiền (Cấp thứ hai)

(I) Dục giới

Cõi dục (Cấp thứ nhất)

Để đạt Định sơ thiền, cấp thứ hai của chín tầng cấp, hành giả quán cõi dục này là thô, không an tĩnh và quán cấp thứ hai — Định sơ thiền — là an tĩnh, tinh tế hơn. Định sơ thiền được thành đạt qua việc thực hiện bảy tác ý³⁶³, bảy ý niệm quán xét. Với việc thực hiện Chỉ thì tác ý thứ nhất, »Tác ý vô khiếm«³⁶⁴, cũng đã được thực hiện. Cùng với việc thực hiện tác ý này, hành

giả đạt một cảm giác trung tính. Để thật sự đạt được Định sơ thiên, hành giả còn phải thực hiện sáu tác ý còn lại: »Tác ý nhận thức được những các biệt tướng«³⁶⁵, »Tác ý thâm định«³⁶⁶, »Tác ý hoàn toàn li biệt«,³⁶⁷ »Tác ý sở nhiếp và hoan hỉ«,³⁶⁸ »Tác ý tầm tra, phân tích«,³⁶⁹ »Tác ý thành tựu gia hạnh vị«³⁷⁰ »Tác ý thành tựu quả vị cứu kính của gia hạnh vị«³⁷¹ Sau đó hành giả nhập Định sơ thiên.

Hành giả thực hiện thiên định tập trung cho đến khi đạt Chỉ. Thiên định phân tích bắt đầu với Tác ý nhận thức các tướng riêng biệt. Với tác ý này, hành giả thực hiện bước đầu tiên để đạt Quán. Các biệt tướng được nhận thức ở đây một mặt là những điểm thuận lợi, an tĩnh của Định sơ thiên và mặt khác các khuyết điểm của cõi dục và tính chất thô thiên của nó. Cứ suy nghĩ đến những ưu và khuyết điểm như vậy thì hành giả dần dần đạt khả năng khắc phục được những dạng phiền não thô sơ hiển hiện trong dục giới. Các phiền não này được phân thành chín cấp³⁷². Nếu khắc phục được chín cấp phiền não này bằng ba tác ý thì hành giả đạt Định sơ thiên. Ba tác ý bao gồm: Tác ý hoàn toàn li biệt, Tác ý sở nhiếp và hoan hỉ và Tác ý thành tựu gia hạnh vị. Và với cách thực hiện tương tự như vậy, hành giả đạt được theo thứ tự Định nhị thiên, Định tam thiên, Định tứ thiên, Không vô biên xứ, Thức vô biên xứ, Vô sở hữu xứ, Hữu cứu kính. Trong vòng sinh tử thì cõi tái sinh bất định và vì vậy, Phật giáo quan niệm là chúng ta đã từng sống nhiều lần dưới những dạng tồn tại trùng hợp với những cấp bậc thiên định. Tuy nhiên, dạng tồn tại này hiện thời suy đồi thành một dạng thô của dục giới.

Quán xuất thế gian

Trên con đường xuất thế, hành giả quán xét trong trạng thái Chỉ Tứ thánh để qui về những gì đáng được chấp nhận và những gì phải được xả bỏ hoặc — trên một cấp bậc vi tế hơn — Tính không cách tuyệt tồn tại trên cơ sở tự tính để có thể đạt trạng thái Quán xuất thế. Quán được thực hiện qua thiên định trên cơ sở Chỉ đã đạt được. Bởi vì trong trạng thái Chỉ, hành giả quán xét đối tượng thiên định — Tứ thánh đế hoặc Tính không — với trí huệ phân biệt. Cơ bản vẫn là Chỉ, hành giả chỉ có chuyên từ thiên tập trung sang thiên phân tích. Mặc dù trong quá trình đạt Chỉ, hành giả đã diệt được các dạng của hôn trầm và trạo cử có ảnh hưởng bất lợi đến thiên định tập trung nhưng bây giờ lại có hôn trầm trạo cử với cường độ khác cản trở việc phát triển Quán. Các dạng hôn trầm và trạo cử cản trở Quán không hoàn toàn giống với những dạng đã xuất hiện trong lúc thực hiện Chỉ. Vì thế mà hành giả cần phải khởi động Bốn tác ý³⁷³ một lần nữa.

Năng lực của thiền định phân tích dần dần được gia tăng và nó có thể dẫn đến một trạng thái khinh an của thân thể cũng như tâm thức. Khinh an này tương tự như khinh an mà chúng ta đã luận bàn trong trường hợp tu Chỉ nhưng khác một điểm là lớn hơn. Sự xuất hiện của cảm giác an lạc ví như khinh an thân tâm là dấu hiệu của sự thành đạt một trạng thái Quán toàn mớ. Bây giờ hành giả đã thực hiện Chỉ-Quán song vận, một sự phối hợp tuyệt hảo Chỉ và Quán. Với nó, hành giả nắm trong tay một khí cụ rất hiệu nghiệm để nghiên cứu các tầng cấp Tính không để rồi qua đó diệt trừ các chướng ngại của tâm thức.

Và đây, tôi xin chấm dứt cách trình bày tập trung thiền định qui về Tứ như ý túc.

Ngũ lực³⁷⁴ và Ngũ căn³⁷⁵ — Nhóm kế đến trong Ba mươi bảy thành phần trợ đạo là năm lực: Tín, tinh tiến, niệm, định và huệ lực. Trên hai cấp bậc đầu của Tư lương đạo — được gọi là »Nhiệt lực³⁷⁶« và »Tuyệt đỉnh³⁷⁷ —, những đặc tính này được gọi là Năm lực. Nếu những đặc tính này đã được phát triển mạnh đến mức độ không thể nào bị ảnh hưởng bởi những nhân tố đối nghịch thì chúng trở thành Năm căn. Quá trình này xảy ra trên hai giai đoạn cuối của Gia hạnh đạo, được gọi là »Nhẫn³⁷⁸« và »Thế gian cứu kính pháp³⁷⁹«

Năm căn này cụ thể là gì? Theo một cách trình bày được tìm thấy ở Thanh văn thừa cũng như Đại thừa thì chúng có mối quan hệ với những gì phải được thừa nhận và xả bỏ trong phạm vi Tứ thánh đế. Theo đó thì Tín là niềm tin chắc vào những gì phải được gìn giữ và buông xả trong phạm vi Tứ thánh đế. Tinh tiến là tâm trạng nhiệt tình thực hiện việc xả bỏ hoặc gìn giữ này. Niệm là không quên những gì phải được xả bỏ hoặc gìn giữ. Định là tâm trạng chuyên nhất vào những gì phải được xả bỏ hoặc gìn giữ. Huệ là sự hiểu biết phân tích những khía cạnh riêng biệt của những gì phải được xả bỏ hoặc gìn giữ trong phạm vi Tứ thánh đế.

Theo cách trình bày Đại thừa của Từ Thị trong luận Hiện quán trang nghiêm[xviii] thì Tín hướng đến ba đối tượng của qui y — Phật, pháp và tăng; nhưng theo cách trình bày đặc biệt này của Đại thừa, Tín có những đặc tính siêu việt bởi vì việc qui y Phật, pháp, tăng được thi hành với một tâm trạng hướng về tất cả những loài hữu tình. Vì vậy mà được nói là những đối tượng được niềm tin này hướng đến luôn luôn có mặt. Ngoài ra, trong lúc qui y, hành giả nhìn nhận Phật quả là mục đích và Vô thượng chính đẳng

chính giác phải được thực hiện. Vì những đặc điểm này mà phương pháp qui y của Đại thừa vượt trội qui y của Thanh văn và Độc giác thừa.

Tinh tiến là nhiệt tâm thực hiện Sáu hạnh ba-la-mật-đa:³⁸⁰ Bồ thí, trì giới, nhẫn nhục, tinh tiến, thiền định và huệ ba-la-mật-đa. Niệm là không quên tâm bồ-đề³⁸¹, không quên việc cố gắng đạt giác ngộ vì lợi ích của chúng sinh. Thiền định siêu việt mọi khái niệm tư duy và Huệ là sự nhận thức được Tính không, trống rỗng của sự vật và qua đó nhận biết rằng chúng không thể được xem là thật sự tồn tại.

Còn có những điểm khác biệt với Thanh văn và Độc giác thừa tương tự như trên trong trường hợp Bồ Tát thực hiện Tứ niệm xứ; các vị phát huy Tứ niệm xứ không chỉ riêng cho chính mình mà còn lưu tâm đến tất cả những loài hữu tình. Tuy vậy, ngoại trừ những điểm khác biệt này và những sai biệt nhỏ trong khía cạnh đối tượng thiền định thì Ba mươi bảy thành phần trợ đạo được thực hiện như nhau trong cả ba cỗ xe, Thanh văn, Độc giác cũng như Bồ Tát.

Thất giác chi³⁸² — Nhóm tiếp theo là Bảy thành phần đạt giác ngộ thuộc về Kiến đạo. Tôi không muốn trình bày chi tiết mà chỉ tóm lược: Niệm³⁸³, trạch pháp³⁸⁴, tinh tiến, hi³⁸⁵, khinh an³⁸⁶ và xả³⁸⁷.

Bát thánh đạo³⁸⁸ — Với con đường tu tập thiền định thì hành giả đã đạt đến Bát thánh đạo. »Con đường tám nhánh« này bao gồm: Chính kiến³⁸⁹, chính tư duy³⁹⁰, chính ngữ³⁹¹, chính nghiệp³⁹², chính mệnh³⁹³, chính tinh tiến³⁹⁴, chính niệm³⁹⁵ và chính định³⁹⁶. Tôi không muốn trình bày quá chi tiết.

Qua việc tu tập, thực hiện Ba mươi bảy thành phần trợ đạo mà một Thanh văn hoặc Độc giác có thể đạt quả vị Sát Tặc. Ngoại trừ cách trình bày Tính không trong các hệ thống triết lí khác nhau thì cách thực hiện các bồ-đề phần này đều tương tự như nhau trong cả ba cỗ xe.

Những nét đặc thù của Bồ Tát thừa

Đại thừa là gì? Phương pháp tu tập trên con đường Bồ Tát ra sao? Để luận bàn về các vấn đề này, chúng ta trước hết hãy quán xét tâm bồ-đề, một tư thái coi trọng người hơn chính mình. Con đường Đại thừa đòi hỏi một động lực bao quát của một vị Bồ Tát: không chỉ tìm an lạc cho chính mình mà còn đảm nhận việc cứu độ tất cả chúng sinh. Nếu đã phát triển tư thái này, hành giả bước vào Đại thừa; khi nó chưa hiện diện thì không thể nào tự xem mình là hành giả Đại thừa. Tâm tư này có hiệu quả thật lớn; nó chẳng những giúp

ích cho những người thực hành tôn giáo mà còn có ích cho những người chỉ chuyên chú vào những sự việc của cuộc sống này. Nguyên nhân của hạnh phúc là lợi tha — nguyện vọng thực hiện những việc có lợi cho người.

Có cách trình bày bốn nhân, bốn duyên và bốn lực hỗ trợ cho việc phát triển tâm bồ-đề; nhưng bây giờ tôi không muốn đi vào chi tiết. Nhưng thay vào đó thì chúng ta sẽ luận bàn về việc phát triển lòng lợi tha. Một phương pháp tu tập được Từ Thị và Vô Trước truyền lại. Phương pháp này được dạy chung với »Bảy lời giáo huấn về nhân quả«. Phương pháp thứ hai được truyền dạy qua Văn-thù Sư-lợi đến Long Thụ và Tịch Thiên, được gọi là phương pháp »Giao hoán giữa ta và người«.

Bản tính của tâm bồ-đề là gì? Từ Thị nói như sau trong luận Hiện quán trang nghiêm:[xix]

Việc phát triển một tấm lòng vị lợi được trình bày như một nguyện vọng đạt giác ngộ viên mãn vì hạnh phúc của chúng sinh.

Như vậy thì tâm bồ-đề là một tâm thức hướng về lợi tha mà muốn đạt giác ngộ. Nó bao gồm hai loại nguyện vọng:³⁹⁷ Nguyện vọng đầu tiên — có thể xem như nguyện vọng chính — là nguyện vọng cứu độ chúng sinh; nguyện vọng thứ hai là cầu đắc giác ngộ cho chính mình bởi vì xem giác ngộ là phương tiện để thực hiện việc cứu độ chúng sinh. Trong Hiện quán trang nghiêm luận sớ, Sư Tử Hiền³⁹⁸ đưa ra một phản đối giả thiết bài xích cách định nghĩa bồ-đề tâm trong hai dòng kệ của Từ Thị:

Theo Từ Thị, hai loại dục — dục cầu hạnh phúc của người khác và dục cầu giác ngộ cho chính mình — được xem là bản tính của một tâm bồ-đề, như ta có thể tìm thấy ở chữ »Nguyện.« [Bởi vì »nguyện« và »dục« là hai chữ đồng nghĩa.] Dục là một tâm sở. Nhưng tâm bồ-đề lại là một tâm vương — tức là tâm thức chính. Vì vậy mà không nên gọi tâm bồ-đề là »dục«.

Để giải đáp phản đối này, Sư Tử Hiền đưa ra lí do vì sao Từ Thị lại gọi tâm bồ-đề là »Dục« hai phân: phần thứ nhất là tên của tâm sở phục tùng tâm vương được gán vào tâm vương — tâm thức chính. Trường hợp này là Dục cầu đắc giác ngộ bởi vì Dục này là một tâm sở thuận tùng hỗ trợ tâm bồ-đề — một tâm thức chính. Phần thứ hai là tên của kết quả được gọi theo tên của nguyên nhân. Trường hợp này là Dục cầu đạt hạnh phúc cho người khác bởi vì Dục là một nguyên nhân cơ bản để phát huy tâm bồ-đề.

Có bao nhiêu loại tâm bồ-đề khác nhau? Nhìn theo phương diện bản tính thì có hai: Tâm bồ-đề nguyện vọng và tâm bồ-đề thực hiện. Về sự khác biệt giữa hai loại trên thì có nhiều cách giải thích sai biệt của các vị học giả Ấn cũng như Tạng; nhưng phần lớn họ đều nói là tâm bồ-đề nguyện vọng là trường hợp nguyện vọng giác ngộ vì lợi ích chúng sinh đã được phát triển nhưng thế nguyện hành động như một vị Bồ Tát vẫn chưa được thực hiện³⁹⁹. Lí do là trong giai đoạn này, tâm bồ-đề phần lớn chỉ là thái độ có nguyện vọng: »Giá mà tôi thành đạt bồ-đề!« Sau khi phát triển dạng nguyện vọng này thì hành giả nhận ra là việc chứng đạt Phật quả tất nhiên phải đi cùng với việc thực hiện các đức hạnh của một vị Bồ Tát. Hành giả cố gắng phát triển một nguyện vọng lớn, nguyện vọng tu tập, thực hiện những đức hạnh này, và để được như thế, hành giả học hỏi và làm quen với chúng. Khi nguyện vọng thực hiện những Bồ Tát hạnh đã lớn mạnh, hành giả quyết định thực hiện chúng và sau đó thụ giới Bồ Tát. Từ giờ phút này thì tâm bồ-đề không chỉ là một nguyện vọng đạt Phật quả đáng tán dương nữa mà còn quan hệ với thế nguyện sử dụng những phương tiện để thật sự đạt Phật quả. Các phương tiện này là Sáu hạnh ba-la-mật-đa. Trong trường hợp này thì người ta nói đến tâm bồ-đề của việc thực hiện bởi vì nó là tâm thức tác dụng qua hành động, những hành động hiển bày phương pháp hoặc con đường đạt Phật quả.

Theo phương diện cấp bậc phát triển, tâm bồ-đề có thể được phân thành bốn loại:

1. Tâm bồ-đề trong lúc thực hiện hai tầng cấp tu luyện trên cơ sở thắng giải; đây là tâm bồ-đề của Tư lương và Gia hạnh đạo.
2. Tâm bồ-đề của »tâm tư thanh tịnh phi thường« trên bảy địa vị bất tịnh; đây là tâm bồ-đề trên bảy địa đầu tiên của Bồ Tát thập địa.
3. Tâm bồ-đề đã chín muồi trên ba địa vị thanh tịnh — địa thứ tám, thứ chín và thứ mười của Bồ Tát thập địa.
4. Tâm bồ-đề đã được giải thoát ra khỏi tất cả những chướng ngại khi thành đạt Phật quả.

Trong khi tiến bước trên Ngũ đạo — bắt đầu từ ba cấp bậc của Tư lương đạo, sau đó là Gia hạnh đạo và Bồ Tát thập địa, bắt đầu từ Kiến đạo —, tâm bồ-đề được những nhân tố thuận tòng hỗ trợ trên những chặng đường phát triển này. Nhìn theo những chặng đường có mối liên hệ với tâm bồ-đề mà

người ta lại phân nó ra thành hai mươi hai loại. Nhưng chúng không cần thiết phải được giảng giải ở đây.

Hành giả phải luyện tập như thế nào theo Bảy lời giáo huấn về nhân quả để phát triển tâm bồ-đề? Căn cơ của tâm bồ-đề là lòng bi. Trong lúc phát triển tâm đại bi thì điểm quan trọng là tạo một cảm giác thân cận và đoàn kết với những chúng sinh đang kham chịu khổ cực. Càng có cảm giác gần gũi, càng thương yêu quý trọng chúng sinh chừng nào thì cường độ của lòng bi đối với chúng càng gia tăng. Người mà chúng ta thương yêu nhất, quý trọng nhất và gần gũi nhất thường là bà mẹ. Vì vậy mà nên tu luyện, xem chúng sinh như chính bà mẹ của mình. Nhưng cũng được nói là người mẹ chỉ là một ví dụ; hành giả cũng có thể thay vào đó một người khác mà mình thân cận nhất — mẹ, cha, một thành viên khác trong gia đình hoặc một người bạn.

Bảy lời giáo huấn về nhân quả này là gì? Với bảy lời dạy này, một cách tu tâm với bảy cấp bậc được trình bày. Cấp thứ bảy ở đây chính là hiệu quả của cách tu luyện — là tâm bồ-đề — trong khi sáu cấp bậc còn lại tạo nên nguyên nhân hình thành nó: nhìn nhận tất cả những loài hữu tình là mẹ, suy nghĩ về tình thương của chúng [đồng nghĩa với tình thương của bà mẹ], phát nguyện báo ân, ân cần lo lắng, lòng bi, và tâm thức vị lợi một cách phi thường. Trước khi tu tập tâm trạng nhìn nhận tất cả chúng sinh là mẹ thì hành giả phải phát triển tâm xả, vì nếu không thì tâm vẫn còn ôm ấp thành kiến và thiên vị. Xả là một bước chuẩn bị cho việc tu tập theo Bảy lời giáo huấn về nhân quả.

Trước đây tôi đã trình bày lí do vì sao không có gì chắc chắn cố định trong vòng sinh tử. Tôi đã không đi sâu vào chi tiết nhưng trong mối liên hệ này có cách trình bày tám loại khổ, sáu loại khổ và tương tự. Thuộc vào những loại khổ này là việc không cố định trên phương diện bằng hữu và thù địch. Sự việc hiển nhiên là sự bất cố định này cũng có giá trị trong cuộc sống hiện thời của chúng ta. Các mối quan hệ với người bạn, kẻ thù và người trung tính đều giống nhau ở một điểm là chúng không chắc chắn và lâu dài. Ví dụ như không ai lúc nào cũng là một kẻ thù; thỉnh thoảng kẻ thù trở thành bạn và ngược lại. Vì thế mà không có lí do nào tự gán cố định vào một hướng là một người nào đó chỉ là kẻ thù và vì vậy phải được bác bỏ, hoặc một người nào khác chỉ là bạn và vì thế nên được tôn trọng, hoặc một người nào khác chỉ là một người trung tính và vì vậy không để ý đến họ, đôi đũa không thương không ghét. Không có khác biệt gì cả — họ đã là bạn, họ đã là kẻ thù và họ cũng đã là người trung tính. Người nào đó đã hại tôi năm vừa qua và đã giúp đỡ tôi năm nay, và một người khác đã giúp tôi năm qua và tôn hại

tôi năm nay, cả hai đều được đánh giá như nhau. Chúng ta nên suy nghĩ như thế trong lúc thiên định.

Trong khi thiên định, hành giả nên hình dung ba người đứng trước mặt: một kẻ thù không thể nào chịu đựng nổi, một người bạn quý trọng, và một người trung tính mà mình không quan tâm đến. Đối với một trong ba người này thì hành giả sẽ có một cảm giác gần gũi và tự nhủ: »Đây là bạn ta«; đối với người thứ hai thì lại có ác cảm khi nghĩ đến hắn và một tâm tư lãnh đạm khi nghĩ đến người thứ ba. Bây giờ phải bắt đầu tư duy, tìm hiểu nguyên nhân của những cảm giác này. Nguyên nhân là người này có lúc giúp ta, người kia thỉnh thoảng hại ta và người thứ ba chẳng làm gì thuộc về hai trường hợp này. Nếu suy nghĩ về những mối quan hệ này trên quan điểm vô số kiếp sống mà con người đã phải trải qua thì người ta không thể nào quả quyết được là một người nào giúp hoặc hại ta trong cuộc sống này cũng đã xử sự như thế trong tất cả các cuộc sống.

Nếu tư lự như vậy về tư thái đối với bạn, thù và những người không được quan tâm đến trong lúc thiên định thì sẽ đạt đến một điểm mà khi đó hành giả thấy được là việc phát triển cả hai, tâm trạng quá tham ái cũng như quá thù hận đều phi lí. Từng bước một mà hành giả sẽ giảm được thành kiến và sẽ xác nhận được là việc phân chia thù, bạn một cách thiên vị như trước đây là sai lầm.

Nhưng bây giờ có thể có ý niệm là: Bởi vì mỗi người đều đã giúp đỡ và tổn hại ta và như vậy thành kiến của ta hoàn toàn trái chỗ, có lẽ tốt hơn hết là lui về ở ẩn và không quan hệ với người nào. Nhưng ý nghĩ này không được dễ chịu cho lắm, có đúng không? Có quan hệ với người là một việc cần thiết; và khi tạo một mối quan hệ thì hay hơn hết là thực hiện nó với một cách khả quan. Nên nhận thức được là không nên bỏ rơi người khác trong mọi trường hợp; vì không ai đã không hành động không xử sự đối với mình như bạn, như cha, như mẹ.

Ngay nơi này cũng nên suy nghĩ về đặc tính vô thủy của cuộc sống — của sự tái sinh trong vòng sinh tử. Mỗi hữu tình được sinh từ thai mẹ hoặc trứng đều phải có một bà mẹ. Vì đã tái sinh không biết bao nhiêu lần nên mỗi hữu tình đều có vô số bà mẹ.

Nếu gặp khó khăn trong trường hợp nhìn nhận mỗi chúng sinh đã là mẹ của mình trên mặt xác nhận qua kết luận thì hãy tự hỏi từ mặt phủ định xem có lí do chính đáng nào để quả quyết là chúng sinh nào đó đã không phải là người

mẹ của mình. Không ai có thể xác định như thế được. Và ngay cả trong trường hợp sau khi cân nhắc như trên mà không đạt đến một kết luận, vẫn còn những mối nghi ngờ thì tốt hơn là thừa nhận một lập trường vững chắc.

Tiếp theo đó là suy nghĩ về thời gian chúng sinh là mẹ hoặc bạn của mình, về việc họ thương yêu mình, tử tế với mình tương tự như người mẹ trong cuộc đời này đối xử. Phải suy nghĩ kỹ về tình thương của họ, không chỉ suy nghĩ nông cạn. Phải để những ý niệm này khắc sâu vào tâm thức. Tôi đã trình bày việc phát huy những ý niệm này trong thiền định qua một ví dụ; vì thế mà tôi sẽ không đi vào chi tiết trong lúc trình bày những bước kế đến.

Sau khi đã suy nghĩ chính chắn về lòng tốt của chúng sinh thì bước thực hiện kế đến là phát nguyện thù đáp lòng tốt này. Nếu tư thái này được phát triển cho đến lúc hành giả tự thấy việc báo ân chúng sinh là một việc cần thiết phải được thực hiện thì lúc này chúng sinh sẽ hiển hiện trước hành giả một cách thân cận, quý báu. Đây là bước thứ tư — lòng thương yêu, cảm tình hướng về tất cả chúng sinh.

Bước thực hiện kế đến là suy nghĩ đến việc những người này đang chịu khổ cực — nhưng lại mong chờ hạnh phúc. Nếu hành giả trước đây nghiên cứu Tứ thánh đế mà không hoàn toàn nhận ra khổ thì không có cách nào hơn là chỉ phát triển lòng bi hơn được một chút trong bước thứ năm. Là vì hành giả không nhận ra đúng phạm vi hiện hành và tâm căn của khổ. Vì vậy cho nên quan điểm của hành giả vẫn còn thiên vị và bị ảnh hưởng bởi thành kiến: Hành giả rất dễ phát triển lòng bi đến một giới hạn nào đó cho một người sống lang thang ngoài đường, chịu khổ cực hiển nhiên; nhưng không thể phát triển lòng bi dành cho một người sống trong hoàn cảnh thật giàu sang. Đó là một dấu hiệu của tâm chấp trước những gì hấp dẫn, dễ chịu, phú quý trong luân hồi sinh tử.

Trong giai đoạn đầu của việc phát triển lòng bi thì quả thật là đơn giản hơn nếu hành giả hình dung một hữu tình trong một tình cảnh thật khô đau và nương theo đó mà phát huy lòng bi. Nhưng sau đó hành giả tất nhiên phải suy nghĩ về những người hiện thời không chịu khổ một cách hiển nhiên; vì họ đang vướng mắc vào những hành động tạo khổ cho tương lai hoặc đã mang những hạt mầm của khổ được tạo bởi những hành động trước đây. Và nhìn như vậy thì các chúng sinh này đã mang mầm mống của khổ trong thân tâm mặc dù chưa phải thật sự cảm nhận hậu quả. Vì vậy nên lúc đầu, hành giả nên phát triển lòng bi bằng cách suy nghĩ về chúng sinh đang bị những nỗi khổ của thân thể hoặc tâm thức dày vò. Sau đó nên mở rộng tầm nhìn và

hướng về chúng sinh đang chịu nỗi khổ của sự biến chuyển. Và cuối cùng, hành giả suy nghĩ về việc tất cả chúng sinh đều bị ảnh hưởng bởi nỗi khổ thống trị tất cả, bị giam giữ trong một quá trình biến chuyển nằm ngoài phạm vi kiểm soát của chính mình. Qua cách thực hiện như trên, hành giả sẽ dần dần đạt được một tâm thức hướng về tất cả chúng sinh và mang một nguyện vọng chủ quan là tất cả chúng sinh sẽ thoát khổ. Đó là lòng bi. Có nhiều lòng bi — lòng bi vô lượng, lòng đại bi và lòng bi đơn giản. Cũng có một lòng bi hòa lẫn với tham ái; đó là lòng bi mà chúng ta thường có. Sự việc này được biểu hiện qua lúc chúng ta lập tức nổi giận chỉ vì một chuyện vặt.

Trên phương diện trình độ hiểu biết có ảnh hưởng thế nào đến lòng bi, người ta cũng phân chia nó ra thành nhiều loại. Có lòng bi chỉ quan tâm đến khía cạnh chúng sinh chịu khổ; nhưng cũng có lòng bi thâm sâu hơn, quan tâm đến nỗi khổ của chúng sinh và thêm vào đó là Tính không dạng thô của nhân vô ngã — trống rỗng cách biệt một tự ngã với ý nghĩa một thật thể tự lập, tồn tại thật sự. Thậm chí có cả một tầng cấp vi tế hơn của lòng bi mà trên đó, tất cả các chúng sinh được hiểu là trống không cách tuyệt một tự tính.

Đặc điểm của lòng Đại bi là gì? Đó là một lòng bi có năng lực tạo thành ý chí: »Chính tôi sẽ là người cứu độ tất cả chúng sinh thoát khổ!« Như vậy, lòng bi này đủ mạnh để dẫn khởi một quyết định, không chỉ là một ý nghĩ đơn thuần như: »Hay biết chừng nào nếu tất cả chúng sinh đều thoát khổ!« Quyết định dưới dạng nguyện vọng cứu độ tất cả chúng sinh thoát khổ được sản sinh bởi lòng đại bi là một »tư thái vị lợi phi thường«; là cấp thứ sáu của quá trình phát triển tâm bồ-đề.

Tư thái vị lợi phi thường này được chỉ đạo bởi ý nghĩ tự mình tạo hạnh phúc cho chúng sinh bằng cách thực hiện những gì cần thiết để giải thoát chúng ra khỏi khổ đau. Lúc này thì hành giả phải tự hỏi là trong trạng thái hiện giờ mình có đủ khả năng thực hiện việc này hay không — và sẽ phải xác nhận là tiêu chuẩn này hiện thời chưa được thành đạt. Từ nhận thức này mà một khía cạnh khác của lòng vị tha xuất hiện: Trước đây hành giả đã cố gắng phát triển tư thái vị tha, bây giờ thì cố gắng phát triển tâm tinh tiến đạt bồ-đề cho chính mình. Như đã nói trước đây, hai tâm nguyện tất nhiên phải hiện diện: thực hiện hạnh phúc cho chúng sinh và thành đạt bồ-đề cho chính mình.

Về câu hỏi thực hiện hạnh phúc cho người như thế nào thì theo quan điểm của Phật giáo, khổ và lạc tự thọ đều là những gì tự tạo, không phải do bên ngoài gây ra. Từ đó mà có thể suy ra là chúng sinh phải làm quen với những

phương tiện và biết sử dụng để có thể tự đạt hạnh phúc. Như vậy thì con đường hiệu quả nhất để giúp người là dạy họ những gì phải được thừa nhận trong khi thực hành và những gì thuộc về thái độ hiện thời cần phải được buông xả. Và để có thể thực hiện được việc này thì không có cách nào khác hơn là phải hiểu biết trọn vẹn về những gì phải được xả bỏ và những gì phải được chấp giữ — hành giả phải hiểu biết toàn vẹn. Như đã trình bày trước đây, không có con đường nào khác để thực hiện việc này bằng cách trừ khử tất cả những chướng ngại của nhất thiết trí — và ai đã vĩnh viễn tiệt đoạn những chướng ngại của nhất thiết trí được gọi là Phật-đà.

Đó là một quá trình tư duy mà qua đó, hành giả có thể nhận thức được vì sao cần thiết phải đạt giác ngộ cho chính mình để có thể cứu độ chúng sinh một cách rộng mở. Được nói là Phật có hai loại thân, Pháp thân và Sắc thân. Hạnh phúc của chúng sinh được thực hiện qua hành động cứu độ bằng ngôn thuyết của Đức Phật. Hành động này chỉ có thể được thực hiện qua một Sắc thân Phật; và vì lí do này nên Sắc thân của một vị Phật cũng được gọi là »Sắc thân vị lợi«. Để đạt được một sắc thân như thế thì hành giả phải thực hiện tất cả những đức hạnh một cách hoàn hảo và xả bỏ tất cả những lỗi lầm, trong khi tất cả những chướng ngại đều bị tiêu hủy trong phạm vi của Pháp giới. Việc thành tựu và xả bỏ toàn vẹn này tạo thành Pháp thân Phật; vì vậy mà Pháp thân này được gọi là thành tựu hạnh phúc của chính mình. Vì vậy nên có mối quan hệ giữa một Sắc thân Phật với nguyện vọng cố gắng tạo hạnh phúc cho chúng sinh, và mặt khác, có một quan hệ giữa Pháp thân và nguyện vọng thành đạt bồ-đề cho chính mình.

Và cách trình bày trên chấm dứt bài luận giải về việc tu tập phát triển tâm bồ-đề vì lợi ích của chúng sinh theo Bảy lời giáo huấn về nhân quả.

Bình đẳng quan và giao hoán giữa ta và người

Phương pháp tu luyện tâm thức bằng cách quán bình đẳng và giao hoán giữa ta và người được trình bày rất rõ trong tác phẩm Nhập bồ-đề hành luận của Tịch Thiên. Theo cách tu tập này thì đầu tiên, hành giả xác nhận sự bình đẳng giữa ta và người, một sự bình đẳng trên quan điểm tất cả chúng sinh đều muốn hạnh phúc và thoát khỏi khổ đau. Chủ đề hoán giao giữa ta và người được xử lí trong phẩm thứ tám của tất cả mười phẩm trong bài luận của Tịch Thiên; căn bản phát triển một tâm tư như vậy được trình bày trong phẩm thứ sáu. Phẩm này nêu rõ việc tu tập nhẫn nhục và tầm quan trọng của kẻ thù. Vì vậy mà hành giả phải tu luyện tâm thức bằng cách phối hợp nội dung của hai phẩm này.

Trong phẩm đầu, Tịch Thiên trình bày những điểm ích lợi của một tâm thức cầu đắc giác ngộ vì chúng sinh. Hành giả nên suy nghĩ kỹ về những lợi ích này. Ngoài ra, hành giả còn phải thu thập công đức, và vì vậy nên phát triển tâm bồ-đề qua việc thực hiện nghi lễ cung kính tùy thuận bao gồm bảy hoặc tám phần. Nghi lễ nhiều phần này được bắt đầu với việc sám hối những hành động bất thiện; vì lí do này nên phẩm thứ hai mang tựa đề »Sám hối tội lỗi«. Trong phẩm này, Tịch Thiên trình bày một cách khẩn thiết chủ đề vô thường. Dù cuộc sống hiện thời huyền diệu, vui sướng thế nào đi nữa, nó cũng chỉ như là trường hợp sống sung sướng nhiều năm trong một giấc mộng, để rồi sau đó thức tỉnh — và tất cả những gì còn lại của niềm vui trước kia chỉ là những nỗi nhớ.

Trong phẩm thứ ba, Tịch Thiên diễn giảng các phần còn lại của nghi lễ qua việc phát triển tâm bồ-đề. Phẩm này mang tựa »Phát tâm bồ-đề«. Sau đó, sư giảng giải Sáu hạnh ba-la-mật-đa: bố thí, trì giới, nhẫn nhục, tinh tiến, thiền định và trí huệ. Hạnh thứ nhất là bố thí được xử lí ở nhiều chỗ trong bài luận và cũng như vậy, hạnh trì giới không được trình bày trong một phẩm riêng biệt; nhưng tinh niệm và chính tri tưởng, các phương tiện thanh tịnh thân tâm lại được trình bày trong hai phẩm riêng, phẩm thứ năm và sáu. Nhẫn nhục và tinh tiến được luận bàn trong phẩm thứ sáu và bảy. Những lời dạy của Tịch Thiên về tinh tiến đặc biệt có giá trị vì trong đó, sư nêu cách thực hiện với lòng tinh tiến như thế nào để không rơi vào cực biên.

Trong phẩm thứ tám, Tịch Thiên trình bày phần lớn việc an trụ tâm một cách cân bằng qua việc giao hoán giữa mình và người. Để đạt được sự cân bằng này, hành giả phải thâm nhiếp tâm, không cho phép nó phân tán qua quan hệ với đối tượng; vì vậy nên Tịch Thiên nêu rõ lợi ích của việc sống cô tịch và những điểm bất lợi của dục tham — đây là trường hợp mà sư trình bày cho đàn ông những lỗi lầm của một xác thân phụ nữ. Trong phẩm thứ tám, sư trình bày Tính không. Trong đây, sư giàn dựng nhiều cuộc tranh luận và những luận giả đối địch ngoài Phật giáo phần lớn thuộc vào những hệ thống triết lí như Số luận phái⁴⁰⁰, Phệ-đàn-đa phái⁴⁰¹ cũng như Nhĩ-mạn-sai phái⁴⁰². Trong nội bộ Phật giáo thì đối tượng bị biện bác của sư đầu tiên là Kinh lượng và sau đó là Duy thức tông. Trong lúc diễn giảng triết lí Trung quán, sư mô tả rất cụ thể và tuyệt vời cách hiểu như thế nào về việc hiện tượng không tồn tại một cách tuyệt đối, nhưng lại tồn tại tương đối. Tính vô ngã được trình bày chung với việc thực hiện Tứ niệm xứ. Nhưng ở đây, Tứ niệm xứ không bao gồm những phương pháp như quán thân, quán thọ, quán tâm, quán pháp qui về bản chất khổ của chúng, mà qui về bản tính tuyệt đối, Tính không của chúng. Tiếp theo đó, sư diễn bày tất cả những hoạt động cứu

độ chúng sinh được thực hiện một cách tự nhiên, vô công dụng như thế nào sau khi thành đạt Phật quả.

Phẩm thứ mười nói về việc hồi hương. Và một câu chuyện được lưu truyền về sự việc này: Tịch Thiên thuyết giảng trước chư tăng, đến đoạn văn sau trong phẩm thứ chín

Khi hiện tượng cũng như phi hiện tượng không còn trình hiện thì tâm sẽ được an tịnh, vì lúc này không còn gì có thể được nhận thức cả.

Ngay lúc này thì sư nhắc bỗng lên không trung bay về miền Nam Ấn Độ. Khi tác phẩm này được các đệ tử ghi chép lại thì có hai bản với số lượng kệ tụng khác nhau. Tương truyền là một vài đệ tử đi về miền Nam để hỏi Tịch Thiên về việc này.

Đó là những nét căn bản trong bài luận Nhập bồ-đề hành của Tịch Thiên. Chúng ta cứ làm ra vẻ như đã luận giải toàn vẹn bộ luận này; thật là một phương pháp hiện đại, không cần nhiều thời gian! Ngày mai tôi sẽ nói đến việc thực hành giao hoán giữa ta và người như thế nào.

---o0o---

Chương 09. Nhận thức giá trị của kẻ thù

Vấn đáp

● **Hỏi:** Vì sao luyện ái lại là sai lầm? Tôi có cảm tưởng như phải khước từ nhân tình nếu tu tập giải thoát khỏi tâm luyện ái. Sự việc gì sẽ xảy ra với tình thương yêu đặc biệt của tôi dành cho gia đình?

● **Đáp:** Phải phân biệt giữa luyện ái vướng mắc vào phiền não và luyện ái không bị phiền não làm ô nhiễm. Chữ »luyện ái« không tất nhiên phải ám chỉ một luyện ái bị phiền não quấy nhiễu. Cũng có thể có trường hợp luyện ái hoặc ham muốn không vướng vào phiền não, ví dụ như lúc ta suy nghĩ: »Việc này thật hay, tôi cần đến nó.« Tuy nhiên, tôi không rõ chữ »attachment«⁴⁰³ trong Anh ngữ có nghĩa chính xác là gì [được dịch sang Việt ngữ là »luyện ái«]. Trong mọi trường hợp thì việc nhận biết cái gì tốt, có ích và vì vậy muốn đạt được chưa hẳn là một cảm giác tất nhiên có liên hệ đến phiền não.

Cơ bản có ba cách nhận biết một đối tượng. Một cách nhận biết với quan niệm đối tượng tồn tại trên cơ sở tự tính. Một cách thứ hai xuất xứ từ nhận thức là đối tượng thật sự không tồn tại trên cơ sở tự tính. Cách nhận biết thứ ba không có quyết đoán gì về việc tồn tại hoặc không tồn tại trên cơ sở tự tính. Chúng ta thường có cách nhìn thứ nhất và thứ ba; hoặc là chúng ta cho là đối tượng tồn tại trên cơ sở tự tính, hay là chúng ta không để ý đến việc chúng tồn tại trên cơ sở tự tính hay không. Cả ba cách nhận biết đối tượng đều xuất hiện nơi người nào chưa hoàn toàn khắc phục được kiến giải chấp vào tồn tại trên cơ sở tự tính mặc dù đã có một nhận thức về Tính không của tồn tại bởi tự tính.

Như vậy thì mỗi tri giác trong liên tục thống nhất thể với khả năng phân biệt đối tượng tốt xấu không tất nhiên phải bao hàm kiến giải chấp vào tự ngã. Mặc dù các đối tượng bắt buộc phải trình hiện trước tâm thức của chúng ta — không cần biết là tâm thức nào — như là tồn tại trên cơ sở tự tính, nhưng nó không tất nhiên phải nhìn nhận chúng là tồn tại trên cơ sở tự tính. Dù có sử dụng những danh từ như ham muốn hoặc luyến ái — có trường hợp mà ý niệm »cái này hay, cái này lợi ích« không vướng mắc vào kiến giải chấp vào tự ngã. Một tri giác như vậy thậm chí có thể là một nhận thức chính xác trên khía cạnh tương đối. Ví dụ như khi ta xem tất cả những loài hữu tình là thân cận, cảm giác cầu mong hạnh phúc đến với chúng xuất phát trong tâm; tâm thức này là một nhận thức chính xác. Loại cảm giác hoặc ham muốn này không thiên vị, bởi vì nó dung hàm tất cả chúng sinh. Ngược lại, tình thương yêu hiện thời của chúng ta có giới hạn trong phạm vi những người bạn thân và gia đình, và nhìn chung thì quả thật bị ảnh hưởng bởi luyến ái một cách si mê. Dạng yêu thương này thật sự có thành kiến. Ngược lại, nếu phát triển một dạng tình yêu hoặc »luyến ái« trên cơ sở hợp lý thì lòng nhân đạo càng được gia tăng. Tôi nghi ngờ trường hợp một người nào đó sẽ phải phủ nhận nhân tình khi ông ta cách li luyến ái; ngược lại — ông ấy sẽ có lòng nhân đạo hơn.

- Hỏi: Các Đại sư Phật giáo hầu như lúc nào cũng có thể cười rất hồn nhiên — những nụ cười xuất phát từ tận đáy lòng. Yếu tố gì trong đạo Phật dẫn đến tư thái khôì hài này?

- Đáp: Không phải tất cả các vị Cao tăng đều được biết đến qua việc họ cười. Vị Đại sư Tây Tạng Lang-ri-tang-ba⁴⁰⁴ khóc liên tục; sư suy nghĩ liên tục về nỗi khổ của chúng sinh. Vì vậy mà sư được gọi là »Gương mặt sầu muộn«.

● Hỏi: Vì lí do gì mà phải xả thân quì lạy, lạy đi lạy lại tam qui y và những việc tương tự?

● Đáp: Xả thân quì lạy nằm trong Nghi thức tụng niệm bảy phần mà trong đó, mỗi phần được xem là một phương tiện đối trị những nhân tố bất thiện nhất định trong tâm. Xả thân quì lạy đối trị kiêu mạn; vì đất thấp và khi xả thân nằm sát đất thì người ta giữ một vị trí thấp kém. Cúng dường phẩm vật đối trị xan tham. Sám hối những hành động bất thiện là phương tiện đối trị ba độc tham, sân và si — động cơ thúc đẩy ác nghiệp. Hoan hỉ về việc thiện đã làm và những việc thiện của người là phương tiện đối trị lòng đố kỵ. Khẩn cầu chuyển pháp luân đối trị hành động bác bỏ Phật pháp trước đây. [Ví như phỉ báng Tam bảo.] Cầu xin chư Phật đừng rời thế gian đối trị tội lỗi đã vi phạm đối với bậc thầy. Hồi hướng công đức của thiện nghiệp là phương tiện đối trị kiến giải điên đảo [không tin vào nguyên lí nhân quả], bởi vì người ta hồi hướng công đức với nhận thức là các hành động của mình sẽ mang đến kết quả.

● Hỏi: Kiến giải chấp nhân ngã được hình thành qua kiến giải chấp pháp ngã như thế nào?

● Đáp: Luận Bảo hành vương chính của Long Thụ nói rằng:⁴⁰⁵

Khi nào còn kiến giải cho rằng, các nhóm thân tâm [tồn tại bởi tự tính] là thật có thì khi ấy vẫn còn kiến giải cho »Ta« [tồn tại bởi tự tính] là thật có.

Các nhóm thân tâm tạo cơ sở cho danh xưng của cá nhân. Và theo đó, kiến giải sai lầm nhìn nhận chúng tồn tại trên cơ sở tự tính lại tạo cơ sở cho kiến giải chấp vào tự ngã của một cá nhân, một cá nhân được hình thành bởi những nhóm thân tâm này.

Ngay cả những trường phái không đại diện quan điểm tương tự như trường phái Cự duyên — bởi vì họ quả quyết là các hiện tượng tồn tại bởi tự ngã của chúng — đều trình bày cá nhân như một cái gì đó tồn tại trên một danh xưng. Nhưng họ không đồng ý là tất cả những gì tồn tại tất nhiên phải tồn tại trên danh xưng; bởi vì họ quan niệm là một vài hiện tượng tồn tại bởi bản chất. Họ nói rằng, cơ sở của một hiện tượng tồn tại trên danh xưng tất nhiên phải có một bản chất. Và như thế thì họ có quan niệm là những nhóm thân tâm có một bản chất. Họ quan niệm như thế bởi vì cá nhân chỉ có thể được xưng danh trong mối liên hệ với những nhóm thân tâm; tâm thức không thể nào có khái niệm »cá nhân« nếu nó trước đó không nhận biết các nhóm thân tâm. Đây là lời trần thuật của tất cả các trường phái — ngoại trừ hệ phái Cự

duyên. Trường phái này cho rằng, tất cả những hiện tượng đều tồn tại tất nhiên trên cơ sở danh xưng. Ngoài ra, biểu đạt »tồn tại như danh xưng« không được hiểu một cách sâu sắc trong các trường phái khác — nếu so sánh với trường hợp nó được hiểu như thế nào trong hệ phái Cự duyên.

Theo phái Cự duyên thì cá nhân chỉ có thể được gọi trên một cơ sở danh xưng. Nếu người nào đó tin là cơ sở mà danh xưng của cá nhân tùy thuộc vào — tức là các nhóm thân tâm — tồn tại bởi tự ngã thì ông ta bắt buộc phải có kiến giải cho rằng cá nhân được nhận diện qua các nhóm thân tâm trên cơ sở danh xưng tồn tại bởi tự ngã. Đây là quan điểm của Long Thụ.

Nên lưu ý đến một cách phân biệt tinh tế về thứ tự xuất hiện của hai kiến giải sai lầm trên. Đầu tiên là kiến giải chấp vào tự ngã của các nhóm thân tâm, và từ cơ sở này lại xuất phát kiến giải chấp vào tự ngã của cá nhân. Trong trường hợp nhận thức được Tính không thì người ta sẽ nhận ra Tính không của nhân ngã trước; bởi vì nó dễ được nhận ra hơn. Sau đó thì Tính không của pháp ngã được xác định.

Ngay lúc này chúng ta phải đặt câu hỏi: Một tri giác nhận thức được nhân vô ngã cũng nhận thức được pháp vô ngã? Nếu trường hợp này xảy ra thì người ta phải kết luận là tất cả những trạng thái tâm thức nhận thức được vô ngã chỉ là một tri giác duy nhất; nhưng một tâm thức không thể xác định được hai loại vô ngã. Mặc dù vậy, qua nhận thức Tính không của một hiện tượng duy nhất, người ta vẫn có thể hiểu được là không có một hiện tượng nào nằm ngoài bản tính — là Tính không. Tuy thế, người ta vẫn phải nói rằng, một tâm thức chuyên chú vào cá nhân mang những thuộc tính và xác định được Tính không của cá nhân này không phải cũng xác nhận được Tính không của các nhóm thân tâm.

Trường hợp một tâm thức xác định được nhân vô ngã nhưng không xác định pháp vô ngã — như vậy thì lời của Long Thụ cho rằng kiến giải chấp nhân ngã không thể được diệt trừ nếu pháp vô ngã chưa được nhận ra phải được hiểu như thế nào? Lời giải của vấn đề này là: Một tri giác nhận thức Tính không của nhân ngã cũng có thể tiêu diệt được tất cả những khái niệm có liên hệ với kiến giải chấp vào tự ngã của các nhóm thân tâm — không hề thuộc vào trường hợp có tri giác nào khác nhận ra chúng hay không. Trong những bộ kinh, luận Ấn Độ, các vị luận sư thường đưa các biểu tượng như sừng thỏ, hoa trên không trung, đứa con của bà mẹ mất khả năng sinh sản, lông rùa làm ví dụ cho những gì không thật có. Một tri giác biết rõ là đứa con của một người mẹ không có khả năng sinh sản không thật có, cũng

chính tri giác này — không hệ thuộc vào trường hợp có tri giác nào khác — tiêu diệt tất cả những khái niệm sai lầm về mắt, tai... của đứa con của người mẹ không có khả năng sinh sản, mặc dù tâm thức này chính nó không lưu ý đến sự việc là mắt, tai... của đứa trẻ của một bà mẹ không sinh được không thật có.

Vì vậy mà lời trần thuật của Long Thụ được hiểu là: Người ta không thể nào phát triển một tri giác nhận thức được vô ngã của cá nhân — cá nhân chỉ được tìm thấy trên cơ sở của các nhóm thân tâm —, nếu trước đó không buông xả kiến giải chấp vào tự ngã của các nhóm thân tâm.

● **Hỏi:** Có phải Quán là phân tích trên cơ sở luận lí, trí lực trong mọi trường hợp — hay là nó cũng có thể được chứng đạt qua trực giác?

● **Đáp:** Phải nói là không dựa vào một suy luận trên cơ sở luận lí nào hết thì không thể đạt Quán. Nếu một hành giả đạt Quán độc duy bằng thiền định tập trung trong phạm vi tu tập của Vô thượng du-già thì trước đó, ông ta phải thực hiện nhiều suy luận chứng minh trên cơ sở luận lí. Trên cơ sở này, hệ thống Vô thượng du-già đưa ra những kỹ thuật phát triển tất cả những khả năng với sự hỗ trợ của thiền định tập trung, những khả năng mà bình thường chỉ có thể được thực hiện bằng cách tiếp tục thực hiện thiền định phân tích.

● **Hỏi:** Vậy thì ngôi thiên làm gì nếu vô minh có thể được diệt trừ bằng cách phân tích trên cơ sở luận lí?

● **Đáp:** Nếu chỉ hiểu được qua tri tính là những gì một tâm thức si mê nhận thức không thật có thì không đủ để diệt trừ vô minh. Tâm phải được biến chuyển, phải được chuyển hóa một cách tinh thâm. Có hai dạng vô minh, nhìn nhận các hiện tượng tồn tại bởi tự ngã: dạng được tạo bởi tri tính và dạng bẩm sinh. Dạng vô minh đầu tiên được hình thành qua các quan điểm triết lí sai lầm, không phải bẩm sinh. Ngược lại, dạng vô minh bẩm sinh đã có từ lúc xuất sinh, không chỉ mới phát xuất qua việc nghiên cứu một hệ thống triết lí. Để diệt trừ dạng vô minh bẩm sinh thì hiểu suông thôi không đủ. Phải trau dồi kinh nghiệm hiểu biết này qua thiền định để có thể thân thuộc được với Tính không của tự ngã. Và để đạt được như vậy thì thiền định chuyên nhất trong trạng thái Chỉ phải được thực hiện.

● **Hỏi:** Nếu các đại biểu của phái Cụ duyên bảo rằng, ngay cả trên phương diện tương đối, các hiện tượng cũng trống rỗng, không tồn tại bởi tự ngã — như vậy thì các hiện tượng tồn tại tương đối như thế nào? Có phải chúng chỉ

là kiến giải sai lầm hoặc là trí tưởng tượng của tâm thức? Làm thế nào để tránh được cực biên hư vô?

- **Đáp:** Chúng ta sẽ luận bàn về những điểm này chiều nay.
- **Hỏi:** Một kĩ sư kiêm Phật tử vừa soạn một quyển sách. Trong đó ông ta nói rằng máy vi tính và người máy có thể mang Phật tính. Ngài có đồng ý không?
- **Đáp:** Phật tính chỉ được giảng dạy độc duy trong phạm vi những loài hữu tình. Nếu người ta thực hiện một máy vi tính có tâm thức thì lại khác. Tuy nhiên, nếu chỉ xem Phật tính là Tính không thì ngay cả một bình hoa cũng có Phật tính.
- **Hỏi:** Có phải đây là một điều nên thực hiện, hoặc có thể thực hiện được nếu thành viên của một truyền thống đi theo một truyền thống khác?
- **Đáp:** Chúng ta phải phân biệt giữa tôn giáo và văn hóa ở đây. Tôn giáo là sở hữu của mỗi người; tôn giáo không có biên giới nào. Vấn đề quan trọng nhất là tôn giáo nào thích hợp nhất cho tính hướng tâm thức riêng của mỗi người. Mặt khác, văn hóa lại có quan hệ với bản quốc, với truyền thống xưa nay. Ví dụ như Phật giáo nguyên là một tôn giáo Ấn Độ. Như vậy, khía cạnh văn hóa của nó có quan hệ với Ấn Độ; nhưng khi Phật giáo đến các nước khác thì nó chạm trán với các nền văn hóa khác và từ đó sản sinh ra Phật giáo Tây Tạng, Trung Quốc, Nhật Bản và tương tự. Tinh hoa của những nền Phật giáo này là một, nhưng người ta vẫn tìm thấy một sự phối hợp toàn mỹ với nền văn hóa của từng địa phương và qua đó Phật giáo trở thành dạng thích hợp nhất cho một nước. Như vậy thì dần dần cũng sẽ có một Phật giáo châu Âu, châu Mỹ và tương tự. Cơ đốc giáo cũng được truyền bá tương tự như vậy sang châu Âu, Mỹ, Ấn Độ, Phi Luật Tân, Nhật Bản, Trung Quốc và thậm chí cả Tây Tạng, mặc dù nó chính là thuộc về vùng Cận Đông. Kết quả là nhiều giáo hội của Cơ đốc giáo được thành lập trên khắp hoàn cầu.

Tu luyện tâm vị lợi

Hôm qua chúng ta đã luận bàn về nguyện vọng đạt giác ngộ vì chúng sinh đến chủ đề tu luyện tâm thức vị lợi bằng phương pháp giao hoán giữa mình và người. Hôm nay chúng ta tiếp tục luận giải chủ đề này.

Tịch Thiên nêu rõ trong mối quan hệ với việc giao hoán giữa ta và người: Mỗi người, ngay chính mình và tất cả những người khác đều mong muốn

hạnh phúc, không ai muốn khổ. Và tương tự trường hợp người ta bảo vệ mỗi thân phần của mình không phân biệt, xem chúng đều là thân thể của chính mình — cũng như vậy, tất cả những loài hữu tình đều phải được bảo vệ trước khổ đau một cách vô phân biệt.

Từ quan điểm của chính mình, chúng ta hiểu rõ là lí do duy nhất vì sao muốn thoát khổ — nó chính là nguyện vọng không muốn kham khổ. Không còn lí do nào khác: Nguyện vọng thoát khổ xuất phát tự nhiên từ thâm tâm. Và tất cả những loài hữu tình đều ôm ấp nguyện vọng này. Đó là sự thật. Điểm khác biệt giữa mình và người khác ở chỗ nào? Có một sự khác biệt lớn về mặt số lượng. Dù có tự xem mình quan trọng thế nào đi nữa, ta chỉ là một người duy nhất. Ví dụ như trong trường hợp của chính tôi: Tôi chỉ là một tăng sĩ Phật giáo đơn độc. So sánh với tôi thì những người khác vô số lượng. Ngay cả trường hợp không để ý đến số lượng của những người trong các thế giới khác: Chỉ con số dân chúng trên địa cầu này thôi cũng đã vượt khỏi trí tưởng tượng — có cả hàng tỉ! Nếu suy nghĩ xem việc nào quan trọng, hạnh phúc của đa số hoặc của hạnh phúc của thiểu số, của một người duy nhất thì chẳng cần phải đặt câu hỏi nào nữa. Hạnh phúc của đa số quan trọng hơn hạnh phúc của tôi, hạnh phúc riêng tư của cá nhân.

Chúng ta hãy xem xét trình trạng của loài hữu tình từ phía chúng: Cũng như mình, mỗi chúng sinh khác đều muốn hạnh phúc, xa lìa khổ đau. Ví dụ như mỗi người trong mười người bệnh đều cầu mong an lạc về phía họ; mỗi người trong những người bệnh này đều tự có cảm nhận như một người bệnh cầu mong được chữa trị. Nếu suy nghĩ theo cách nhìn từ phía chúng sinh thì ta không có lí do gì để làm những trường hợp ngoại lệ chỉ vì yêu ghét riêng tư. Không có lí do gì để thiên vị, yêu quý một chúng sinh duy nhất mà bỏ rơi những chúng sinh khác. Không thể nào chọn lựa một người nào đó và đối xử với họ tốt hơn những người khác.

Bây giờ tôi quán xét mối quan hệ với những loài hữu tình từ phía tôi: Trong quá khứ, tất cả chúng sinh đều đã giúp đỡ tôi trong nhiều kiếp tái sinh — và sẽ giúp tôi tương tự như vậy trong tương lai. Như vậy từ phía tôi, tôi cũng không tìm thấy một lí do nào để đối xử với chúng sinh này tốt hơn, chúng sinh khác xấu hơn.

Cuối cùng, chúng ta hãy quán xét tình trạng từ khía cạnh bản tính của chính mình và bản tính của người khác: Chúng sinh ở cả hai bên đều mang bản chất khổ và vô thường. Bản tính tồn tại của tất cả chúng ta là sự thiếu an vui. Các mối thù hận của chúng ta vì thế mà hoàn toàn vô nghĩa — chúng chẳng

đem một chút nào lợi ích cho chúng ta. Chúng ta hãy nghĩ đến một nhóm tù nhân đang chờ đợi tử hình. Tất cả đều bước vào thời điểm cuối cùng của cuộc đời — hoàn toàn vô nghĩa nếu họ tranh cãi với nhau trong những ngày ít ỏi còn lại. Cũng tương tự như vậy, tất cả chúng ta đều bị trói buộc trong ngục tù khổ đau, vô thường và vô minh; điều quá rõ là trong những điều kiện này, chúng ta và những người khác đều đứng trong hoàn cảnh cơ bản như nhau. Chẳng có lí do gì phải tranh đấu với nhau. Trong trường hợp chính mình thì thiện hảo toàn vẹn, người khác lại mang đầy tội lỗi — nếu quả thật như thế thì có thể có lí do để xem thường họ. Nhưng trường hợp này không phải như thế! Vậy là một lí do thêm để xem mình và người khác đều như nhau.

Chúng ta nhìn nhận một vài người là bạn và người khác là kẻ thù — một cách rất thành kiến. Nếu thật sự một kẻ thù lúc nào cũng là kẻ thù và một bằng hữu lúc nào cũng là bằng hữu thì có thể thừa nhận lí do để ghét người nào đó và yêu thương người khác. Nhưng sự thật không phải như vậy. Như tôi đã nói, trong mối quan hệ giữa người và người với nhau không có gì có thể gọi là chắc chắn, nhất là trong trường hợp phân biệt thân, thù. Hơn nữa, lòng sân hận người không tốt cho ai, không tốt cho mình cũng như người. Hoàn toàn không có một điểm lợi ích nào hết! Cuối cùng, lòng sân hận cũng chẳng tôn thương người nào khác — chính ta là người bị hại! Món ăn tuyệt vời nhất cũng chẳng còn mùi vị khi sân hận trỗi lên. Có thể ta sẽ giận hờn ngay cả món ăn — một món ăn ngày thường có thể là ngon. Ngay cả gương mặt đáng mến của bạn bè, của vợ hiền, của con thương cũng làm ta giận dữ trong lúc ta hờn giận một sự việc nào đó — không phải vì họ xấu xa mà bởi vì có những điểm nào đó không ổn ở tư thái của chính mình. Điều này thật quá rõ. Quý vị hãy phán đoán với lí trí con người xem lợi ích của sân hận là gì.

Nếu suy nghĩ theo chiều hướng này thì ta sẽ không tìm thấy một lí do nào để phát lòng sân hận. Nếu một sự việc không hay xuất hiện, ta có thể giải quyết vấn đề này hiệu nghiệm hơn với một tâm thức vô sân. Lợi ích của sân hận xem như là không. Như tôi đã nói, người ta có thể thực hiện với một động lực nguyên nhân một hành động được thúc đẩy bởi động lực phần nộ đương thời; nhưng đây lại là một việc khác. Vì thương yêu mà nổi giận khác với nổi giận vì thù ghét. Trong trường hợp động lực nguyên nhân — lòng từ bi — đã hiện diện, động lực thúc đẩy trực tiếp ngay khi thực hiện một hành động có thể bao hàm nhân tố phần nộ — nó mang chức năng hỗ trợ một hiệu quả khả quan nhất định. Nhưng cơ sở chính của hành động trên là lòng yêu thương người khác. Tỉnh thoảng cũng phải dùng lời to tiếng nặng để ngăn

cản người không nên làm cản và ngay trong lúc này, phần nộ có thể được cần đến; nhưng tâm phần nộ này không phải là cơ sở, không phải là động cơ thúc đẩy căn bản. Mặt khác, những hành động thô bạo độc duy dựa trên cơ sở thù hận hoàn toàn không mang đến lợi ích gì.

Chúng ta thường nói là con người đứng bên trên thú vật bởi vì thú vật không có khả năng suy nghĩ như người. Tri tính của con người quả là một món quà đặc biệt. Thú vật có thể dễ tham ái và sân hận mặc sức tung hoành nhưng chỉ có loài người mới có khả năng suy nghĩ, phán đoán chính chắn. Đây là một đặc tính cố cựu của con người. Hơn thế nữa, con người chúng ta có thể thương yêu vô biên — thú vật, ví như chó và mèo, chúng chỉ có một tình thương hữu hạn dành cho con cái của chúng. Thêm vào đó là tình thương của chúng chỉ kéo dài một thời hạn nhất định: Nếu thú con đã trưởng thành thì tình thương của cha mẹ chúng cũng chấm dứt. Ngược lại, con người có thể phát huy tư tưởng tinh thâm hơn rất nhiều. Nhưng, tất cả những khả năng tuyệt hảo này đều tan biêt khi sân hận dấy lên. Vì vậy mà sân hận chính là kẻ tàn phá những đức tính cao thượng của chúng ta. Không một kẻ thù nào có thể tiêu diệt những đức tính này với vũ khí của hấn — nhưng sân hận lại có thể. Sân hận mới đích thật là kẻ thù của chúng ta.

Ngược lại, khi quán xét mặt khác — từ, bi, vị lợi — ta thấy nó là nguyên nhân đích thật của hạnh phúc. Một người mang lòng từ bi hoàn toàn không bị ảnh hưởng bởi những điều kiện bên ngoài — ngay cả khi ông ta phải sống ở một chỗ đáng buồn. Ôm ấp tâm sân hận thì ngay cả những điều kiện thuận lợi nhất cũng không thể làm hạnh phúc được. Mỗi người chúng ta đều muốn có hạnh phúc; nếu chúng ta thật sự coi trọng việc này thì phải sử dụng một phương pháp thích hợp để đạt được nó. Tư tưởng này không mang tính chất Phật giáo hoặc tôn giáo đặc thù nào cả, nó chỉ bắt nguồn từ lí trí cơ bản của con người.

Với tâm tư vị kỉ, chúng ta thường tự đề cao và xem thường người khác. Tịch Thiên trình bày một phương pháp để đảo ngược tư thái này: ta hãy tưởng tượng một cảnh tượng, một bên là tự ngã ích kỉ và bên kia khoảng mười, năm mươi hoặc một trăm chúng sinh khác. Ta chỉ là kẻ quan sát không có thành kiến. Một bên là tự ngã ngạo mạn, ích kỉ, bên kia là một nhóm chúng sinh đau khổ, đáng thương. Chính ta là người quan sát bên ngoài, là người thứ ba trong cuộc không thiên vị. Bây giờ quý vị hãy phán đoán! Ai quan trọng hơn? Cá nhân ích kỉ quan trọng hơn? Hay là nhóm chúng sinh kia quan trọng hơn? Quý vị suy nghĩ đi! Quý vị sẽ quyết định cho phía này hoặc phía kia? Tất nhiên là thâm tâm của quý vị sẽ quyết định về nhóm chúng sinh —

nếu quý vị thật sự có cảm nhận như một thành viên của loài người. Bởi vì nhóm này có nhiều người hơn và những người trong đây cần sự giúp đỡ nhiều hơn. Người kia chỉ là cá nhân tự phụ, không sáng suốt. Quý vị tự nhiên sẽ lưu tâm đến nhóm người. Qua việc lặp đi lặp lại những mối suy nghĩ như trên, tâm tư vị ki sẽ giảm dần và lòng tôn trọng người khác được gia tăng. Đó là phương pháp thực hành.

Tôi thường khuyên như sau: Ai tuyệt đối muốn ích ki thì nên ích ki một cách sáng suốt, không nên ích ki một cách hạn chế. Người nào sáng suốt thì trước hết nên nghĩ đến người, cố gắng giúp người như có thể một cách chân thật — không phải để lừa đảo họ mà vì những động lực chân thiện. Cứ an nhiên tự đặt mình vào hàng thứ hai. Lợi ích lớn nhất có thể đạt được sẽ là kết quả. Rõ chứ? Cứ như thế là một kẻ ích ki sáng suốt!

Qua đấu tranh, giết hại, trộm cắp và tổn thương bằng ngôn từ, ta có thể cố gắng đạt được một lợi ích nào đó. Nhưng kết quả của thái độ không để ý đến người khác, chỉ lo nghĩ đến »Tôi, tôi, tôi« lại là bất lợi cho chính mình. Mình là kẻ thua cuộc. Trước mặt thì những lời nói của người có thể xuôi tai, nhưng sau lưng thì không như thế nữa. Những dấu hiệu này đã là bằng chứng cụ thể cho biết rằng, vị ki chỉ có thể dẫn đến thất bại. Như vậy thì hành động vị tha không chỉ là một sự việc thuộc về tôn giáo; nó không gì khác hơn là nghệ thuật sống — một nghệ thuật sống chân chính, đặc thù của con người. Sùng tín hay không sùng tín, Phật tử hay không Phật tử — tất cả các việc này đều không quan trọng, đều vô nghĩa. Quan trọng chỉ là việc sống một cuộc sống có lí, có tình. Ăn uống chỉ kích thích hệ bài tiết; không phải là mục đích của cuộc sống! ý nghĩa của cuộc sống là phát triển một tâm lòng từ bi, nhân đạo — nó giúp chúng ta nên người. Có đặc tính này ta mới thấy tầm quan trọng và ý nghĩa của cuộc sống, chúng ta sẽ trở thành một người bạn, một kẻ trợ giúp của mỗi người.

Qua những ý nghĩ trên mà ta có thể thật sự phát triển một cảm nhận là chúng ta đều là anh chị em với nhau. Nếu còn ôm lòng thù hận thì những chữ »Anh« và »Chị« không khác gì những lời nói rỗng tuếch. Với một động lực vị tha thì đại đoàn thể nhân loại sẽ trở thành một gia đình hòa hợp, công bằng, chân thiện và thương mến lẫn nhau. Đó là mục đích của chúng ta. Đạt được trong cuộc sống này hay không thì lại là một chuyện khác; trong mọi trường hợp thì nó đáng được cố gắng thực hiện. Đây là niềm tin vững chắc của tôi.

Thông thường tôi hay gọi tư thái nhân đạo chân chính này là một tôn giáo toàn thể. Nó không phải là tôn giáo này hoặc tôn giáo nọ — nó là toàn thể. Quý vị có đồng ý với tôi là những việc này quan trọng không? Lí thuyết trùng phức không cần thiết, chỉ cứ việc suy nghĩ với tâm tư thiện hảo tự nhiên của con người. Qua suy nghĩ chính chắn chúng ta có thể tự xác nhận được là ba đức tính vị lợi, từ và bi cực kì quan trọng, cần thiết và đáng được thực hiện.

Đưa và nhận

Phật tử nhận thức qua những mối suy nghĩ nêu trên là chúng sinh phải chịu đựng rất nhiều khổ đau, và tự hỏi làm thế nào để cứu độ chúng. Nỗi khổ của chúng sinh là nghiệp quả của chúng, vì vậy nên phương pháp trực tiếp trợ giúp chúng sinh có giới hạn. Nhưng ta có thể nhiệt tình, phát nguyện từ tận đáy lòng là những nghiệp báo này đừng xuất hiện nơi chúng sinh mà ngay ở chính mình. Trong lúc này thì ta có thể tưởng tượng là việc này thật sự xảy ra. Đây là phương pháp thực hành việc tiếp nhận nỗi khổ trong phạm vi của một thái độ đồng cảm rõ rệt. Thêm vào đó ta có thể phát triển ý niệm truyền trao công đức mà mình đã tích tụ — dù chỉ là công đức thật nhỏ nhặt — và công đức này sẽ mang đến một kết quả khả quan, nhưng hoàn toàn không có một cảm giác tổn thất hoặc hối tiếc. Đây là cách thực hành việc truyền trao hạnh phúc của chính mình cho người khác trong phạm vi của một tư thái thương yêu rõ rệt. Mặc dù đưa và nhận chỉ xảy ra trong ý niệm và những kết quả tưởng tượng không thật sự xảy ra, nhưng tư lự như vậy rất có ích cho việc phát triển ý chí cương quyết, cố gắng hết mình.

Người nào đã quen thực hành như trên sẽ ứng dụng ngay khi gặp hoàn cảnh bất hạnh, bệnh tật. Qua đó mà có thể giảm được phần nào khổ đau và thêm vào đó là phát triển đức tính cương nghị. Qua kinh nghiệm bản thân hạn chế của tôi thì những phương pháp thực hành này quả thật là nguồn gốc của ý chí cương nghị, của nội lực. Tôi nghĩ là trường hợp này có mối quan hệ với câu hỏi sáng nay là vì sao các vị Cao tăng Phật giáo có thể hồn nhiên, hóm hỉnh như vậy. Phiền muộn, âu lo chắc chắn không giúp được gì hơn.

Về phần tôi, tôi cố gắng hết lòng; tôi thực hiện những gì có thể thực hiện được. Đạt được một mục đích nhất định nào đó hay không lại là một chuyện khác. Nhưng ít nhất là tôi sẽ không hối tiếc vì không cố gắng hết mực. Theo đuổi một mục đích to lớn tốt hơn mục đích nhỏ nhặt; ngay cả một cuộc sống trăm năm cũng rất ngắn — hầu như không có ý nghĩa. Tôi bây giờ bốn mươi sáu. Có thể là tôi sống thêm bốn mươi, thậm chí năm mươi năm nữa. Nhưng

so sánh với tương lai vô cùng tận thì khoảng thời gian này chẳng là bao nhiêu. Các vấn đề nan giải của tôi cũng không có ý nghĩa gì nếu so sánh với nỗi khổ của vô lượng chúng sinh. Quán xét những vấn đề, nỗi khổ của mình từ quan điểm thật gần thì chúng có vẻ to lớn khủng khiếp, không thể nào bỏ qua và không thể nào chịu đựng nổi. Nhưng khi nhìn chúng từ một khoảng cách nhất định thì chúng bỗng nhiên nhỏ bé hơn, không đáng để lo ngại quá mức. Nếu tập trung vào những bổn phận quan trọng thì những vấn đề nhỏ nhất sẽ đến và đi, đến và đi. Đó là bản tính của chúng. Chúng chẳng còn gây lo nghĩ gì nhiều.

Nhẫn

Như tôi đã nói hôm qua, một trong những cách tu luyện quan trọng nhất là thực hiện tính kiên nhẫn và khoan dung. Các đức tính này chỉ có thể học được nơi kẻ thù, không qua vị thầy. Ví dụ như không thể học nhẫn nhục qua việc tham dự buổi thuyết trình này — chỉ khi nào nhằm chán nó quá! Nếu thật sự chạm trán kẻ thù và hấn đang dự định tổn hại mình thì ngay lúc này chúng ta có thể học luyện nhẫn nhục. Tịch Thiên đưa ra một luận điểm tuyệt vời. Sư nói rằng, kẻ thù mới thật sự là vị đạo sư; bởi vì chỉ có thể phát triển tính nhẫn nhục qua mối quan hệ với kẻ thù và qua nhẫn nhục mới có thể tích tụ công đức to lớn. Có vẻ như là kẻ thù cố ý phần nộ để tạo điều kiện để ta thu thập công đức.

Tịch Thiên giả thiết một nhân vật đối địch — người này bác bỏ những nguyên do của việc tu luyện nhẫn nhục và khoan dung. Nhân vật này là hiện thân của phiền não trong tâm. Hấn quả quyết: »Luận điểm của người không đúng. Kẻ thù không có ý giúp ta; và vì vậy ta cũng chẳng có lí do gì để quý mến hấn.« Tịch Thiên trả lời: »Không phải một cái gì đó tất nhiên phải có ý định giúp đỡ để trở thành một sự giúp đỡ. Ví dụ như trường hợp chúng ta vững tin vào Diệt đế và Đạo đế, và có nguyện vọng tinh thâm để đạt được điều này nhưng cả hai, Diệt cũng như Đạo đế chẳng hề có ý định giúp đỡ chúng ta. Mặc dù vậy, chúng ta vẫn quý trọng bởi vì chúng thật sự giúp đỡ chúng ta.«

Sau khi có vẻ thừa nhận luận điểm vừa nêu ra, hiện thân của phiền não lại tiếp tục đưa ra một phản đối: »Kẻ thù có ý định hại ta, trong khi Diệt và Đạo đế thì thật sự không có ý định giúp đỡ, nhưng cũng không có ý định tổn hại. Vì thế, ta không thể nào tôn trọng kẻ thù.« Tịch Thiên đôi đầu hấn: »Bởi vì họ có ý định tổn hại nên được gọi là ›Kẻ tổn hại‹ và ›Kẻ thù.‹ Nếu họ không có ý định tổn thương thì chẳng được gọi như thế. Trường hợp họ là y sĩ thì

người ta không trở nên phần uất và cũng không có cơ hội để tu luyện nhẫn nhục. Chúng ta cần kẻ thù để tu luyện nhẫn nhục, chúng ta không cần đến thiện hữu trong trường hợp này. Vì vậy mà chúng ta cần một kẻ thù, và để trở thành một kẻ thù thì một người nào đó phải có ý định tổn hại. Vì lí do này mà chúng ta không nên phản ứng một cách giận dữ; ngược lại, chúng ta nên tôn trọng hắn.« Khi bị một người nào đó đánh đập, chúng ta lập tức căm phẫn người ấy ngay, nhưng Tịch Thiên lại đưa ra những cách hiểu nghĩa hoàn toàn khác: »Nếu xem xét kĩ những gì trực tiếp làm chúng ta đau thì đó không phải là cá nhân, mà là vũ khí, cây gậy, cánh tay hoặc bất cứ những gì. Nếu tiếp tục tự hỏi là những gì gián tiếp làm chúng ta đau, thì nguyên nhân chính cũng chẳng phải là cá nhân thù địch. Chịu trách nhiệm cho hành động tổn thương này chính là phiền não trong tâm thức của cá nhân. Nếu đã nổi giận thì chúng ta nên hướng cơn giận này về vũ khí, hoặc về những phiền não thúc đẩy trong thâm tâm kẻ thù, nhưng không được hướng cơn giận về con người của kẻ thù.« Đây là những lời khuyên đích đáng. Đau đớn được gây ra bởi vũ khí, nhưng chúng ta không giận nó một cách vô lí. Mặc dù chính trường hợp này cũng thỉnh thoảng xảy ra khi chúng ta vô ý chạm vào vật nào đó. Tôi còn nhớ đến một thời đoạn niên thiếu. Trong lúc sửa xe với một người bạn thì người này sợ ý va đầu vào cạnh xe. Anh ta hét lớn: »Hãy đợi xem!« và phát cáu đến nổi cố ý đập đầu thêm hai lần vào cạnh xe.

Trừ những trường hợp ngoại lệ này thì chúng ta thường không giận vũ khí mà chỉ đặc biệt trút nổi giận vào cá nhân. Nếu không sân hận thì người này đã không đánh đập chúng ta. Như vậy thì sân hận là nguyên nhân tạo hành động của ông ta. Nếu chúng ta suy nghĩ thật chính chắn về nguyên nhân đích thật thì sẽ thấy là sân hận mới đúng là kẻ gây loạn. Vậy là không nên giận người mà nên giận phiền não trong tâm của người ấy.

Qui về kẻ đang sân hận thì Tịch Thiên còn khuyên nên nghiên cứu kĩ xem trạng thái sân hận này có thuộc về bản tính của người ấy hay chỉ là một hiện tượng tạm thời. Nếu nó thuộc về bản tính của con người thì phát tâm giận nó chẳng có ý nghĩa gì; vì chúng ta cũng không giận ngọn lửa khi bị phỏng tay — bởi vì biết cháy bỏng là bản tính đích thật của ngọn lửa. Nếu sân hận là một cái gì đó tạm thời, ít xuất hiện thì nó tương tự như đám mây che khuất mặt trời: Nếu bầu trời có mây và vì vậy mặt trời không chiếu được thì chúng ta cũng không giận mặt trời, mà tự hiểu là vấn đề nằm ở đám mây che. Cũng tương tự như thế, chúng ta không nên giận người mà hãy giận những phiền não trong thâm tâm họ.

Ngoài ra, chúng ta có thể tự nghĩ là thân thể của chính mình và vũ khí đều có bản chất khổ, và đau khổ sẽ xuất hiện nếu cả hai tương ngộ. Như vậy thì nửa phần lỗi lầm đã nằm ở phía ta. Theo đó thì ta phải sân hận chính mình tương tự như sân hận người.

Chúng ta có thể tìm thấy nhiều lời khuyên rất ý nghĩa, bổ ích cho việc phát triển kĩ luật và tự nhận thức trong tác phẩm của Tịch Thiên. Tôi thực hiện những lời dạy trong đây và thấy chúng rất có ích, giúp đỡ rất nhiều.

Qua cách suy nghĩ như trên, chúng ta có thể phát huy mạnh mẽ tâm hồn vị lợi. Không tất nhiên phải xem chúng sinh như người mẹ của mình. Trong những phương pháp tư lự mà chúng ta vừa luận bàn xong thì lí do chính của tâm vị tha rất đơn giản: Người khác cầu mong hạnh phúc. Vì lí do này hoàn toàn đủ nên tâm vị tha cũng có thể được phát triển trọn vẹn trong trường hợp hành giả không chú trọng đến việc xem tất cả chúng hữu tình là mẹ của mình. Bởi vì ngay cả trong trường hợp xem chúng sinh như là mẹ, chúng ta chỉ yêu thương bởi vì chúng là mẹ của chính mình, và tình thương này còn bao hàm tâm tư tự đề cao của chúng ta. Nếu tình thương được phát triển chỉ trên luận điểm là người khác mong muốn hạnh phúc, thoát lia khổ não thì luận điểm này không còn mối quan hệ nào với cảm giác tự đề cao. Đặc biệt là khi hành giả có khả năng tạo một tư thái tôn trọng kẻ thù mạnh mẽ — trong trường hợp này thì việc phát tâm thương xót chúng sinh không còn gì là khó bởi vì việc khó nhất đã được thực hiện, tức là kính trọng, thương mến kẻ thù.

Bồ Tát hạnh

Nếu đã tu luyện đến một mức độ nào đó với nguyện vọng đạt giác ngộ vị lợi và đã đạt kinh nghiệm nhất định với tư thái này, hành giả thệ nguyện không bao giờ buông bỏ nó. Qua lời thệ nguyện này mà tâm bồ đề nguyện vọng càng trở nên kiên cố.

Sau đó hành giả tra dồi những yếu tố tương trợ để nguyện vọng này không thoái lui — trong kiếp này cũng như những kiếp sau. Tiếp đó hành giả cầu nguyện thực hiện các đức hạnh của một vị Bồ Tát. Các đức hạnh này là: bố thí, trì giới, nhẫn nhục, tinh tiến, thiền định và trí huệ. Có nhiều cách giải thích về Sáu hạnh ba-la-mật-đa này, ví dụ như giải thích về bản tính, số lượng, thứ tự chính xác, cách phân biệt chúng thành những loại thô thiển và vi tế và tương tự. Tôi không muốn đi sâu vào chi tiết nơi đây. Tất cả những hành động của một vị Bồ Tát đều được dung hàm trong sáu hạnh ba-la-mật;

tất cả sáu hạnh này lại nằm trong ba loại giới luật của một Bồ Tát: Tránh ác nghiệp, tích lũy thiện nghiệp và cứu độ chúng sinh. Giới luật của Bồ Tát bắt nguồn từ việc khước từ tư tưởng lợi kỉ. Chúng ta có thể nói rằng, từ bi là căn cơ của tất cả giáo lí của Đức Phật: Trong Thanh văn và Độc giác thừa, tư tưởng bất hại được thành lập trên cơ sở của từ bi; và từ bi cũng là động lực thúc đẩy Bồ Tát chủ động cứu độ chúng sinh, không chỉ chủ trương tư tưởng bất hại. Nếu nhìn như vậy thì toàn bộ Phật giáo có thể được tóm gọn trong hai câu: »Nếu có thể thì bạn hãy giúp người. Còn không thể cứu giúp thì ít nhất là không được tổn hại họ.« Tinh hoa của các cỗ xe Phật giáo đã được trình bày một cách ngắn gọn trong lời khuyên này.

Trí huệ trong Duy thức tông

Vì không còn nhiều thời gian nên tôi không luận giải từng chi tiết các hạnh ba-la-mật-đa bố thí, trì giới, nhẫn nhục, tinh tiến và thiền định mà chỉ trình bày hạnh trí huệ. Chủ đề ở đây là quan điểm triết học. Cơ bản là có ba loại trí huệ: (1) Trí huệ đầu tiên là trí huệ nhận thức các hiện tượng tập tục, được phân thành Ngũ minh:⁴⁰⁶ Y phương minh⁴⁰⁷, Công xảo minh⁴⁰⁸, Nhân minh⁴⁰⁹, Thanh minh⁴¹⁰ và Nội minh⁴¹¹ — khoa nghiên cứu tâm thức. (2) Trí huệ thứ hai là loại nhận thức được cách tồn tại thật sự của các hiện tượng. (3) Loại thứ ba là trí huệ nhận biết phương tiện thực hiện hạnh phúc cho chúng sinh. Tôi muốn thuyết trình loại thứ hai, trí huệ nhận thức cách tồn tại tuyệt đối của các hiện tượng; mặc dù chúng ta đã luận bàn về chủ đề này đến một mức độ nhất định.

Các trường phái quan trọng nhất trong bốn trường phái triết lí Phật giáo là Duy thức và Trung quán; vì cả hai đều đại diện quan điểm nhân vô ngã và pháp vô ngã. Duy thức tông — cũng được gọi là Du-già hành tông⁴¹² — có quan niệm pháp luân thứ ba của Phật pháp là pháp luân cao cấp nhất. Kinh Giải thâm mật, một bộ kinh thuộc thời pháp thứ ba cho rằng, hai pháp luân đầu nên được xem là những lời trần thuật tạm thời và vì vậy phải được diễn giảng. Đặc biệt là kinh này nói rằng, người nào hiểu theo nghĩa từng chữ những lời trần thuật của pháp luân thứ hai sẽ lạc vào cực biên hư vô. Những lời trần thuật trong các bộ kinh thuộc pháp luân thứ ba được nhắc đến ví như sau: »Tất cả các hiện tượng đều không có thật thể; tất cả các hiện tượng bất sinh bất diệt; an tịnh từ xưa nay; bản tính của chúng siêu việt mọi khổ đau.« Và vì giáo lí này không được hiểu suông qua văn tự nên người ta phải hiểu ý nghĩa của pháp luân thứ hai này với sự tương trợ của pháp luân thứ ba.

Như vậy thì ý nghĩa của pháp luân thứ hai — các hiện tượng đều không có tự tính, không có thật thể — là thế nào theo cách hiểu của Duy thức tông? Trong phẩm Thắng Nghĩa Sinh⁴¹³ vấn, kinh Giải thâm mật nói rằng, giáo lý của pháp luân thứ hai, các hiện tượng đều không có tự tính được dạy qui về những khía cạnh đặc thù của »Tam tướng«⁴¹⁴ [và không được hiểu như sự phủ định một tự tính của các hiện tượng một cách chung]. Ba tướng này trình bày ba dạng tồn tại của các hiện tượng: Biến kế sở chấp tướng, Y tha khởi tướng và Viên thành thật tướng. Biến kế sở chấp tướng không có thật thể trong ý nghĩa không tồn tại trên cơ sở tự tướng; bởi vì chúng chỉ được hình thành bởi vọng tưởng, biến kế. Tuy nhiên, cách hiểu của Duy thức tông và hệ phái Trung quán-Cụ duyên về biểu đạt »Chỉ được hình thành bởi biến kế« khác nhau rất xa. Thật ra thì những đại biểu của Duy thức cho rằng, Biến kế sở chấp tướng không tồn tại trên cơ sở tự tướng; nhưng nếu lấy cách hiểu »tồn tại trên cơ sở tự tướng« của phái Cụ duyên làm mẫu mực thì trong tâm thức của các đại biểu Duy thức thậm chí còn có kiến giải sai lầm qui về Biến kế sở chấp tướng, còn ôm áp quan niệm là một sự vật nào đó tồn tại trên cơ sở tự tướng.

Y tha khởi tướng là những hiện tượng hữu vi, được kết cấu bởi nhân duyên. Chúng không có một thật thể theo ý nghĩa chúng không tự xuất khởi một cách không tùy thuộc mà bị ảnh hưởng bởi nhân duyên, những thật thể khác.

Viên thành thật tướng là Tính (tướng) không của tất cả những hiện tượng. Chúng là đối tượng thiền định cao cấp nhất trên con đường thanh tịnh. Chúng không có tự tính trong ý nghĩa tuyệt đối — vì chúng là sự thật tuyệt đối —, và chúng vô ngã, bởi vì chúng siêu việt một tự ngã — một tự ngã bị phủ định trong lúc trực chứng vô ngã. Như vậy thì Viên thành thật tướng là cách tồn tại tuyệt đối của hiện tượng — Tính không của chúng —, và Y tha khởi tướng là cơ sở của Tính không này. Viên thành thật tướng là Tính không, siêu việt mọi Biến kế sở chấp tướng của một Y tha khởi tướng — nghĩa là sự trống rỗng, không có một tự ngã của Y tha khởi tướng.

Trong trường hợp nói Y tha khởi tướng trống rỗng, siêu việt Biến kế sở chấp tướng, người ta có thể tự hỏi là Biến kế sở chấp tướng là gì. Đây là một chủ đề rất tinh thâm, cần được giảng giải thật kỹ lưỡng. Để trình bày tóm tắt qua một ví dụ: Biến kế sở chấp tướng của một sắc tướng là cách tồn tại được gán vào sắc tướng này một cách sai lầm [mặc dù nó không có] — cho rằng trên cơ sở tự tướng, sắc tướng này là đối tượng của tư duy khái niệm⁴¹⁵. Một cách tồn tại như thế hoàn toàn không có; một sắc tướng không tồn tại như thế.

Trong luận Nhiếp đại thừa⁴¹⁶, Vô Trước phản bác sự kiện hiện tượng có thể là đối tượng của một tâm thức khái niệm hoặc đối tượng của danh xưng trên cơ sở tự tướng của chúng. Các luận điểm được đưa ra để phản bác cụ thể như sau:

1. Một tâm thức nhận biết danh xưng của một đối tượng không tồn tại trước khi học hiểu danh xưng này.
2. Thường có nhiều danh xưng dành cho một đối tượng.
3. Một danh xưng không chỉ giới hạn ở một đối tượng [ví như trường hợp nhiều người mang cùng một tên].

Ngoài ra, các điểm mâu thuẫn sau đây sẽ xuất hiện [trong trường hợp tin vào việc một hiện tượng là đối tượng của tâm thức khái niệm hoặc đối tượng của danh xưng trên cơ sở tự tướng của nó]:

1. Trong trường hợp một vật với dạng bầu, có khả năng chứa chất lỏng — nếu nó là đối tượng của danh xưng qui ước »lọ« trên cơ sở tự tướng, thì cái được gọi là »lọ« phải có trong bản chất của vật dạng bầu.
2. Một đối tượng mang nhiều danh xưng phải là nhiều thật thể khác nhau một cách phi lí. [Mỗi danh xưng phải có một thật thể với bản tính là đối tượng của danh xưng này.]
3. Bản tính của nhiều đối tượng có chung một danh xưng — ví như trường hợp nhiều người mang cùng tên — sẽ phải hòa lẫn vào nhau. [Bởi vì chúng đã phải là đối tượng của danh xưng trên cơ sở tự tướng của chúng.] Như vậy thì đã chứng minh được là các hiện tượng không là đối tượng của một tâm thức khái niệm [hoặc đối tượng của danh xưng] trên cơ sở tự tướng của chúng.

Nếu như một sắc tướng là đối tượng của một tâm thức khái niệm hoặc đối tượng của danh xưng trên cơ sở tự tướng của nó thì tri giác »đây là một sắc tướng« phải được xuất khởi độc duy qua quá trình phát hiện nó — trước khi ta học danh xưng này. Nhưng không phải như vậy; khi nào chưa học danh xưng của một đối tượng thì chúng ta vẫn chưa biết được nó tên gì. Và một đối tượng mang nhiều danh xưng phải là nhiều đối tượng khác nhau một cách phi lí; và khi nhiều đối tượng khác nhau cùng mang một danh xưng, thì chúng phải là một đối tượng duy nhất một cách phi lí. Với những luận điểm này người ta có thể chứng minh được là sắc tướng cũng như những hiện

tượng khác không tồn tại như là những đối tượng của một tâm thức khái niệm trên cơ sở tự tướng của chúng.

Trong trường hợp tri giác của chúng ta — ví như một nhãn thức — nhận thức được sắc xanh, sắc xanh này trình hiện không những như là đối tượng của một tâm thức khái niệm trên cơ sở tự tướng của nó mà cũng trình hiện như là một sự kiện, một hiện thật nằm ngoài tâm thức đang quán xét và rọi hình thái của nó vào chính tâm thức đang quán xét này. Nhưng chỉ có Duy thức tông giảng nghĩa là qua sự khởi động của những tiềm năng được tích lũy trong Tạng thức từ vô thủy mà một sắc xanh — theo ví dụ trên — trình hiện như là một đối tượng bên ngoài, mặc dù nó thật sự không phải như vậy. Hành giả nhận thức được Tính không khi đã thông hiểu qua phân tích trên cơ sở luận lý là các hiện tượng không phải là những thật thể biệt lập với tâm thức nhận diện chúng — mặc dù chúng trình hiện như vậy —, mà có chung một tự tính như tâm thức. Duy thức tông trình bày trong mỗi quan hệ này một quan điểm Bất nhị mà trong đó, Bất nhị là Tính không, một Tính không xuất phát từ sự không khác biệt giữa tự tính của tâm thức nhận thức và tự tính của đối tượng được nhận thức. Đồng thời, Bất nhị cũng được xem là Tính không của đối tượng, sự trống rỗng không tồn tại như là những đối tượng của tâm thức khái niệm [hoặc đối tượng của danh xưng] trên cơ sở tự tướng của chúng.

Khi nhận thức được các đối tượng không tồn tại như những thật thể nằm ngoài tâm thức, chúng không thể nào tiếp tục là cơ sở kiên cố của tham, sân và những nghiệp bất thiện tương tự. Như vậy thì quan điểm của Duy thức tông rất có ích và quả thật là nhiều vị Cao tăng Ấn Độ đã đạt thành tựu cao với giáo lý này. Các Du-già tăng và hành giả của Man-tra thừa ban đầu cũng sử dụng hệ thống này. Cũng có thể là hệ thống triết lý này hiện tại thích hợp cho một số người nhất định. Như vậy thì thực hiện quan điểm của Duy thức tông là đúng nếu nó thích hợp và bổ ích cho căn cơ của hành giả — mặc dù nhìn theo quan điểm của hệ phái Cụ duyên, nó còn những điểm bị biện bác.

Chúng ta sẽ tiếp tục luận bàn chiều nay.

---o0o---

Chương 10. Trí huệ

Vấn đáp

● **Hỏi:** Để thành tựu trọn vẹn đạo quả, chúng ta phải chú trọng tuyệt đối đến việc tu học, lắng nghe thuyết giảng, thực hiện thiền định và sau đó mới có thể hiển dương Phật pháp, món quà cao quý nhất đến loài người. Thực hiện những hành động cứu giúp người nghèo như cung cấp thức ăn, chỗ ở và bảo vệ họ cũng có thể đòi hỏi toàn phần năng lực. Làm thế nào phối hợp một cách cân xứng hai yêu cầu trên để có thể đạt khả năng truyền bá giáo pháp — nhưng vẫn không xao lãng những nhu cầu vật chất cần thiết của chúng sinh?

● **Đáp:** Chúng ta phải thực hiện cả hai, nhiều như khả năng cho phép. Đó là quan điểm của tôi; bởi vì tôi cố gắng tu tập và cũng đồng thời đảm đương trách nhiệm trợ giúp người. Đối với những người sống trong điều kiện, môi trường như tôi thì việc quan trọng nhất là phát triển một động lực thiện hảo và thực hiện những công việc hằng ngày trên cơ sở động lực này. Buổi sáng thật sớm và buổi tối nên để ít nhất nửa giờ để tu tập — thiền định, tụng kinh, tu luyện du-già và tương tự. Trong lúc làm việc trong ngày thì nên nhớ đi nhớ lại động lực thiện hảo đã phát triển.

Mỗi buổi sáng trước khi đi làm, chúng ta nên đặt mục tiêu thực hiện công việc của ngày này trùng hợp với giáo pháp và vì lợi ích tối cao của chúng sinh. Buổi tối trước lúc lên giường, chúng ta xem lại là đã làm gì ngày hôm nay; tự hỏi là có thực hiện công việc như mục tiêu đề ra hay không. Nếu những hành động quả thật nằm trong phạm vi của động lực này thì qua đó, chúng ta cảm thấy được khích lệ hơn: »Hôm nay tôi đã xử sự đúng, tôi đã đạt mục tiêu. Ít nhất là không phí mất một ngày.« Nếu một việc gì đó xảy ra không vừa ý, chúng ta tự phê bình: »Ồ! Thật là không hay; mặc dù hiểu biết và có cơ hội nhưng tôi lại không thực hiện được mục tiêu — cũng chỉ vì bất cẩn và lười biếng.« Chúng ta quyết chí thay đổi tình trạng này trong tương lai. Đây là phương cách tu tập hằng ngày.

● **Hỏi:** Có phải trống rỗng cũng là viên mãn?

● **Đáp:** Có vẻ như thế. Tôi thường nói là Tính không tương tự như con số không. Số không tự nó không là gì hết nhưng không có số không người ta cũng chẳng đếm được gì; như vậy thì con số này là một cái gì đó — nhưng nó là không.

● **Hỏi:** Làm thế nào để có thể phối hợp hài hòa cách tu luyện nhìn nhận lỗi lầm của người khác là những ảnh tượng của tâm thức sai lầm ở chính mình và sự việc tất nhiên là trợ giúp chúng sinh diệt trừ những lỗi lầm của chúng?

● **Đáp:** Trong trường hợp này chúng ta phải biết: Ngay khi phái Y tự khởi và phái Cự duyên — hai hệ phái của Trung quán tông — nói rằng, tất cả những hiện tượng chỉ là những vọng kế của tâm thức khái niệm thì như vậy không có nghĩa là tất cả những gì được một tâm thức khái niệm tưởng tượng ra đều phải thật sự tồn tại. Chúng ta sẽ rơi vào cực biên hư vô nếu chỉ tin một cách giản đơn là tất cả sự vật chỉ là những gì mà một tâm thức khái niệm tạo thành. Ví dụ như khi một tâm thức khái niệm cho một vật màu vàng là trắng, hoặc trắng là vàng thì sự việc này sẽ không trở thành hiện thật qua trí tưởng tượng này. Mặc dù không có hiện tượng nào không tồn tại trên cơ sở của một danh xưng trong tâm thức, nhưng, cũng không tất nhiên là tất cả những gì đó phải tồn tại chỉ vì một tâm thức khái niệm tưởng tượng ra chúng, cho là chúng thật sự tồn tại. Tôi sẽ nói thêm về vấn đề này trong một thời điểm sau.

● **Hỏi:** Một hành giả Đại thừa làm thế nào để giữ lời nguyện không nhập niết-bàn trước khi tất cả chúng sinh đã được giải thoát — trong khi chúng sinh xuất hiện, phát triển mọi lúc, trên mọi tầng cấp?

● **Đáp:** Có ba cách phát triển tâm bồ-đề được trình bày. Chúng được so sánh với một quốc vương, một kẻ đưa dò và một mục đồng. Trong trường hợp đầu, hành giả có nguyện vọng đạt một tầng cấp tâm đạo cao cả trước, sau đó mới độ người. Trong trường hợp thứ hai thì hành giả có ý định vượt bể khổ cùng với chúng sinh. Trong trường hợp thứ ba, hành giả hướng dẫn chúng sinh đạt giải thoát khỏi tất cả khổ đau, sau đó mới bước theo sau. Đây là những dấu hiệu, đặc tướng mà động lực vị tha ở mỗi vị Bồ Tát sẽ mang nhận lấy; nhưng thật tế thì không thể nào có trường hợp một vị Bồ Tát muốn hoặc có thể hoãn lại việc thành tựu chính giác. Vì cường độ tăng trưởng của động lực như thế nào thì cũng với cường độ đó, Bồ Tát tiến gần đến Phật quả.

● **Hỏi:** Nếu chọn một vị Thiên thần làm đối tượng tu tập thiền định thì tốt nhất có phải là tập trung vào thiết tướng, tập trung vào man-tra hay là tập trung vào cả hai?

● **Đáp:** Nếu quá trình thiết tướng thật kiên cố thì không thể nào đồng thời tụng niệm man-tra. Các nghi quó chỉ dạy phương pháp thiền định liên hệ với Thiên thần thường bảo rằng, hành giả trước hết nên thiền định an tĩnh và sau đó mới tụng niệm man-tra để giải lao — trong trường hợp mỗi một vị thiền định căng thẳng trước đó. Nhưng phần lớn hành giả đều không thiết tướng Thiên thần, mà thay vì vậy, họ lấy việc tụng niệm man-tra làm phương pháp

tu tập chính. Trong trường hợp này thì lúc mỗi một, họ không còn cách nào khác hơn là chấm dứt buổi tu tập!

● **Hỏi:** Đại biểu Cộng sản và Phật tử có cách nào để làm việc chung với nhau không? Hay là quan điểm của họ hoàn toàn khác biệt? Họ có mục đích nào đó chung với nhau không?

● **Đáp:** Đây là một điểm quan trọng. Tôi đã nghĩ nhiều về nó. Tôi nghĩ là mặc dù khác biệt nhưng giữa chủ nghĩa Các-mác và Phật giáo — đặc biệt là Phật giáo đại thừa — vẫn có những điểm tương đồng. Nhưng trong mọi trường hợp vẫn hay hơn là tìm một cơ sở chung để có thể luận đàm. Lí do là hơn một phần tư của dân số thế giới sống trong một khu vực với điểm bắt đầu từ Tây Bá Lợi Á⁴¹⁷ của Liên Bang Xô Viết⁴¹⁸ và kéo dài cho đến biên giới Thái Lan; dân tộc ở khu vực này rất tin vào Phật pháp, trong khi những nước ở đây lại có những chính quyền cộng sản. Những thập niên gần đây cho thấy là cộng sản cũng như Phật giáo, không bên nào đạt quyền lãnh đạo hoàn toàn. Nếu cứ duy trì sự đối nghịch thù địch này thì tình trạng này chỉ gây khổ và bất tín, đạo tâm an bình sẽ trầm một hoàn toàn. Nếu như tìm thấy cơ sở nào khả tín để có thể đàm luận thì sự việc này có thể khiến cho chủ nghĩa Các-mác cởi mở hơn, ít cố chấp hơn. Tôi nghĩ là chủ nghĩa Các-mác nguyên thủy trung thật hơn, nhưng với thời gian, nó lại sa vào chủ nghĩa quốc gia và quyền hành chính trị quốc tế. Phật giáo cũng phải trở nên hiện thật hơn bằng cách phát triển tư tưởng cởi mở, linh hoạt. Tôi nghĩ là hai bên có thể hợp tác nếu họ tiếp tục thực hành như vậy.

● **Hỏi:** Ngài đã nói hôm qua là tự sát được xem như là giết hại một Thiên thần. Trường hợp các vị tu sĩ Phật giáo tự thiêu để phản đối chiến tranh tại Việt Nam cũng phải là như vậy hay không?

● **Đáp:** Tôi đã nói như thế trong mối liên hệ với những hành giả đã thực hiện thế nguyện tan-tra, tu tập một loại thiền định mà trong đó, họ thiết tưởng chính họ là Thiên thần. Nhìn chung thì khó phán đoán được những trường hợp đơn chiếc khác biệt. Nếu trong trường hợp này sân hận là động lực thúc đẩy thì đó là một hành động sai, nhưng nếu nó được thúc đẩy bởi tấm lòng vị lợi, phục vụ Phật pháp và dân tộc Việt Nam⁴¹⁹ thì lại là một sự kiện hoàn toàn khác.

Trong ngày cuối hôm nay, tôi muốn bày tỏ lòng thán phục, vui mừng về nhiều câu hỏi được đưa ra, một sự kiện chứng tỏ sự quan tâm lớn lao của quý

vi. Chỉ tiếc là không đủ thời gian để trả lời tất cả những câu hỏi, nhưng một vài vấn đề có thể đã được đề cập đến trong những buổi thuyết trình.

Trí huệ trong Trung quán tông

Trung quán tông lấy pháp luân thứ hai làm cơ sở thành lập quan điểm triết lí. Nếu tông này nói rằng, tất cả các hiện tượng đều không tồn tại đích thật thì đại biểu của các trường phái khác chủ trương một cách tồn tại như thật của các hiện tượng đều cho rằng, đây là cực biên hư vô. Long Thụ trình bày lập trường của một đối thủ trong Trung quán luận, phẩm thứ hai mươi bốn:⁴²⁰

Nếu tất cả những thứ [hiện tượng] này đều trống không, thì không có sinh, không có diệt; từ đó có thể suy ra rằng đối với các người [đại biểu của Trung quán tông], Tứ thánh đế không tồn tại.

Lập trường của đối thủ này như sau: Nếu đúng như các người nói, tất cả những hiện tượng đều không tồn tại thật sự thì Tứ thánh đế không thể nào có. Nếu Tứ thánh đế không thể nào có thì Tam bảo — Phật, pháp, tăng — cũng không thể nào có. Trong trường hợp này thì tu tập trên đạo, bước nhập đạo, thành đạt đạo quả và tương tự không thể nào có. Như vậy cũng chưa xong: Nếu tất cả những hiện tượng đều trống không vô tự tính thì không có sự nhận thức một hiện tượng nào đó có thể được xem là chính xác. Không có một tự tính nào đó thì không có một hiện tượng nào có thể được gọi là tồn tại.

Long Thụ ứng đáp kháng biện này thế nào?⁴²¹

Nếu tất cả những thứ [hiện tượng] này không trống rỗng, thì không có sinh, không có diệt; từ đó có thể suy ra rằng, đối với các người [đại biểu của học thuyết tồn tại bởi tự tính], Tứ thánh đế không tồn tại.

Long Thụ đảo ngược luận điểm của đại biểu chấp vào tồn tại trên cơ sở tự tính thành luận điểm đối nghịch: Chính trong một hệ thống không thừa nhận Tính không của hiện tượng thì hoàn toàn không có hiện tượng nào có thể tồn tại. Sự còn nói thêm là đối thủ không hiểu ý nghĩa Tính không cách biệt một tự tính. Như vậy, một hệ thống có quan điểm là các hiện tượng trống rỗng vô tự tính — hệ thống này có thâm ý gì với lời trần thuật này? Cơ bản thì Tính không có nghĩa là Duyên khởi. Để chứng minh Tính không cách biệt một tự tính của các hiện tượng, Long Thụ đưa ra luận điểm là chúng xuất hiện trên cơ sở duyên khởi. Để chứng minh Tính không, sự không nói các hiện tượng không có khả năng thực hiện những cơ năng của chúng. Hoàn toàn ngược

lại: Sự thừa nhận nguyên lý duyên khởi và lấy nó làm cơ sở để chứng minh Tính không cách biệt một tự tính của các hiện tượng. Các hệ thống khác không quan niệm một Tính không cách biệt một tự tính; mà hơn nữa, họ quan niệm là các hiện tượng tồn tại trên cơ sở tự tính. Nhưng nếu quả thật như vậy, các hiện tượng phải tồn tại một cách tự lập, tự khởi không tùy thuộc — và sự việc này đối nghịch với tính hệ thuộc vào nhân duyên của chúng. Và như vậy thì những hệ thống này sa lạc vào mâu thuẫn, không đảm bảo được nguyên lý duyên khởi. Nhưng, nếu nguyên lý duyên khởi không được đảm bảo nữa thì tất cả những qui định của các hiện tượng trong vòng sinh tử và niết-bàn — bất cứ tốt, xấu — đều mất giá trị. Thế nhưng, tất cả các trường phái đều nhấn mạnh giáo lý duyên khởi; họ xác nhận là những hiện tượng có ích và tai hại đều có những nguyên nhân và hậu quả đặc định. Họ không thể nào phủ định sự việc này được. Vì những sự thật hiển hiện này mà họ cũng nên xác nhận rõ ràng Tính không cách biệt một tự tính của các hiện tượng.

Thế nào là »Trung«? Trung là Trung dung, nằm ngoài hai cực biên trường tồn và đoạn diệt. [Như thế thì nó đích thật là khoảng giữa, nơi tồn tại của các hiện tượng.] Kinh luận trình bày chính xác ý nghĩa Trung dung như nó đích thật là được gọi là kinh luận của Trung đạo; và một tâm thức nhận biết được tính Trung dung này được gọi là Trung quán. Tông Trung quán có hai hệ phái — Trung quán-Y tự khởi và Trung quán-Cụ duyên. Có vẻ như cách phân chia minh xác thành hai hệ phái như trên được các học giả Tây Tạng thực hiện; nhưng lý do phân loại các nhóm luận sư dưới những danh hiệu này bắt nguồn rõ ràng từ những bài luận giải ấn Độ. Đệ tử của Long Thụ là Phật Hộ⁴²² soạn một bài số giải về Trung quán luận của Long Thụ và trong đó, sử dụng nhiều kết luận⁴²³ để nêu rõ quan điểm phản bác khả năng xuất khởi của một hiện tượng từ phía nó, trên cơ sở tự tính và những luận điểm khác. [Các kết luận này chỉ nêu ra những điểm mâu thuẫn của một quan điểm, không khẳng định một cách rõ ràng sự kiện có quan hệ với quan điểm bị phản bác trên.] Đại sư Thanh Biện⁴²⁴ chỉ trích cách luận giải của Phật Hộ; sư cho rằng, chỉ thiết kế những kết luận [để khởi dẫn trong tâm thức của đối thủ tranh luận một quan điểm chân chính về cách tồn tại thật sự của các hiện tượng] cũng không đủ, mà [thêm vào đó,] cần phải đề ra những chứng cứ được phối hợp chặt chẽ, độc lập. Hệ thống của Thanh Biện gây dựng cơ sở trên lý thuyết cho rằng, quả thật là các hiện tượng không tồn tại đích thật, nhưng tồn tại bởi tự tướng trên phương diện tương đối [hoặc nói một cách khác, tồn tại trên cơ sở tự tính]. Đây là nguyên do vì sao Phật Hộ được gọi là đại biểu của Trung quán-Cụ duyên và Thanh Biện là đại biểu của Trung quán-Y tự khởi.

Sau một thời gian, một hệ thống khác xuất hiện. Hệ thống này một mặt thừa nhận quan điểm »hiện tượng không thật sự tồn tại« của Trung quán tông và mặt khác tiếp thu cách dẫn chứng của Duy thức tông, một tông phái phủ định một hiện thật ngoài tâm thức. Đại sư Tịch Hộ⁴²⁵ là người trình bày quan điểm này rõ nhất. Và theo đó mà hai chi phái của phái Trung quán-Y tự khởi được hình thành, một chi phái có quan điểm gần với Kinh lượng bộ — Kinh lượng-Y tự khởi-Trung quán⁴²⁶ — [trong trường hợp này là gần với quan điểm chấp vào hiện tượng bên ngoài], và một chi phái gần với Duy thức hoặc Du-già tông — Du-già hành-Y tự khởi-Trung quán⁴²⁷ [bởi vì cũng tương tự như tông này, họ khước từ một sự thật nằm ngoài tâm].

Nguyệt Xứng soạn một bài luận giải tác phẩm Trung quán luận của Long Thụ và trong đây, sư chứng minh hệ thống của Phật Hộ là đúng. Với xác nhận này, sư phản ứng những quan điểm được Thanh Biện đề ra để bài xích một vài điểm trong hệ thống của Phật Hộ. Sư nêu rõ là một người có quan điểm trung dung không nên đề ra những luận tam đoạn⁴²⁸ độc lập mà trong đó, cả ba chi của một luận điểm tự lập, tự khởi⁴²⁹. Và quả thật là có nhiều cuộc tranh luận triết lí giữa Nguyệt Xứng và Thanh Biện; vấn đề chính được tranh luận là: Có một đối tượng tranh luận nào đó [trong trường hợp tranh luận để xác định xem các hiện tượng có tồn tại như thật] có thể được xem là một chủ đề⁴³⁰ trong một tam đoạn luận [được dùng để phản bác quan điểm tồn tại như thật] và chủ đề này cùng trình hiện [trước cả hai, đại biểu của thật sự tồn tại và đại biểu của không thật sự tồn tại] hay không. Thanh Biện xác nhận đối tượng tranh luận này — Nguyệt Xứng phủ định nó. Căn cơ của những quan điểm đối lập này nằm ở chỗ là: Ngay cả trên phương diện tương đối, Nguyệt Xứng cũng không thừa nhận một cách tồn tại của các hiện tượng trên cơ sở tự tính trong khi Thanh Biện lại thực hiện chính việc này. Những trường phái ngoài phái Cự duyên ra cho rằng, những nhận thức chính xác được xác định bởi ba chi của một luận cứ đúng đắn tất nhiên không bị lừa đảo qui về những hiện tượng trình hiện như tồn tại bởi tự tính. Ngược lại, các đại biểu của phái Cự duyên cho rằng, những nhận thức chính xác mà đối với chúng, ba chi của một luận cứ trình hiện như là tồn tại bởi tự tính không thể nào không bị lừa đảo qui về cách trình hiện này — theo quan điểm này thì những nhận thức như thế tất nhiên phải là sai lầm. Vì lí do này mà không thể nào có một cách giải thích đúng về việc một sự việc nào đó đã được chứng minh qua nhận thức chính xác được cả hai hệ thống thừa nhận nếu bên này là đại biểu của phái Cự duyên và bên kia là đại biểu của những trường phái khác.

Nếu một đại biểu của phái Cự duyên muốn chứng minh cho một đại biểu khác là một hiện tượng — ví như một hạt mầm — trống rỗng vô tự tính thì trường hợp này không thể được thực hiện nếu cả ba điều kiện (chi) của một luận cứ chính xác không được đảm bảo. [Cả ba chi này phải thật sự được hai bên xác nhận qua nhận thức chính xác để luận cứ có công hiệu.] Vì thế nên những dẫn chứng được các đại biểu của phái Cự duyên đưa ra quả thật dung hàm ba chi này. Nhưng, nếu được hỏi là tính chính xác của một luận cứ được xác nhận như thế nào qua một nhận thức chính xác thì phái Cự duyên cho rằng, nhận thức chính xác này lúc nào cũng bị lừa đảo qui về cách trình hiện của đối tượng bởi vì chính ba chi của luận cứ trình hiện có vẻ như tồn tại trên cơ sở tự tính. Các đối thủ tranh luận của trường phái Cự duyên lại không thừa nhận một nhận thức chính xác [nhưng] bị lừa đảo [một cách tổng quát] trong trường hợp này [bởi vì họ cho rằng, các hiện tượng thật sự tồn tại trên cơ sở tự tính]. Hơn nữa, các đối thủ này cho rằng, các dẫn chứng và tương tự được xác nhận qua một nhận thức chính xác không bị lừa đảo qui về sự trình hiện như tồn tại trên cơ sở tự tính của các hiện tượng. Đối với đại biểu của phái Cự duyên thì một nhận thức chính xác như vậy không có.

Được nói là trong thời gian của một buổi tranh luận, các đại biểu của phái Cự duyên sử dụng một cách chứng minh bằng nhận thức chính xác và nhận thức chính xác này được đối thủ — một đại biểu chủ trương sự vật tồn tại bởi tự tính — quen biết, thừa nhận, để rồi chứng minh tính chính xác của ba chi của luận cứ và cuối cùng, dùng ba chi này để chứng minh là các hiện tượng không tồn tại trên cơ sở tự tính. Đây là lí do vì sao những dẫn chứng của các đại biểu hệ phái Cự duyên được gọi là »luận cứ được biết bởi người khác«⁴³¹ Nhưng thật sự thì những nhận thức chính xác mà ba chi của một luận cứ đúng đắn xác định được là một tâm thức bị lừa đảo trong liên tục thống nhất thể của người chủ trương tồn tại bởi tự tính — lừa đảo qui về cách trình hiện của đối tượng như tồn tại trên cơ sở tự tính. Nhưng, trong tâm thức của người đại diện tồn tại trên cơ sở tự tính lại có kiến giải cho rằng, ba chi của một luận cứ được xác nhận bởi một tâm thức không bị lừa đảo qui về cách trình hiện của đối tượng như tồn tại bởi tự tính. Họ không thể phân biệt giữa một sự tồn tại đơn thuần và tồn tại trên cơ sở tự tính trong phạm vi triết học của họ. Nhưng, nếu không có khả năng phủ định một cách tồn tại trên cơ sở tự tính của đối tượng thì họ cũng không thể nhận biết được là những nhận thức chính xác của mình bị lừa đảo qui về cách trình hiện của các hiện tượng — một cách trình hiện có vẻ như tồn tại bởi tự tính. Vì lí do này nên đại biểu của phái Cự duyên sẵn sàng công nhận là có những nhận thức chính xác trong liên tục thống nhất thể của những người đại diện tồn tại trên cơ sở tự tính, tuy nhiên, họ không thừa nhận là những nhận thức chính

xác này tồn tại bằng cách được trình bày trong hệ thống của những người đại diện tồn tại trên cơ sở tự tính. Như vậy, các đại biểu của phái Cự duyên không quả quyết là trong liên tục thống nhất thể của những người đại diện một tự Tính không có nhận thức chính xác — một nhận thức có thể xác nhận ba chi của luận cứ, chủ đề tranh luận và tương tự.

Vì những điểm khác biệt này nên có sự phân chia Trung quán tông thành hai hệ phái, Y tự khởi và Cự duyên. Tuy nhiên, người ta tìm thấy những biểu đạt như »không tồn tại trên cơ sở tự tính«, »không tồn tại trên cơ sở tự tướng« trong những bài luận của cả hai hệ phái. Cả hai cũng trần thuật như: »Nêu phân tích các hiện tượng thì chúng không thể nào được tìm thấy.« Nhưng mặc dù các thuật ngữ tương tự nhau nhưng ý nghĩa của chúng lại khác biệt. Ví dụ như trong trường hợp Đại sư Thanh Biện phản bác quan điểm của Duy thức tông, nói các biến kế sở chấp tướng không tồn tại bởi tự tướng thì rõ ràng là sư có quan niệm tất cả những hiện tượng đều tồn tại tương đối bởi tự tướng. Sự việc này được trình bày rõ khi sư nói (được thuật lại ở đây một cách thoát ý): »Nếu các người — đại biểu của tông Duy thức — nói là những Biến kế sở chấp tướng không tồn tại trên cơ sở tự tính, như vậy thì ›biến kế tướng‹ có phải qui thuộc vào tâm thức khái niệm, là tâm thức biến kế, hay ›biến kế tướng‹ này qui thuộc vào những nhân tố được tâm thức thiết tướng (biến kế) thêm vào? Nếu nó qui thuộc vào tâm thức khái niệm thực hiện những biến kế tướng thì người ta phải kết luận một cách phi lí là tâm thức khái niệm không tồn tại bởi những tự tướng và nếu như vậy thì tâm thức hoàn toàn không tồn tại.« Như thế thì rõ ràng Thanh Biện quan niệm rằng, tâm thức khái niệm [cũng như mỗi hiện tượng khác] tồn tại tương đối bởi tự tướng.

Thanh Biện thiết thuyết tâm-thức như một ngã [tồn tại tương đối], tức là cá nhân; và việc sư thiết thuyết như thế cho thấy rằng, đối với sư, tâm-thức chính là cái được tìm thấy, là một ngã, nếu người ta tìm nó trong các nhóm thân tâm. Theo cách nhìn của phái Cự duyên thì với quan điểm tâm-thức là một ngã hoặc cá nhân, Thanh Biện tự đặt mình vào một vị trí khó phản bác được những bằng chứng được Duy thức tông đưa ra để xác nhận một Tạng thức nằm trong liên tục thống nhất thể của mỗi chúng sinh. Ngược lại, phái Cự duyên miêu tả cá nhân là một »ngã đơn thuần«; họ bảo rằng, trong các nhóm thân tâm — cơ sở danh xưng của cá nhân —, người ta không thể tìm thấy một cái gì có thể được xem là cá nhân. Vì trường phái Cự duyên thiết thuyết một »ngã đơn thuần« nên những bằng chứng được Duy thức tông đưa ra để xác nhận một Tạng thức không thể đã động lập trường này được. Chủ đề này rất tinh thâm và khá phức tạp, nhưng chúng ta không đi sâu thêm vào.

Trong cách trình bày vô ngã, các đại biểu của phái Cự duyên phân biệt giữa vô ngã của cá nhân và vô ngã của các hiện tượng còn lại. Về thứ tự của nhận thức thì trước hết, hành giả xác định nhân vô ngã và sau đó mới xác nhận pháp vô ngã; bởi vì được nói là cá nhân mang đặc tính vô ngã có những điểm đặc biệt và chính vì những đặc điểm này mà hành giả dễ nhận thức được nhân vô ngã hơn.

Thế nào là một »Ngã« — một ngã không tồn tại — khi người ta dùng biểu thị »Vô ngã«? Nếu không hiểu được ngã này là gì thì nên lưu ý đến những gì Tịch Thiên nói sau:⁴³²

Nếu đầu tiên không hiểu cái »Ngã« được cho là tồn tại [một cách sai lầm] là gì, thì sẽ không hiểu được sự không tồn tại của nó.

Nếu không hiểu thế nào là một cái »ngã« được thiết tưởng sai lầm thì chúng ta không thể nhận thức được vô ngã — phi tồn tại của ngã này.

Cơ bản có hai loại hiện tượng: Phủ định và Khẳng định. Phủ định là những hiện tượng mà tâm thức chỉ có thể thâm nhập được bằng sự cách tuyệt một đối tượng của phủ định; nếu tâm thức không lưu ý đến nhân tố bị phủ định này thì sự vắng mặt của nó — Tính không của đối tượng bị phủ định — không thể trình hiện trước tâm thức này. Có hai loại phủ định: một loại khẳng định một hiện tượng khác thay thế nhân tố bị phủ định và loại chỉ phủ định một cách cách tuyệt, hoàn toàn không khẳng định gì thêm. Loại phủ định đầu được gọi là phủ định khẳng định,⁴³³⁴³⁴ loại thứ hai là phủ định bất khẳng định⁴³⁵⁴³⁶. Còn nhiều loại phủ định khẳng định với những điểm khác biệt nhau, ví dụ như có một yếu tố khẳng định nào đó — song song với sự phủ định đối tượng của phủ định — được khẳng định một cách rõ ràng, hoặc được khẳng định qua ám thị, hoặc được khẳng định qua cả hai — ám thị cũng như minh xác —, hoặc khẳng định qua mối liên hệ chung. Điều quan trọng cần phải biết là vô ngã là một phủ định bất khẳng định. Nó chẳng phải gì khác hơn là phi tồn tại của một ngã.

Như vậy thì cái gì là »Ngã« — một ngã không tồn tại và bị phủ định bởi Vô ngã? Trong Bồ Tát du-già hành tứ bách luận thích⁴³⁷⁴³⁸, Nguyệt Xứng trình bày như sau:

»Ngã« ở đây có nghĩa là Tự tính⁴³⁹, một cách tồn tại không tùy thuộc [độc lập] của sự vật. Sự vắng mặt của một cách tồn tại như thế là Vô ngã.

Theo đó thì nhân tố bị phủ định bởi vô ngã là cái được gọi là »Ngã« — một cách tồn tại tự khởi, tự lập, không hệ thuộc vào những hiện tượng khác. Các vị Lạt-ma Tây Tạng rất khéo léo trong việc trình bày ý nghĩa của giáo lý này. Đạt-lại Lạt-ma thứ bảy nói như sau:⁴⁴⁰

Đối với một tâm thức bị mê hoặc trong lúc ngủ thì những đối tượng trong giấc mộng tồn tại. Đối với một người bị ảnh hưởng bởi huyền thuật thì ngựa, voi, và những huyền tướng khác tồn tại. Nhưng, ngoài những trình hiện này ra thì chẳng có hiện tượng nào thật sự tồn tại — chúng chẳng khác gì hơn là những tưởng tượng của tâm thức.

Các đối tượng trình hiện trong giấc mộng hoặc huyền thuật không khác gì hơn là những trình hiện dành cho tâm thức; không có đối tượng nào thật sự tồn tại ở những nơi mà chúng trình hiện có vẻ như tồn tại. Chúng chỉ là những tưởng tượng của tâm thức. Tuy nhiên, sự kiện này chỉ qui thuộc vào mộng mị bình thường, không qui thuộc vào những huyền thân đặc biệt và tương tự. Đạt-lại Lạt-ma nói tiếp:

Cũng như thế, tất cả các hiện tượng — chính mình cũng như người khác, luân hồi cũng như niết-bàn —, chúng chỉ là những vọng khởi kế của tư duy, của ngôn từ. Chúng chẳng hề mang một dấu tích của tự tính, không có một cái gì có thể được xem là tự lập, tự khởi trên cơ sở danh xưng của chúng.

Nhưng, tất cả những gì trình hiện trước sáu giác quan của những kẻ phàm — những kẻ bị giấc ngủ say mê của vô minh vây phủ —, chúng đều trình hiện có vẻ như tồn tại bởi tự lực. Chúng ta có thể tự xác nhận bằng cách quán sát tâm thức bất thiện hiện thời của chính mình.

Tồn tại một cách tự khởi, tự lập như thế này — một cách tồn tại mà trong đó, Ngã và [những hiện tượng khác] trình hiện trước một tâm thức điên đảo — chính là đối tượng vi tế của phủ định. Hãy nhận thức được giá trị tuyệt vời của việc đá đảo nó một cách tường tận trong tâm thức của bạn!

Bất cứ những gì chúng ta nhận biết — chúng đều có vẻ như tồn tại trên cơ sở tự tính. Ví dụ như trong trường hợp tôi nhìn tất cả quý vị khán thính giả — mỗi người đều có vẻ như tồn tại độc lập; những trình hiện này hoàn toàn không có vẻ như những gì được tôi thiết tưởng ra.

Nếu sự vật tồn tại một cách khách quan thì qua một quá trình tìm hiểu phân tích, chúng phải hiển bày mỗi lúc mỗi rõ hơn. Ví dụ như trường hợp tôi tìm bản ngã của tôi thì chỗ duy nhất có thể tìm thấy nó một cách hợp lý chính là

thân thể của tôi. Chúng ta có thể nói chắc là: Chỗ tồn tại của bản ngã phải là những nhóm thân tâm của chính nó, không chỗ nào khác. Nhưng, nếu tìm từ đầu đến chân thì chúng ta sẽ thấy nó hoàn toàn không thể được tìm ra.

Không cần phân tích và tìm hiểu [cách tồn tại thật sự của chúng ta], chúng ta có một cảm giác tự nhiên trong ý nghĩa như »tâm tôi« và »thân tôi« — và tâm, thân quả thật là hệ thuộc vào cái »Ta«. Nhưng ngoài thân tâm ra thì chẳng có cái »Ta«. [Như vậy thì ông chủ độc lập, cái »Ta« ở đâu?] Sự việc cũng tương tự như vậy với những hiện tượng còn lại. Chúng ta có thể phân tích bất cứ hiện tượng nào — nó không được tìm thấy trong phạm vi của cơ sở danh xưng của chính nó. Ví dụ như trường hợp chúng ta quan sát một sắc tướng — nó phải có những thành phần ở nhiều hướng khác nhau. Nếu toàn thể sắc tướng và thành phần trình hiện trước một tâm thức khái niệm thì chúng trình hiện cách biệt nhau: Một mặt là một vật có nhiều thành phần, mặt khác là các thành phần hệ thuộc vào vật này. Nếu toàn thể và thành phần thật sự tồn tại như chúng trình hiện trước tâm thức thì chúng phải là những thật thể khác biệt nhau. Có nghĩa là: Nếu cách trình hiện và cách tồn tại đồng nhất thì toàn thể và thành phần [— nhìn trên phương diện bản chất —] phải khác biệt nhau; nhưng nếu chúng ta phân tích toàn thể và tách rời trong tư tưởng các thành phần của nó, chúng ta không còn tìm thấy một hiện tượng nào có thể gọi là toàn thể. Nếu tiếp tục phân tích nữa thì cuối cùng, chúng ta sẽ đạt đến tầng cấp của những vi lập⁴⁴¹. Những trường phái triết lí cấp thấp cho rằng, một sắc tướng thô sơ được hình thành bởi một nhóm lập tử nhỏ nhất không thể thấy được [và theo quan điểm của họ thì những lập tử này không còn thành phần nào nữa — cũng chẳng còn thành phần dưới dạng vi lập vô phương hướng]. Nhưng nếu quả thật có những lập tử vô phương hướng thì một nhóm lập tử này không thể nào có kích thước lớn hơn một lập tử duy nhất — không cần chú ý đến trường hợp bao nhiêu lập tử hội tụ lại, hàng trăm, hàng nghìn, hàng triệu hay hàng tỉ. Vì nếu như hai vi lập vô phương hướng hội tụ lại thì chẳng có sự khác biệt nào giữa những điểm tiếp xúc và những điểm không tiếp xúc của chúng, bởi vì chúng chẳng có phương diện nào — và chúng không thể có phương diện bởi vì bản tính của chúng là vô phương hướng. Như vậy thì chúng phải hoàn toàn đồng nhất với nhau và tất cả các lập tử tổng hợp lại không lớn hơn một vi lập. Nếu nói là chúng có phương diện ở mỗi phương hướng khác nhau thì chúng phải có những thành phần, và lời quả quyết là có những lập tử không có thành phần phải được bác bỏ. Vì lí do này mà phái Cự duyên chấp giữ quan điểm: Ngay cả những lập tử vi tế nhất cũng còn mang những thành phần dưới dạng phương hướng. Ngay cả trường hợp không thể phân chia những lập tử vi tế nhất — nếu hiểu phân chia theo tính cách vật chất —, chúng vẫn có thể được

tâm thức phân tích thành những thành phần phương hướng. Ngay cả khi một đối tượng mang sắc tính có thể được phân ra thành những lập tử, và những lập tử cứ được phân tích tiếp tục cho đến lúc thành những vật không còn mang sắc tính, thì tất cả những gì mang sắc tính — dù là một thành phần nhỏ thế nào đi nữa — tất nhiên phải mang những thành phần phương hướng.

Cũng tương tự như trên, mỗi tâm thức đều được hình thành bởi những thành phần thời gian. Các hệ thống triết lí cấp thấp quan niệm là có những khoảnh khắc cực ngắn của tâm thức không có thành phần nào dưới hơn nữa. Nhưng chúng ta hãy xem xét hai khoảnh khắc được xem là không có thành phần của tâm thức. Khoảnh khắc tâm thức đầu là nguyên nhân trực tiếp của khoảnh khắc thứ hai, khoảnh khắc thứ hai này là hậu quả của khoảnh khắc thứ nhất. Nếu nói là giữa hai khoảnh khắc này xuất hiện một khoảnh khắc khác thì không thể nói đến mối quan hệ nhân quả trực tiếp nữa. Nhưng, nếu nói là không có khoảnh khắc nào xuất hiện xen giữa hai khoảnh khắc này thì chúng phải trùng hợp nhau trên phương diện thời gian, bởi vì chúng không có thành phần [bởi vì không thể phân biệt giữa thành phần thời gian tiếp tục của dĩ vãng và thành phần thời gian vị lai]. Trong trường hợp này thì hai khoảnh khắc của tâm thức không thể tạo nên một liên tục thống nhất thể. Như vậy thì lời quả quyết là có những thành phần thời gian không thể được phân chia, nhưng lại có khả năng tạo thành một liên tục thống nhất thể — lời này không thể được giữ vững.

Nhưng mặt khác, nếu nói là có thể phân biệt giữa những thành phần »tiếp xúc với nhau« và giữa những thành phần không chạm nhau của hai khoảnh khắc này thì mỗi khoảnh khắc, dù cho nó là ngắn thế nào đi nữa cũng phải có những thành phần đi trước và đi sau. Như thế thì mỗi khoảnh khắc phải có những thành phần thời gian — không phải không có thành phần. Vì vậy nên phái Cự duyên quan niệm là ngay cả những khoảnh khắc thời gian cực ngắn cũng có thành phần thời gian, tương tự như trường hợp các vi lập vật chất có những thành phần phương hướng.

Cự duyên phái cho rằng, tất cả những hiện tượng tất nhiên phải có thành phần. Mỗi một hiện tượng tồn tại tùy thuộc vào những thành phần của nó; nó phải được xác định và đề danh trên cơ sở của những thành phần này. Như vậy, tất cả đều được gọi trên cơ sở hệ thuộc — chúng hoàn toàn trống rỗng, không tồn tại một cách độc lập.

Một cách nghiên cứu khác qui về sự xuất phát của hậu quả từ nguyên nhân. Hậu quả được sinh thành bởi nguyên nhân. Ví dụ như một cây con được sinh

thành bởi một hạt. Nhưng lời trần thuật là hậu quả được dẫn khởi bởi nguyên nhân được thực hiện trên cơ sở thông thường, tương đối — trong trường hợp người ta vừa lòng với cách trình hiện và công năng tương đối của sự vật và không phân tích, nghiên cứu kỹ về cách tồn tại đích thật của chúng. Nhưng, nếu không hài lòng và muốn tìm hiểu tinh tế hơn về phương cách sinh thành để tìm đối tượng được trình bày qua lời trần thuật »Một cây con được sinh thành bởi một hạt«, người ta sẽ xác định được là cây con không được sinh thành bởi nguyên nhân có cùng bản thể với nó; cũng không được sinh thành bởi nguyên nhân không có cùng bản thể với nó; cũng không được sinh thành bởi cả hai; cũng không không có nguyên nhân. Mặt khác, một vật được sinh thành phải hiện bày mỗi lúc mỗi rõ hơn trong trường hợp nó được phân tích, tìm hiểu trong phạm vi những khả năng tồn tại trên cơ sở tự tính nếu nó thật sự tồn tại trên cơ sở tự tính [như nó trình hiện]. Nhưng trường hợp đối nghịch lại được xác nhận: Nếu chúng ta tìm kiếm đối tượng chính của danh xưng [»Một cây con được sinh thành bởi một hạt«,] đối tượng này không thể được tìm thấy trong phạm vi những khả năng tồn tại trên cơ sở tự tính.

Ngoài việc này ra, sinh thành chỉ có thể là sự sinh thành của một sinh thành vật tồn tại; một vật nào đó không tồn tại — ví dụ như sừng thỏ — không thể được sinh thành. Nếu một vật tồn tại một cách tự lập, bằng tự lực, nó chẳng cần đến nguyên nhân nào. Như vậy là: Một vật nào đó không tồn tại hoàn toàn không thể được thành tạo bởi nguyên nhân; và một vật nào đó tồn tại bởi tự lực không tất nhiên phải được thành tạo bởi nguyên nhân. Vì thế, sinh thành và những trình hiện tương tự không thể được xác định nếu người ta nghiên cứu theo cách này.

Nếu phân tích một hành động, một quá trình ví dụ như trường hợp »đi«, như Long Thụ thực hiện trong phẩm thứ hai, kệ thứ nhất của Trung quán luận, người ta sẽ không tìm thấy hành động hoặc quá trình »đi«:

Phải biết: Đoạn đường đã đi qua không phải là đoạn đường đang đi; đoạn đường chưa đi qua cũng không phải là đoạn đường đang đi; và ngoài đoạn đường đã đi qua và đoạn đường chưa đi qua thì chẳng thấy đoạn đường nào đang đi. [Như vậy thì không tìm thấy »đi«.]

Thời gian cũng tương tự như thế. Nó có, nhưng dĩ vãng và vị lai chỉ có thể được xác định trong mối liên hệ với hiện tại và nếu tìm kiếm khoảnh khắc hiện tại bằng cách phân tích cách tồn tại chính của nó thì sẽ xác định được là: nửa phần của nó thuộc về dĩ vãng, nửa phần thuộc về tương lai. Chỉ thấy được dĩ vãng và tương lai, hiện tại không thể được tìm thấy.

Như vậy thì rõ ràng là sự vật không thể được tìm thấy nếu người ta tìm hiểu theo cách này. Sự việc này cũng có giá trị cho những đối tượng cao siêu: Không thể tìm thấy một Phật-đà, không thể tìm thấy một Tính không. Hoàn toàn không có một vật gì được tìm thấy cả.

Như vậy có phải là tất cả đều không tồn tại? Nếu sự vật không tồn tại thì chúng không thể gây hậu quả cho chúng ta, không mang đến ích lợi và cũng chẳng gây tổn hại. Nhưng, có lợi ích và tổn hại. Mặc dù chúng không thể được tìm thấy qua một cách nghiên cứu phân tích nhưng chúng mang những dấu tích của tồn tại. Nếu tìm kiếm đối tượng danh xưng của bất cứ một hiện tượng nào, người ta sẽ không tìm thấy nó ở chỗ mà nó trình hiện như tồn tại nhưng, khả năng nó hoàn toàn không tồn tại bị bác bỏ bởi kinh nghiệm. Từ sự thật là một mặt hiện tượng tồn tại, nhưng mặt khác lại không thể được tìm thấy qua một cách nghiên cứu phân tích, người ta có thể kết luận là nó không tồn tại trên cơ sở tự tính mà chỉ tồn tại qua năng lực của những duyên khác. Những duyên này là gì? Chúng là những trạng thái tâm thức khái niệm và các hiện tượng được gọi tên trên cơ sở của những trạng thái tâm thức khái niệm này. Qua đó thì rõ ràng là các hiện tượng tồn tại trên cơ sở danh xưng được hình thành trong tâm thức khái niệm. Chúng chỉ tồn tại trong mối quan hệ tùy thuộc vào danh xưng trong tư duy.

Tồn tại của một hiện tượng có nghĩa là gì? Tiêu chuẩn của tồn tại không thể là việc tìm thấy đối tượng được xưng danh của hiện tượng này qua phương pháp phân tích nêu trên. Người ta phải lưu ý đến ba tiêu chuẩn dành cho tồn tại của một hiện tượng:

1. Hiện tượng này được biết trong phạm vi tập tục, qui ước.
2. Nó không đối nghịch với một nhận thức chính xác, một nhận thức chính xác nghiên cứu đối tượng trên phương diện tương đối.
3. Nó không đối nghịch với một nhận thức chính xác nghiên cứu cách tồn tại tuyệt đối của hiện tượng⁴⁴².

Một đối tượng đạt ba tiêu chuẩn trên được thừa nhận là tồn tại trên phương diện tương đối. Như vậy thì sự tồn tại của một đối tượng hệ thuộc vào những nhân tố khác; nó hoàn toàn không phải là một cái gì đó nằm chính trong đối tượng.

Cách tồn tại đích thật của các hiện tượng được đánh dấu qua sự kiện là chúng không thể được tìm thấy qua phân tích. Nhưng đối nghịch với sự kiện

này, các hiện tượng lại trình hiện có vẻ như tồn tại từ phía chúng, từ phía khách quan. Thế thì các hiện tượng trình hiện một cách đối nghịch cách tồn tại đích thật của chúng; chúng trình hiện như tồn tại trên cơ sở tự tính mặc dù thật sự không phải như vậy; chúng ta lại tin chắc là cách trình hiện và cách tồn tại của chúng đồng nhất. Tâm thức của chúng ta chấp trước, nhìn nhận một trình hiện là sự thật mặc dù nó thật sự đối nghịch bản tính của các hiện tượng. Chúng ta có một cảm giác như chúng có một cách tồn tại độc lập, không hệ thuộc vào các nhân duyên khác. Sự độc lập không hệ thuộc vào tha duyên được giả thiết ở đây được gọi là một »Ngã«⁴⁴³. Nó là một cách tồn tại không thật có của sự vật. Một tâm thức bám chặt vào cách tồn tại này của sự vật được gọi là Ngã kiến. Tâm thức nhìn nhận sự vật tồn tại trên cơ sở tự tính một cách sai lầm là Tâm thức điên đảo cơ bản.

Trong những luận cứ chứng minh sự vật không có tự tính thì Mười hai nhân duyên đứng hàng đầu. Hệ thuộc và độc lập — cả hai đối nghịch với nhau trực tiếp trên cơ sở luận lí; chúng cách tuyệt nhau một cách mà qua đó, một khả năng thứ ba không thể có được. Nếu hai khả năng tồn tại trực tiếp đối nghịch nhau và người ta có thể cách tuyệt sự trùng hợp với đối tượng của một trong hai khả năng thì rõ ràng khả năng kia phải là đúng. Nhưng trong trường hợp ngược lại, nếu một cách tồn tại được biết là chính xác thì trường hợp kia không thể nào đúng, nó cũng phải được cách tuyệt ngay. Hệ thuộc và độc lập quá đối nghịch nhau: Nếu nhận thức được lỗi lầm của lập trường chấp vào tồn tại của sự vật trên cơ sở tự tính hoặc tồn tại độc lập thì không còn cách nào khác hơn là thừa nhận cách tồn tại hệ thuộc vào nhân duyên của chúng. Và bởi vì sự vật tồn tại một cách hệ thuộc nên chúng trống rỗng, không tồn tại độc lập, không tồn tại bởi tự lực; và như vậy thì chúng có một bản tính trống rỗng, không có một tính độc lập có thể gọi là »Ngã«. Rỗng tuếch không có một »Ngã« là cách tồn tại của các hiện tượng.

Nếu không vừa lòng với cách trình hiện đơn giản của các hiện tượng, với chính bản thân cũng như những người khác và tương tự mà tìm hiểu phân tích nhằm xác định phương cách tồn tại của chúng thì không còn gì có thể được tìm thấy. Nhưng một tâm thức phát hiện được gì nếu nó nghiên cứu cái tuyệt đối? Nó tìm thấy hiện thật tối cao của các hiện tượng này: Tính không cách tuyệt một tự tính của chúng. Bởi vì Tính không vô tự tính là hiện thật được phát hiện bởi một tâm thức tìm hiểu hợp lí cách tồn tại cuối cùng của các hiện tượng nên nó được gọi là »Chân lí của hiện thật tối cao«, là Đệ nhất nghĩa đế⁴⁴⁴. Các đối tượng tạo nên một cơ sở chấp trì đặc tính⁴⁴⁵ của chân lí tuyệt đối được gọi là »Chân lí tương đối« — là Thế tục đế⁴⁴⁶. Chúng là những đối tượng được tìm thấy bởi nhận thức chính xác, [nhưng lại] không

tiến hành phân tích, tìm hiểu [cách tồn tại tuyệt đối của sự vật]. Như vậy thì cả hai, chân lý tuyệt đối của một đối tượng, và chính đối tượng với vai trò chấp trì đặc tính của chân lý tuyệt đối này tồn tại trên một cơ sở duy nhất.

Bản tính tuyệt đối của một cây con, Tính không cách tuyệt một tự tính của nó là một đối tượng được tìm thấy bởi một tâm thức phân tích cách tồn tại của cây con này; và qui về cây con này thì Tính không là hiện thật cuối cùng. Nhưng, nếu xem xét bản tính cuối cùng của cây con này như là một cơ sở chấp trì đặc tính mà cách tồn tại của nó phải được phân tích, thì bản tính tuyệt đối này cũng không thể tìm thấy. Bản tính cuối cùng của cây con trở thành cơ sở chấp trì bản tính cuối cùng của chính nó; và tâm thức tìm hiểu cách tồn tại của bản tính cuối cùng của cây con tìm thấy bản tính cuối cùng của bản tính cuối cùng của cây con. Và Tính không của Tính không được trình bày với ý nghĩa như thế.

Trong mỗi quan hệ này, phái Cụ duyên đề ra những luận cứ sau đây để phản bác các quan điểm sai lạc, đặc biệt là phản bác quan điểm của phái Y tự khởi:

1. Nếu quan niệm cho rằng các hiện tượng tồn tại tương đối bởi tự tính là đúng, thì người ta phải kết luận một cách phi lí là sự vật phải được tiêu hủy qua sự trực chứng Tính không trong thiên định thâm sâu của một Thánh nhân.

2. Và người ta cũng phải kết luận một cách phi lí tương tự như vậy là sự vật có thể đương đầu với một cách nghiên cứu phân tích trên phương diện tương đối, và sự hình thành, xuất khởi trên phương diện tuyệt đối không thể bị bác bỏ.

3. Và cách trình bày sau sẽ sai một cách phi lí, là tất cả các hiện tượng đều trống rỗng »bởi tự chúng nó« trong ý nghĩa trống không, không tồn tại bởi tự tính.

Chính vì phái Cụ duyên miêu tả đối tượng của quan điểm tuyệt đối như một Tính không cách tuyệt một tự tính nên chúng ta có thể tìm thấy nhiều học thuyết rất đặc biệt trong trường phái này, nhưng tôi không muốn đi sâu hơn vào chi tiết.

Tôi chỉ trình bày những nét cơ bản của các chủ đề trong những này vừa qua. Ai thấy những chủ đề này hay, hấp dẫn thì nên tìm hiểu thêm một cách kĩ

lượng lâu dài. Chính tôi cũng tự xem mình là một người đang học hỏi trong lĩnh vực này. Tất cả chúng ta đều nên tiếp tục học hỏi.

Man-tra

Triết lí Tính không và tâm bồ-đề vị lợi cũng là cơ sở của Man-tra thừa; vì qua việc phát triển một tri giác nhận thức được Tính không, hành giả sẽ đạt được Pháp thân Phật, và qua việc phát triển tâm bồ-đề, hành giả đạt được Sắc thân⁴⁴⁷ Phật. Hành giả chứng Phật quả tối thượng bằng con đường này. Đặc điểm tinh thâm của Man-tra là hành giả đạt Đăng trì một cách rất nhanh, rất mãnh liệt qua sự phối hợp Chỉ và Quán. Kó thuật quan trọng nhất để đạt Đăng trì như trên không phải là thiền quán một đối tượng bên ngoài mà là một đối tượng nội tâm; hành giả tưởng tượng thân thể của chính mình là một thân thể của một vị Thiên thần⁴⁴⁸ và tập trung vào nó. Thêm vào đó, hành giả xem xét thân thể — đã được thiết tưởng là Thiên thần — như một cơ sở chấp giữ những đặc tính và xoay hướng nhân tố nhận thức vào bản tính cuối cùng của nó — trống rỗng không có tự tính. Sự phối hợp giữa nhận thức Tính không và thiết tưởng hình tượng với một động lực vị tha được gọi là »Bất nhị du-già của Thâm mật và Minh hiển«. »Thâm mật« ở đây có nghĩa là Tính không và »Minh hiển« là cách trình hiện như một vị Thiên thần vì lợi ích của chúng sinh. Du-già này là cách thực hành trung tâm của hệ thống tan-tra; nó là phương pháp thực hành chung trong phạm vi giáo lí này.

Trong ba tầng cấp tan-tra phía dưới, Tác⁴⁴⁹, Hành⁴⁵⁰ và Du-già tan-tra⁴⁵¹ thì du-già này là cơ sở của việc tu tập; tuy nhiên cũng có những điểm khác biệt nhỏ trong những kĩ thuật đặc biệt của Thiên thần du-già, những kĩ thuật đặc trưng của những nhóm tan-tra khác nhau, thậm chí của mỗi tan-tra khác nhau. Trong mọi trường hợp tu tập man-tra, hành giả trước hết phải được quán đỉnh⁴⁵² vì qua đó, tâm thức mới được tuần hóa, chuyển vào trạng thái chín mùi. Quán đỉnh được thực hiện qua một nghi lễ bao gồm ba phần: biểu tượng vật chất đặc biệt (như kim cương chùy, chuông đồng, tịnh bình và nước cúng), tụng niệm man-tra và thiền định. Qua sự phối hợp nêu trên mà một quá trình chuyển hóa liên tục thống nhất thể của tâm thức trở thành một tầng cấp cao hơn được thực hiện; tâm thức bây giờ mới có khả năng tu hành tan-tra. Muốn được quán đỉnh thì trước hết, hành giả phải tìm được một vị Lạt-ma đạt tiêu chuẩn và như vậy, vai trò của một Lạt-ma rất quan trọng trong việc tu tập tan-tra. Tuy nhiên, về phía chính mình thì một vị Lạt-ma cũng phải đạt đầy đủ những tiêu chuẩn cần thiết. Nếu »Lạt-ma« không đạt tiêu chuẩn thì quả thật là không hay, có những cơ nguy đáng lo. Vì lí do này mà Đức Phật rất chú trọng đến tư cách của một giáo thụ. Và đặc biệt được

nói trong trường hợp tu tập tan-tra là hành giả nên nghiên cứu một Lạt-ma thật lâu, thậm chí đến cả mười hai năm xem Lạt-ma có đủ khả năng cần thiết hay không trước khi nhìn nhận ông ta làm thầy. Lời trần thuật của Đức Phật nêu rõ tầm quan trọng của sự tìm hiểu kỹ lưỡng. ý nghĩa chính ở đây là chúng ta không nên hành động một cách không suy nghĩ, một cách quá vội vàng, hấp tấp.

Có nhiều loại và nhiều tầng cấp quán đỉnh nhưng tôi không diễn bày chúng ở đây. Nếu đã được quán đỉnh thì hành giả phải giữ vững những thệ nguyện và trách nhiệm hệ thuộc.

Trong Vô thượng du-già man-tra⁴⁵³, những nhân tố mà chúng ta bình thường đã có trong liên tục thống nhất thể được chuyển hóa thành những phương tiện chứng đắc Phật quả. Như tôi đã diễn bày trước đây, cơ sở của tất cả các phương pháp tu hành tan-tra là tâm cầu đạt bồ-đề vì lợi ích chúng sinh và một kiến giải chân chính về Tính không — một Tính không được trình bày bởi Duy thức hoặc Trung quán tông. Trên cơ sở này, các kinh nghiệm của sinh, tử và trung hữu được các phương tiện của Vô thượng du-già chuyển hóa thành các nhân tố của giác ngộ. Căn bản của quá trình chuyển hóa này chính là tâm và những luồng gió năng lượng vi tế nhất đã được đề cập đến trước đây. Cả hai đều hiển hiện trong quá trình chết, trung hữu và tái sinh. Ba quá trình tử, trung hữu và tái sinh trong trạng thái bình thường có những điểm tương đồng với Pháp thân, Thụ dụng thân và Ứng hóa thân của trạng thái giác ngộ. Vì vậy nên thông qua những phương tiện trên đường tu tập, hành giả có thể chuyển hóa ba trạng thái bình thường nêu trên thành ba thân của một vị Phật. Trên cơ sở này mà người ta gọi cái chết là Pháp thân của trạng thái bình thường, trung hữu là Thụ dụng thân của trạng thái bình thường và tái sinh là Ứng hóa thân của trạng thái bình thường.

Trên con đường tu tập, những trạng thái tương tự như trên cũng xuất hiện và người ta gọi chúng là Pháp thân, Thụ dụng thân và Ứng hóa thân trên đạo vị. Con đường này lại được chia thành hai cấp vị: Tạo tác vị⁴⁵⁴ và Thành tựu vị⁴⁵⁵. Tạo tác vị được thành đạt chính nhờ năng lực tưởng tượng, thiết tưởng⁴⁵⁶; Trên thành tựu vị, cấu trúc vật chất của các đạo quả, luồng gió năng lượng và các tinh trích được biến đổi thật sự. Để thực hiện quá trình biến đổi này, hành giả sử dụng tâm thức căn bản như một tâm thức trên con đường tu tập. Và để đạt được điều này, hành giả trước hết phải tháo gỡ những nút thắt nằm trong mạng cấu trúc của các đạo quả. Mục đích chính của việc làm này là đàn áp, làm tan hủy những tầng cấp thô sơ của tâm thức và các luồng gió. Nếu đã chấm dứt các tầng cấp tâm thức thô sơ bằng những

phương tiện trên đường tu tập thì Cực quang xuất hiện; nó được chuyển thành một tâm thức hướng đạo với khả năng nhận thức Tính không. Nếu có khả năng sử dụng Cực quang như một tâm thức trí huệ căn bản — một tâm thức có khả năng trực chứng Tính không cách biệt một tự tính của sự vật —, hành giả sẽ qua đó mà tiêu diệt được những dạng chương ngại của phiền não được tích luyện cũng như bầm sinh. Vô minh chấp vào tự ngã sẽ được tận diệt. Sự hiện diện của Cực quang trợ giúp hành giả trong việc thực hiện nguyên nhân chính để đạt một Sắc thân Phật sau này.

Đây là điểm cuối cùng của bài diễn giảng tan-tra ngắn gọn này.

Các tông phái truyền thống của Tây tạng

Các trường phái chính trong truyền thống Phật giáo Tây Tạng là Ninh-mã⁴⁵⁷, Tát-ca⁴⁵⁸, Ca-nhĩ-cư⁴⁵⁹ và Cách-lỗ⁴⁶⁰. Trên lập trường Tính không thì tất cả đều hệ thuộc vào phái Cự duyên. Chúng trình bày những con đường tu tập phối hợp cả hai, hệ thống kinh điển và hệ thống tan-tra, thực hiện những giáo lý căn bản của Vô thượng du-già. Chúng khác nhau ở những điểm nào? Khác nhau ở thời điểm sáng lập, thuật ngữ và những trọng tâm tu tập. Qua đó mà xuất hiện những điểm sai biệt nhỏ giữa những trường phái này — nhưng, từ quan điểm của một người thấu hiểu những hệ thống này thì chúng đều dẫn đến mục đích như nhau⁴⁶¹. Chúng ta không còn thời giờ để luận bàn kỹ về chủ đề này; nhưng quý vị sẽ hiểu rõ hơn nếu tìm hiểu, học hỏi qua năm tháng.

Lời cuối

Để chấm dứt các khóa trình này, tôi muốn bày tỏ niềm vui lớn lao là có cơ hội đưa ra một vài luận giải về Phật giáo — Phật giáo như nó được bảo trì và thực hiện bởi dân tộc Tây Tạng chúng tôi từ nhiều thế kỷ đến nay. Như quý vị đã nhận thấy qua những bài thuyết trình, Phật giáo Tây Tạng thật sự là một dạng Phật giáo toàn vẹn. Chúng tôi tu luyện theo Thanh văn thừa cũng như hai dạng khác của Đại thừa — Bát-nhã ba-la-mật-đa thừa⁴⁶² và Man-tra thừa⁴⁶³. Và Man-tra thừa bao gồm tất cả những hệ thống tan-tra và luôn cả Vô thượng du-già tan-tra. Phật giáo Tây Tạng không phải là bán phần Phật giáo mà đích thật là một dạng Phật giáo toàn vẹn.

Cuối cùng tôi xin được nói: Là Phật tử thực hành Phật pháp, chúng ta phải tu tập tinh tiến như có thể. Những gì không thể thực hiện được lại là một việc khác; nhưng trong phạm vi khả năng thì rất có ý nghĩa, rất có ích nếu chúng ta biến chuyển những gì đã học, đã tiếp thu được thành hành động. Nếu

những giáo lí này chỉ là sự hiểu biết đơn thuần qua sách vở thì chúng không có giá trị gì. Nhưng nếu tìm hiểu kĩ, lưu nó vào thâm tâm và thực hiện thì hành giả sẽ thấy ví dụ như Tính không thật sự là gì. Tôi biết từ kinh nghiệm bản thân: Khi mới bắt đầu nghiên cứu Tính không thì danh từ Tính không chỉ là một danh từ, mặc dù tôi lặp đi lặp lại cả nghìn lần. Nhưng khi bắt đầu thực hiện tu tập, suy nghĩ kĩ mãi về vấn đề này thì danh từ này dần dần có trọng lượng; nó ảnh hưởng đến tư thái của con người trước những vấn đề, khổ cũng như lạc.

Đối với những người theo Cơ-độc giáo và các tôn giáo khác cũng như vậy. Họ phải thực hành giáo lí của tôn giáo mình đang theo. Nhưng cũng có những điểm mà tôi đã trình bày trong những ngày qua — ví dụ như thiền định — có thể được thực hành thêm vào để làm phong phú cách tu tập của mình về phía phương tiện. Những tư thái cơ bản như lợi tha, từ, bi thì hoàn toàn giống nhau — tất cả những tôn giáo đều truyền bá những đức tính cơ bản này. Tư tưởng lợi tha cũng quan trọng cho những người không theo tôn giáo nào, nó có giá trị quý báu cho mọi người. Vì vậy nên tôi khuyến khích quý vị thực hiện những giáo lí này trong cuộc sống.

Nói một cách đơn giản: Chúng ta đều là người, và nên là người tốt, không nên xấu. Nếu trở thành những người xấu thì chính chúng ta cũng như những người xung quanh sẽ mất sự bình an — chỉ vì chúng ta chấp giữ những thái độ tai hại, sai lầm. Như thế cũng đã là một sự bất lợi lớn. Chúng ta phải cố gắng trở thành những người tốt, những thành viên thiện hảo của gia đình nhân loại.

---o0o---

Lời Nói Đầu

Giáo sư Jeffrey Hopkins⁴⁶⁴



Vào tháng 8 năm 1981, Đạt-lại Lạt-ma XIV Tây Tạng thực hiện một loạt khóa trình tại Đại học Havard dưới sự tổ chức của Viện Nghiên Cứu Phật Học Mĩ⁴⁶⁵ và Trung Tâm Nghiên Cứu Tôn Giáo Thế Giới⁴⁶⁶. Giáo sư Robert Thurman, chủ tịch Viện Nghiên Cứu Phật Học Mĩ là người chịu trách nhiệm cho các khóa trình, diễn ra tại Emerson Hall, Harvard Yard. Các buổi diễn giảng này đã đạt yêu cầu của các vị tổ chức một cách trọn vẹn, đó là sự hướng dẫn tổng quát vào lí thuyết và thực hành của đạo Phật.

Các khóa trình kéo dài khoảng hai giờ và được thực hiện trong năm ngày, mỗi ngày hai lần — sáng và chiều. Trong các khóa trình này, Đạt-lại Lạt-ma trình bày trong phạm vi Tứ thánh đế trạng thái khổ của chúng sinh đang ở trong luân hồi, một trạng thái được lưu giữ qua các tác động. Các tác động này lại chính là trở ngại chính của hạnh phúc, xuất phát từ một cách hiểu biết sai lầm về sự tồn tại của con người và các hiện hữu khác. Từ cái nhìn về vô minh, nguồn gốc của khổ, Ngài trình bày rõ ràng con đường thoát khỏi hoàn cảnh này và ngăn ngừa sự tái xuất của các quan niệm sai lầm, bất thiện; phương pháp phát triển lòng từ bi vô lượng hướng về tất cả chúng sinh khi đã thấu hiểu được trạng thái của chính mình. Đặc biệt là Ngài nhấn mạnh đến sự phát triển trí huệ, một trí huệ cắt đứt, xuyên suốt tấm màn che đậy của các trình hiện, dẫn đến sự nhận thức chân chính về tính chất của chúng, thoát khỏi tất cả những yếu tố lệ thuộc.

Trước mỗi buổi thuyết giảng, Ngài trả lời các câu hỏi của khán thính giả. Các câu trả lời bao gồm tất cả những thắc mắc, câu hỏi mà nhiều người — mặc dù chỉ biết chút ít về đạo Phật — đã nuôi trong thâm tâm từ vài mươi năm nay: sự liên hệ giữa khoa học và tôn giáo, đặc tính và những tầng cấp của tâm thức, ý nghĩa của cá nhân trong một hệ thống triết lí vô ngã, nhị nguyên và phi nhị nguyên, sự khác biệt giữa một tâm trạng thiếu tự tin và giáo lí vô tự tín, phương pháp chữa trị phiền muộn, ý nghĩa của những »thân cầu vòng«, điểm khác nhau giữa tâm trạng mong muốn thanh tịnh và bất tịnh, vai trò của phụ nữ trong đạo Phật, điểm mâu thuẫn giữa sự tăng

trường trong thuyết tiến hóa và khả năng thoái hóa trong đạo Phật, sự kết hợp giữa tính dục và tu tập trong hệ thống tan-tra, cách sáng tạo một đạo hạnh phối hợp cả hai, hành động lợi tha và hành động phát triển nội tâm. Các câu trả lời của Đạt-lại Lạt-ma phản ánh một tư cách uyên thâm, một cách nhìn gần gũi, khiêm nhường đầy hóm hỉnh về những câu hỏi quan trọng được đặt ra.

Các bài giảng — phần lớn được dịch ra từ tiếng Tây tạng và xuất bản thành tập — dung hàm cả hai, tài liệu chuyên chú về hoàn cảnh của con người theo cách nhìn của đạo Phật và song song với nó là những lời khuyên, những lời khuyến khích phát triển lòng từ bi. Cách phối hợp một tri thức sắc bén, khả năng thuyết giảng tuyệt vời và sự thực hành Phật pháp với một tấm lòng từ bi là những biểu hiện của Đạt-lại Lạt-ma, chính là yếu tố căn bản của tất cả các khóa trình. Lời nói của Ngài xuất phát từ tận đáy lòng, là biểu hiện của một sự nhận thức siêu việt bắt nguồn từ đạo Phật, đã đạt một cấp cao trong truyền thống văn hóa Tây Tạng. Mục đích chính của Ngài là tạo hòa bình — hòa bình trong mọi tầng lớp, bắt đầu từ gia đình, làng xóm, cho đến quốc gia và lan tỏa khắp cả thế giới.

Tôi là người phiên dịch trực tiếp những bài thuyết giảng và đã dịch lại để đưa vào quyển sách này với mục đích là thu tóm lại những chi tiết đã bị mất mát vì lí do thời gian trong một buổi phiên dịch trực tiếp. Tôi thành thật cảm ơn Kensur Yeshe Thupten, vị trụ trì của một ngôi chùa vừa được kiến lập lại tại Nam Ấn Độ, về việc xác định tác giả của những bài văn được trích dẫn.

Một vài lời chú giải riêng biệt giải một cách phiên dịch nhất định nào đó, nêu rõ những tài liệu bổ sung và nguồn gốc của những lời dẫn chứng.

Jeffrey Hopkins — University of Virginia

---o0o---

Nhập Trung Đạo Cương Yếu

Chỉ mỗi nghi ngờ [về tồn tại trên cơ sở tự tính] cũng đủ làm vòng sinh tử rạn vỡ.

Thánh Thiên (āryadeva) trong Tứ bách luận (catuḥśataka).

Tất cả [những lỗi lầm như tham ái] đều có [trí huệ nhận thức Tính không là] phương tiện đối trị cho nên việc gia tăng hoặc hạ giảm chúng [tùy thuộc vào

năng lực của chính trí huệ này]. Khi tâm thức nhận thức được bản tính của trí huệ này qua thiền định thì với thời gian, tất cả những ô nhiễm đều bị đoạn diệt.

Pháp Xứng (dharmakīrti) trong Lượng thích luận (pramāṇavārttika).

Ý niệm [về tồn tại trên cơ sở tự tính và chấp trước vào tồn tại trên cơ sở tự tính] ... được xem là chướng ngại cho việc thành đạt nhất thiết trí.

Tất cả những ý niệm [có liên hệ đến phiền não] như xan [, tham, hận] và tương tự được xem là chướng ngại cho việc đạt giải thoát.

Ngoài trí huệ ra thì không còn phương tiện nào để xả bỏ được [những ý niệm này]; vì vậy nên trí huệ là đức tính cao cả nhất.

Nhưng cơ sở của nó lại là tu học; và vì vậy, tu học là đức tính cao quý nhất.

Phật Từ Thị (maitreya).

Tùy thuận cung kính và nguyện vọng của tác giả
Con cúi đầu cung kính Trí huệ toàn hảo (prajñāpāramitā).

Con cúi đầu cung kính đức Phật, đáng toàn thắng, đáng cứu độ tất cả chúng hữu tình, đạt tất cả quang vinh của nhất thiết trí cũng như phương tiện cứu độ, nhưng mặc dù vậy, cũng chỉ được miêu họa bằng danh xưng, khái niệm — tương tự như huyền giác.

Để mở rộng tri thức của những người có tâm thức tinh anh, con sẽ trình bày một cách ngắn gọn giáo lý tuyệt hảo như cam lộ của đấng Thiện Thế (sugata): phương pháp hợp nhất Tính không (śūnyatā) và duyên khởi (pratītyasamutpāda).

---o0o---

Cội Nguồn Của Khổ Lạc

Mỗi người chúng ta đều mong cầu an lạc, không muốn đau khổ. Lạc và khổ lại tùy thuộc vào hạnh nghiệp của ba cửa ải thân, khẩu và ý. Các hành động của thân và khẩu tùy thuộc vào tâm và vì vậy, tâm phải được biến chuyển về phía thiện. Con đường thực hiện cụ thể việc cải thiện tâm thức là:

một mặt không để những tâm trạng điên đảo xuất hiện, mặt khác là thành tạo và tăng cường những tâm trạng thiện hảo.

Trong mỗi quan hệ này thì tâm trạng thiện hảo và bất thiện được xác định như thế nào? Trong trường hợp một tâm trạng bất thiện xuất hiện, nó sẽ gây một cảm giác khó chịu; bởi vì tâm thức an tĩnh, khoan khoái ban sơ của chúng ta bỗng nhiên bị quấy nhiễu, bị kích động. Sự việc này lại dẫn đến hậu quả là chúng ta bắt đầu thở dồn dập không sâu, một trạng thái nhìn lâu dài có thể tạo điều kiện cho bệnh tật và tương tự hiện hành. Được gọi là bất thiện nếu các tâm trạng có ảnh hưởng không tốt đến các hoạt động của thân và khẩu, và gây trực tiếp hoặc gián tiếp chướng ngại cho những chúng sinh khác. Ngược lại, các tâm trạng được gọi là thiện hảo trong trường hợp chúng trực tiếp đối nghịch những tâm trạng bất thiện và mang lại kết quả là hạnh phúc cho chúng sinh cũng như chính mình trên cả hai phương diện, tạm thời cũng như lâu dài.

Để ngăn ngừa những tâm trạng bị lừa đảo, người ta có thể giải phẫu não bộ hoặc dùng nhiều loại ma túy khác nhau. Cũng có thể người ta sẽ sử dụng những phương pháp khiến tâm thức trầm một như bị một cơn buồn ngủ vây phủ, hoặc dùng những chất gây mê nào đó khiến tâm thức hôn mê chẳng khác gì say ngủ. Những phương pháp này có thể mang đến lợi ích tạm thời, hữu hạn, nhưng cuối cùng thì những khía cạnh tai hại của chúng vẫn lấn áp những lợi ích tạm thời vừa nêu trên.

Vì vậy, phương pháp tốt hơn để chuyển hóa tâm thức về phía thiện là xác định với kinh nghiệm bản thân những nét đặc thù của những loại tâm trạng bất thiện khác nhau — xác định bằng cách tư duy về những điểm bất lợi của chúng. Sau đó phải nhận thức những loại tâm trạng thiện hảo khác biệt nhau. Nếu cuối cùng đã luyện tập đạt đến trình độ không chỉ lúc nào cũng suy nghĩ về những điểm lợi ích của các tâm trạng thiện hảo, mà thêm vào đó là cơ sở chân chính của chúng thì năng lực của chúng ngày càng được gia tăng. Sự việc này được thực hiện bởi năng lực của tập quán, thêm vào đó là cơ sở vững chắc và chung qui — bởi những chất lượng có bản chất tâm thức của chúng [và chính vì thế, chúng có thể được phát triển vô cùng cực].

Nhiều phương pháp tu luyện tâm thức như trên đã được các bậc đại sư trên thế giới giảng dạy dưới nhiều dạng khác nhau, tại nhiều nơi, nhiều lúc khác nhau thích ứng với khả năng tiếp thu, tính hướng cá biệt của mỗi đệ tử. Nhiều phương pháp tu luyện tâm thức được trình bày trong những bài kinh,

luận Phật giáo. Sau đây là một cách trình bày ngắn gọn quan điểm Tính không (sūnyatā).

---o0o---

Học Thuyết Cơ Bản

Giáo lý vô ngã (nairātmya) được dạy trong cả hai nhánh của Phật giáo — Tiểu thừa (hīnayāna) cũng như Đại thừa (mahāyāna) — và trong Đại thừa, quan điểm này được giảng dạy trong cả hai hệ thống, kinh cũng như tan-tra. Nếu lấy hành vi làm tiêu chuẩn phân biệt giữa một Phật tử và Phi-Phật tử thì điểm khác biệt nằm ở chỗ có thực hiện tam qui y — qui y Phật, pháp, tăng — hay không. Nếu lấy quan điểm triết lý làm tiêu chuẩn phân biệt thì điểm khác biệt nằm ở việc một người nào đó thừa nhận Tứ pháp ân hay không — những dấu hiệu được xem là chính Đức Phật truyền dạy. Tứ pháp ân⁴⁶⁷ cụ thể như sau:

1. Các hành (saṃskāra) vô thường;
2. Những gì ô nhiễm (sāsrava) đều tạo khổ;
3. Các pháp hữu vi (saṃskṛta) đều vô ngã;
4. Niết-bàn (nirvāṇa) tịch tĩnh.

Như vậy thì tất cả những Phật tử đều thừa nhận tất cả các hiện tượng — các pháp (dharma) — đều trống rỗng không có một tự ngã.

Về giáo nghĩa vô ngã, người ta phân biệt một mặt nhân vô ngã (padgalanairātmya) với ý nghĩa không có một cá nhân vật chất nào tồn tại độc lập. Dạng vô ngã này được tất cả bốn trường phái giáo lý Phật giáo thừa nhận: Đại tỉ-bà-sa bộ (vaibhāṣika), Kinh lượng bộ (sautrāntika), Duy thức tông (cittamātravāda) và Trung quán tông (madhyamaka). Thêm vào đó, các đại biểu Duy thức còn thừa nhận một pháp vô ngã (dharmanairātmya), chủ thể cũng như khách thể trống rỗng, không phải là hai thật thể riêng biệt. Và các đại biểu Trung quán thừa nhận một pháp vô ngã, được hiểu như là Tính không trống rỗng, không thật sự tồn tại.

Quan điểm của những trường phái cao cấp và sơ cấp khác biệt nhau một cách đáng kể trong mức độ vi tế. Vì vậy nên rất có lợi nếu hành giả trước hết nghiên cứu những hệ thống cấp thấp để rồi qua đó mà đạt niềm tin vững

chắc vào những quan điểm được các trường phái cao cấp đại diện. Sau đây là cách trình bày hệ thống Trung quán, nói rõ hơn là hệ thống Cụ duyên, một trong hai hệ phái của Trung quán tông: Y tự khởi (svātantrika) và Cụ duyên (prāsaṅgika).

---o0o---

Cội Nguồn Của Bốn Học Thuyết

Người ta có thể tự hỏi xem các học thuyết khác biệt trên có phải được chính Đức Phật truyền dạy hay không, và nếu thật như thế, chúng có những cơ sở kinh điển nào. Nếu tự đặt câu hỏi tiếp là điểm khác biệt trong cấp bậc vi tế và giá trị của các học thuyết tất nhiên phải được dựa trên cơ sở kinh điển hay không thì câu trả lời chính là: Các quan điểm khác biệt của những giáo lí này được đấng Thiên Thệ đích thân truyền dạy. Nguyên do nằm ở trình độ tâm thức của các đệ tử; vì trong các vị này có những vị siêu việt, những vị trung bình và những vị kém cỏi hơn. Nếu Đức Phật dạy một vài đệ tử [— những vị còn ôm ấp kiến giải là các pháp trong mọi trường hợp đều phải có một ngã để có thể tồn tại —] giáo lí vô ngã thì họ có thể rơi vào cực biên hư vô và mất niềm tin. Vì vậy nên Ngài dạy trong một vài bộ kinh là có một ngã. Các vị đệ tử khác thì lại có cơ nguy rơi vào cực biên hư vô hoặc trường tồn nếu Đức Phật khẳng định hoặc phủ định câu hỏi về một tự ngã. Vì vậy mà Ngài không nói »ngã tồn tại« và cũng chẳng nói »ngã không tồn tại«, mà chỉ im lặng không nói gì như trong trường hợp »Mười bốn quan điểm Đức Phật không dạy«. Và như đã giảng một cách ngắn gọn trước đây, Ngài đã giải thích nhiều dạng vô ngã.

Những bộ kinh được các trường phái triết lí Phật giáo dùng làm cơ sở là như sau: Học thuyết của Đại tì-bà-sa và Kinh lượng bộ lấy kinh điển của »Pháp luân thứ nhất« làm cơ sở, ví dụ như kinh Tứ đế (catuḥsatya-sūtra); học thuyết Duy thức lấy những kinh điển của »Pháp luân cuối cùng« làm cơ sở, ví dụ như kinh Giải thâm mật (saṃdhinirmocana-sūtra). Và học thuyết Trung quán dựa vào kinh điển của »Pháp luân thứ hai«, ví dụ như kinh Thập vạn bát-nhã-ba-la-mật-đa (śatasāhasrikāprajñāpāramitā-sūtra). Có nhiều cách trình bày ba thời pháp luân: trên khía cạnh nơi chốn, thời gian, nội dung và đệ tử.

Nếu phải quyết định trên cơ sở kinh điển học thuyết nào cao hoặc thấp hơn, vi tế hay thô thiển hơn thì người ta phải tự hỏi là kinh sách nào có thể được xem là cơ bản chân chính của sự quyết đoán; vì cuối cùng, các học thuyết

mỗi mỗi đều được trình bày như giáo lý tuyệt đỉnh nhất trong tất cả những bộ kinh. Nếu chỉ cho giáo lý của một bộ kinh duy nhất là chân chính thì người ta phải tự hỏi xem là phải đối đãi những kinh điển dung hàm những học thuyết sai biệt như thế nào. Nếu nhìn nhận một bộ kinh là chân chính và cho những bộ khác là sai thì người ta lại phải chứng minh luận điểm này bằng những bộ kinh khác và phương pháp này không thể nào chấm dứt. Vì vậy, người ta phải sử dụng các phương pháp luận lý để xác định ưu điểm hoặc khuyết điểm của mỗi học thuyết cá biệt, và vì lý do này mà các bộ kinh Đại thừa đều khuyên là nên phân chia những lời Phật thuyết thành những lời liễu nghĩa (nītārtha) và vị liễu nghĩa (neyārtha), cần phải được diễn giảng. Phật đã nghĩ đến điều này khi Ngài thuyết như sau:

Như một người thử vàng bằng cách nung luyện, cắt, mài; cũng như vậy, các tỉ-khâu, thiện tri thức nên thừa nhận lời dạy của ta sau khi nghiên cứu kỹ. Đừng chấp nhận chỉ vì muốn tỏ lòng tôn kính.

Trong Đại thừa kinh trang nghiêm luận (mahāyānasūtralamkāra), Từ Thị đề ra một chú giải rất hay về ý nghĩa nêu trên khi Ngài giảng dạy về »Bốn điểm nương tựa«:

1. Đừng nương tựa vào con người của vị thầy mà nương tựa vào giáo lý của ông ta.
2. Nương tựa vào giáo lý thì không nên chấp trước văn tự xuôi tai mà nương tựa vào ý nghĩa.
3. Đã nương tựa vào ý nghĩa thì không nên tựa vào ý nghĩa cần được thuyết minh, mà nương vào nghĩa toàn vẹn, không cần đến thuyết minh; bởi vì ý nghĩa được thuyết minh chỉ có thể được hiểu như một nguyện vọng khác của vị thầy:

— thứ nhất là ý nghĩa này không thể hiểu được theo sát nghĩa vì một nguyện vọng khác [hơn là nguyện vọng được nêu ra một cách minh xác ở đây] nằm sau ý nghĩa này,

— thứ hai là có một mục đích nhất định và chính vì vậy ông ta mới truyền dạy một cách cần được diễn giảng, và [ý nghĩa hiểu sát theo văn tự] đối nghịch với sự thật, hoặc

— lời trần thuật này không trình bày sự thật tuyệt đối ngay cả trong trường hợp nó có thể được hiểu một cách sát nghĩa.

4. Nương tựa vào ý nghĩa toàn vẹn thì không nên dựa vào tâm thức bình thường có liên hệ với các trình hiện nhị nguyên, mà dựa vào một tâm thức vô khái niệm.

Để phát triển một tâm thức vô khái niệm hướng về tinh hoa, hướng về Tính không thì trước hết, người ta phải luyện tập một nhận thức chính xác hướng về nó. Nếu qua đó mà đối tượng thiền quán trình hiện một cách rõ ràng thì tâm thức khái niệm tự chuyển hóa thành một trí huệ siêu việt vô khái niệm. Trong thời gian đầu của việc phát triển một nhận thức có khái niệm như thế, người ta phải dựa vào những luận chứng không thể bị biện bác. Những luận chứng này chung qui lại đứng trên cơ sở nhân minh thuần túy, cơ sở được gầy dựng bởi kinh nghiệm bản thân của chúng ta và những người khác. Vì lí do này nên Trần-na (dignāga) và Pháp Xứng (dharmakīrti) — hai Đại luận sư của Nhân minh học (hetuvidyā) và Nhận thức học (pramāṇavāda) Phật giáo — đều có quan điểm là luận chứng và nhân minh chung qui lại lấy nhận thức trực tiếp — hiện lượng (pratyakṣapramāṇa) — làm cơ sở.

---o0o---

Kết hợp trí huệ và hành vi cao thượng

Người ta có thể hỏi là nhận thức chính xác và trí huệ với khả năng hiểu biết các học thuyết góp phần như thế nào trong việc cải thiện tâm thức. Chỉ một học giả mới phải có trí huệ, trong khi một tu sĩ chỉ cần trì giới và giữ lòng thành thật là đủ rồi hay sao?

Có những phương tiện khác nhau để thanh trừng tâm thức theo cấp bậc. Một vài phương tiện quả thật tương tự như cách tu luyện thiền định chuyên nhất với một niềm tin tinh tiến vững chắc — nhưng không tìm hiểu nguyên do. Chỉ độc duy qua thiền định chuyên nhất như thế thì việc tu tập sẽ không phát triển được năng lực lớn lao. Đặc biệt trong trường hợp kế tục phát triển không ngừng các phẩm chất cao thượng của tâm thức thì không đủ nếu chỉ độc duy để tâm an trụ vào đối tượng quán tưởng. Đối tượng quán tưởng phải đứng trên cơ sở lí do. Và thêm vào đó, nếu chỉ nhận biết được những lí do phổ biến chung chung thôi cũng không đủ; thiền giả phải thấu triệt, hiểu nó một cách xuyên suốt và đạt xác tín. Vì vậy cho nên trí huệ là một nhân tố tất yếu đối với một hành giả tài trí tuyệt đỉnh.

Nhưng, nếu chúng ta phải chọn giữa học thức uyên bác hoặc tư tưởng quan điểm giới luật thì quan điểm giới luật là cách chọn lựa tốt hơn; bởi vì nó mang đến lợi ích trong mọi trường hợp. Ai có học thức uyên thâm nhưng

không nhiếp tâm có lẽ sẽ gia tăng những tâm trạng phiền não thay vì đạt được tâm trạng an lạc — cũng rất có thể là ông ấy sẽ tự làm cho mình và người khác đau khổ vì đố kỵ những người ưu thế, tranh chấp với những người ngang hàng và kiêu mạn, xem thường những người dưới cơ và tương tự. Trường hợp này tương tự như việc thuốc quý trở thành chất độc. Vì cơ nguy không thể khinh thường này nên việc hợp nhất học thức uyên bác, giới luật và kiến giải chân chính được đặc biệt chú trọng — chú trọng bằng một cách mà qua đó, học thức uyên bác không tổn hại giới luật nghiêm chỉnh và giới luật không tổn hại học thức uyên bác.

---o0o---

Đối tượng của phủ định

Trong quá trình cải thiện tâm thức, người ta phải hiểu biết một cách chắc chắn thế nào là Vô ngã và thế nào là Tính không. Để hiểu được cái được gọi là »Tính không« thì người ta trước hết phải hiểu một cách chính xác cái gì bị cách tuyệt, phủ định bởi Tính không này. Bồ Tát Tịch Thiên (sāntideva) nói như sau trong luận Nhập bồ-đề hành (bodhicaryāvatāra):

Nếu không hiểu vọng khởi tướng là gì, thì sẽ không hiểu được sự không tồn tại của nó.

Như vậy thì không thể nào hiểu được Tính không nếu không hiểu đối tượng được Tính không này cách tuyệt — đối tượng của phủ định.

Câu hỏi được đặt ra ngay lúc này là một vật nào đó có Tính không, trống rỗng — nhưng trống rỗng cách tuyệt sự gì, vật gì? Nếu hiểu đối tượng của phủ định như một trở lực vật chất, ví như trong trường hợp một cầu vồng được chúng ta gọi là trống rỗng, bởi vì nó không gây một trở lực vật chất nào thì hoàn toàn không phù hợp với ý nghĩa Tính không như nó được hiểu trong hệ thống Cụ duyên. Tương tự như vậy, cũng rất sai lầm nếu hiểu đối tượng của phủ định như một vật gì đó có sắc tính ví như trường hợp không gian — chúng ta thường chỉ gọi không gian trống rỗng bởi vì nó trống không, cách tuyệt sắc tướng. Hơn thế nữa, đối tượng của phủ định ở đây chính là tồn tại trên cơ sở tự tính (svabhāvasiddhi): Nó chính là đối tượng bị cách tuyệt bởi Tính không của các pháp, các hiện tượng. Tồn tại trên cơ sở tự tính ở đây không phải đơn thuần là đối tượng của phủ định — một đối tượng trước đây tồn tại và sau đó tiêu hoại, ví như trường hợp một cánh rừng hôm qua còn đó nhưng ngày nay đã bị một ngọn lửa thiêu hủy, chỉ còn một nền khô cháy xác xơ, trống rỗng không còn một »cánh rừng«. Hơn thế nữa,

các hiện tượng trống rỗng, mang một Tính không cách tuyệt tồn tại trên cơ sở tự tính, một cách tồn tại chưa từng thật có. Ngoài ra, Tính không cách tuyệt đối tượng của phủ định của các hiện tượng không giống như trường hợp một cái bàn »trống rỗng« không có bình hoa. Mà hơn nữa, ý nghĩa của Tính không trống rỗng nằm ở chỗ: chính phủ định này cũng không có cùng một cơ sở với đối tượng của nó [tức là đối tượng bị phủ định, là tồn tại trên cơ sở tự tính]⁴⁶⁸

Chính vì vậy mà người ta nên hiểu rõ thế nào là đối tượng của phủ định bị cách tuyệt bởi Tính không của các hiện tượng; người ta nên biết tiêu chuẩn của một tự ngã được vọng tưởng. Nếu chỉ hiểu dưới Tính không một sự trống không mà không biết chính xác đối tượng bị phủ định là gì thì hoàn toàn sai nghịch ý nghĩa chân chính của Tính không.

Vì sao phải nhận thức đối tượng của phủ định — Những cách trình hiện khác nhau như một tự ngã và kiến giải chấp ngã

Người ta có thể tự hỏi tại sao lại phải kham chịu nhọc nhằn để hiểu ý nghĩa hoặc tiêu chuẩn của một cái gì đó hoàn toàn không tồn tại, để rồi sau đó chỉ nhận thức thêm được là nó quả thật hoàn toàn không tồn tại.

Chính ngay trong sự việc thế gian, chúng ta cũng bị lừa đảo, gặp chướng ngại nếu cho một sự việc nào đó không có thật là thật có. Cũng tương tự như thế, chúng ta sẽ gặp chướng ngại nếu quan niệm các pháp đều tồn tại trên cơ sở tự tính mặc dù chúng hoàn toàn không có một cơ sở tự tính nào cả. Nếu chuyên chú vào chính cá nhân mình thì chúng ta sẽ thấy có nhiều cách chấp trì một ngã. Có những điểm khác biệt ở đây giữa một cách chấp ngã trong lúc các phiền não (kleśa) như tham, sân và mạn hoạt động, và một cách chấp ngã khi những phiền não này không xuất hiện một cách rõ ràng, tâm thức ở trong một trạng thái tịch tĩnh.

Ví dụ như có một điểm khác biệt nếu người ta quan sát một vật dụng ở chợ một cách vô thành kiến trước khi mua nó, hay là mua xong rồi ôm ấp chấp trì, gọi nó là vật sở hữu; vì, mặc dù người ta quan sát cùng một đối tượng trong cả hai trường hợp và cách trình hiện của đối tượng đều tương đồng trên khía cạnh có vẻ như tồn tại, điểm khác biệt nằm ở chỗ người ta chấp trước, cho nó là một sự thật tồn tại độc lập hay không.

Nếu quan sát mười người trước mặt thì tất cả mười người này trình hiện như tồn tại từ phía khách thể, từ phía chính họ; nhưng tuy thế, chúng ta không đạt xác tín là không chấp trước vào họ bằng một cách mà qua đó, chúng ta

vô căn cứ gán vào họ một cách tồn tại thật sự, độc lập. Nếu việc gán vào như trên đã được thực hiện — ví dụ như trong mỗi tùy thuộc vào một lí do có thể hoặc không thể bị biện bác —, người ta sẽ phát triển một tâm tư khái niệm rất mạnh, rất sai lệch đối với một trong mười người này, cho rằng người này đặc biệt tài giỏi hoặc bất tài, vô dụng. Nếu như thế thì tâm thức chúng ta chính trong lúc này gán vào cá nhân này những đặc tính thiện hảo hoặc bất thiện quá độ, trái nghịch với sự thật. Và sự việc này sẽ dẫn đến tham ái hoặc sân hận và qua đó — với suy nghĩ khoanh khắc tức thời — chúng ta gán vào đối tượng một sự thật tuyệt đối.

Như vậy thì chấp vào tồn tại chân thật đi trước tất cả các tâm trạng bất thiện, hướng dẫn chúng và tương trợ nhiều tâm thức bất thiện khác cũng như các tâm sở hữu pháp tương trợ chúng. Như vậy thì tham, sân và những phiền não khác không thể hiện hành nếu không có vô minh chấp vào tồn tại trên cơ sở tự tính.

Vì lí do này nên trước hết, người ta phải nhận thức được là các hiện tượng xưa nay đều có một Tính không, một Tính không cách tuyệt đối tượng bị phủ định, có nghĩa là phải hiểu biết được là một sự vật nào đó không tồn tại — chưa bao giờ được xác định là tồn tại đích thật qua một nhận thức chính xác — quả thật không tồn tại. Trong bước thứ hai, người ta phải phát triển một niềm tin vững chắc vào nhận thức trên; bởi vì qua đó người ta có thể ngăn cản sự xuất hiện của những ý nghĩ điên đảo — xuất hiện tương tự như những làn sóng xuất hiện vô cùng tận trên mặt đại dương — qua sự trình hiện có vẻ như tồn tại của một hiện tượng nào đó không tồn tại cũng như ngăn cản kiến giải chấp trước vào nó.

---o0o---

Hai chân lí theo hệ thống Long Thụ

Đại sư Long Thụ (nāgārjuna) trình bày như sau trong tác phẩm Bát-nhã xung căn bản trung quán luận tụng (prajñānāmamūlamadhyamakakārikā)⁴⁶⁹, phẩm thứ mười tám:

Nếu qui về nội và ngoại tâm mà những ý nghĩ như »Ngã« và »Ngã sở« bị tiêu hủy thì Thủ [những nhóm thân tâm được tạo bởi những hành động ô nhiễm và phiền não] chấm dứt. Và vì Thủ chấm dứt nên tái sinh được tận diệt.

Đoạn diệt tất cả các nghiệp và phiền não chính là giải thoát. Nghiệp và phiền não xuất phát từ những thiết tưởng và những thiết tưởng này lại xuất phát từ những khái niệm giả tạo [(prapañca) kiến giải sai lầm chấp vào tồn tại trên cơ sở tự tính]; khái niệm giả tạo được tiêu hủy bằng [sự nhận thức] Tính không.

Tồn tại một cách có thật chất xưa nay không bao giờ được xác định [qua một nhận thức chính xác] là thật có. Vì vậy nên độc lập không tùy thuộc hoàn toàn không thể có. Vì kinh nghiệm chính xác dạy rằng, nguyên lí duyên khởi — một nguyên lí trống không, cách tuyệt một bản tính độc lập — tạo thành tất cả những dạng khổ lạc, lợi tổn nên cũng qua đó mà cách tồn tại của nó được chứng minh. Như thế thì tất cả đều tồn tại trên cơ sở duyên khởi. Tất cả những hiện tượng tồn tại — nếu hiểu như là chúng chỉ hiển bày một cái gì đó được cấu kết bởi nhân duyên. Chúng trình hiện mà không rời pháp giới (dharmadhātu), cội của bản tính thật sự của chúng — nghĩa là hoàn toàn vắng mặt một cách tồn tại trên cơ sở tự tính.

Từ đó có thể suy ra là mỗi hiện tượng đều có hai bản tính: cách trình hiện bên ngoài và cách tồn tại tuyệt đối. Cách thứ nhất được gọi là »Chân lí tương đối« và cách thứ hai là »Chân lí tuyệt đối«. Đại sư Long Thụ nói như sau trong Bát-nhã xung căn bản trung quán luận tụng:

Giáo pháp của chư Phật được lập trên cơ sở hai chân lí: chân lí qui ước tập tục và chân lí của đệ nhất nghĩa.

Và Thắng giả Nguyệt Xứng (candrakīrti) trình bày như sau trong luận Nhập trung quán (madhyamakāvātāra):

Nếu nhận thức được các hiện tượng [một mặt là] toàn mĩ vô khiếm và [mặt khác là] hư ngụy thì người ta sẽ tìm ra ngay là chúng có hai bản tính; và Đức Phật giảng rằng đối tượng của một nhận thức chân chính là Chân như (bhūtatathatā) [chân lí tuyệt đối] và đối tượng của một nhận thức bị mê hoặc là chân lí tương đối, là chân lí hoàn toàn bị che đậy.

Cách phân minh chân lí tuyệt đối sẽ được diễn giảng sau này.

Trong mỗi tông thuộc vào quan điểm của một tâm thức thế tục, chân lí tương đối được phân thành hai loại: chính xác và điên đảo. Nguyệt Xứng nói như sau:

Quan điểm bị lừa đảo cũng được xem là có hai mặt: [Quan điểm] của những người nhận thức qua những giác quan vô khiếm và [quan điểm] của những người nhận thức qua những giác quan khiếm khuyết.

Tâm thức của những người có những giác quan khiếm khuyết được xem là điên đảo nếu so sánh với tâm thức của những người có giác quan vô khiếm.

Những gì phạm phu nhận thức được qua sáu giác quan vô khiếm [chỉ] là một sự thật trên phương diện thế tục, và những gì còn lại [cũng chỉ] là điên đảo trên phương diện thế tục.

Nhận thức cách trình bày hai chân lý như thế có mục đích như sau: Vì phải quan hệ mật thiết với tất cả những dạng trình hiện gây tổn hại, ích lợi nên chúng ta tất nhiên phải nhận thức được hai bản tính — bản tính tạm thời và bản tính tuyệt đối — của các đối tượng. Ví như trường hợp chúng ta có một người láng giềng xảo trá và luôn luôn phải liên hệ với ông ta. Nếu chấp trước một cách sai lầm vào thái độ dễ chịu bên ngoài mà bước vào mối quan hệ thì chúng ta sẽ tự chiêu lấy nhiều điểm bất lợi khác nhau. Vậy thì lỗi lầm không nằm ở chỗ tạo mối quan hệ mà nằm ở phương cách tạo mối quan hệ. Vì không biết cá tính của ông ấy nên chúng ta phán đoán sai — và cũng vì vậy mà bị lừa. Ngược lại, nếu biết rõ cả hai, cách trình hiện bên ngoài cũng như cá tính căn bản của ông ta thì chúng ta có thể tạo một mối quan hệ thích đương mà qua đó chúng ta không còn bị ảnh hưởng bởi những điểm bất lợi có thể xuất hiện.

Cũng tương tự như vậy: Nếu cách tồn tại tuyệt đối của các hiện tượng không khác với cách trình hiện bên ngoài của chúng thì chúng ta có lý do đích đáng để nhìn nhận cách tồn tại tương đối của chúng là chân chính. Nhưng sự thật không phải như vậy; mặc dù các hiện tượng trình hiện như tồn tại đích thật nhưng chung qui thì chúng không thật sự tồn tại. Chúng an trú tại khoảng giữa — có nghĩa là: chúng không tồn tại thật sự, tồn tại trên cơ sở bản tính, mà cũng chẳng hoàn toàn không tồn tại. Quan điểm nhận thức một cách chân chính cách tồn tại như vậy được gọi là Trung quán (madhyamaka).

Đối tượng bị phủ định không tồn tại như thế nào và mối quan hệ giữa nhận thức chính xác và nhận thức điên đảo

Sau đây là cách trình bày đối tượng của phủ định — tồn tại trên cơ sở tự tính hoặc một tự ngã —, trình bày nó không tồn tại như thế nào một cách rõ ràng.

Bất cứ một hiện tượng nào trình hiện trước chúng ta — một sắc tướng có thể được nhận thức qua cặp mắt, hoặc một hiện tượng nội tâm —, chúng đều thành lập cơ sở của phủ định. Trí huệ siêu việt trực nhận được những cơ sở nêu trên là trống không, cách tuyệt đối tượng của phủ định — một đối tượng trình hiện sai lầm trước chúng ta với vẻ như tồn tại trên cơ sở tự tính hoặc tồn tại như một vật gì đó độc lập, tự khởi —: chính trí huệ này là một tâm thức không bị lừa đảo, không bị mê hoặc. Tất cả những tâm thức khác đều bị lừa đảo.

Bây giờ người ta có thể tự hỏi là [ngoài trí huệ nhận thức Tính không] không có nhận thức chính xác nào có thể xác định những hiện tượng nhị nguyên như sắc tướng và tương tự một cách đúng đắn hay sao. Hay là người ta phải hiểu những điều được diễn giảng trước đây là tất cả những hiện tượng [tương đối] chỉ tồn tại đối với một tâm thức bị mê hoặc, điên đảo, và từ đó có thể kết luận rằng, phi tồn tại của chúng không thể nào có? [Bởi vì một tâm thức bị mê hoặc, điên đảo có thể thiết tưởng bất cứ một cái gì. Ngay cả cái phi tồn tại cũng phải tồn tại.]

Nhưng, tâm thức bị lừa đảo và nhận thức chính xác không đối nghịch nhau. Vì tồn tại thật sự hoặc tự tính trình hiện sai lạc nên tâm thức chấp trước vào nó được gọi là tâm thức bị lừa; nhưng vì tâm thức không bị lừa trong mối liên hệ của nó với đối tượng chính của nhận thức nên người ta gọi nó là nhận thức chính xác. Ví dụ như trường hợp một nhãn thức thấu nhiếp một sắc tướng: nhãn thức này chắc chắn bị lừa đảo qui về cách trình hiện như tồn tại thật sự của sắc tướng; nhưng mặt khác thì nó lại là một nhận thức chính xác bởi vì nó nhận thức được một sắc tướng là một vật gì đó mang tính chất sắc mà không chấp trước vào một cách tồn tại thật sự của sắc tướng này. Nhưng không chỉ như vậy; một nhãn thức xác nhận được một sắc tướng không những chính xác về mặt trình hiện của sắc tướng, mà còn chính xác về mặt trình hiện của một sắc tướng như thật sự tồn tại. Nếu nói là »Một tâm thức nhận diện đối tượng chính xác« thì lời trần thuật này có giá trị cho một tâm thức minh triết, có khả năng nhận thức, một tâm thức được hình thành bởi năng lực trình hiện của các nhân tố tùy thuộc vào đối tượng, và tâm thức này chính nó cũng mang nhân tố của đối tượng. Vì vậy nên được nói rằng tất cả những loại tâm thức nhị nguyên đều là những nhận thức chính xác, những nhận thức có thể xác nhận trực tiếp đối tượng trình hiện.

Nhưng sẽ là một điểm sai lầm nếu cho rằng, một cái gì đó tồn tại chỉ bởi vì nó trình hiện như tồn tại trước một tâm thức khiếm khuyết, bị lừa đảo, mê hoặc. Ví dụ như khi nhãn thức của một người bị bệnh loạn thị trực nhận hiện

tượng tóc rụng, thì mặc dù đó là một nhận thức trực tiếp chính xác bởi vì nó được tạo cùng trong một nhân tố với đối tượng; nhưng bởi vì cơ sở tóc rụng của cách trình hiện nêu trên hoàn toàn không thật có nên nhận thức nêu trên bị lừa đảo trong mối liên hệ của nó với thành phần chính [tức là hiện tượng tóc rụng] của đối tượng của nó. Tâm thức bị lừa này được gọi là điên đảo, bởi vì nó bị biện bác bởi một tâm thức chính xác khác với một cách nhận thức đối nghịch trực tiếp cách thâm nhiếp đối tượng của nó. Như vậy thì làm sao mà những gì được tiếp thu bởi một tâm thức bị lừa đảo như thế có thể được xem là tiêu chuẩn cho tồn tại đích thật?

Nói tóm gọn: Mặc dù không có một hiện tượng nào không được xác định (tibet.: btags) bởi tâm thức, nhưng không phải tất cả những gì được xác định bởi tâm thức tất nhiên phải tồn tại. Đó là những lời được dạy.

---o0o---

Phân tích hiện tượng

Nếu một hiện tượng trình hiện như thật sự tồn tại, và nếu nó quả thật tồn tại như nó trình hiện thì thật thể của nó phải dần dần hiện bày rõ ràng nếu người ta nghiên cứu tinh xác cách tồn tại của nó. Cũng tương tự như trường hợp những chân lí được công nhận trên thế gian; càng nghiên cứu kĩ bao nhiêu thì ý nghĩa của chúng càng hiện bày rõ rệt bấy nhiêu, và cơ sở của chúng ngày càng vững chắc — vững chắc đến mức độ người ta có thể chắc chắn tìm thấy được chúng qua nghiên cứu, phân tích. Ngược lại, nếu nghiên cứu, tầm tra một cái gì đó hư ngụy, giả tạo thì nó ngày càng lu mờ dần, để rồi chung qui không thể đứng vững trước việc nghiên cứu này và tan biến. Long Thụ dạy như thế trong luận Bảo hành vương chính (rājaparikathā-ratnāvalī):

Một sắc tướng được nhìn từ xa — nó được những người đứng gần nhìn thấy một cách tinh xác. Nếu hiện tượng phản chiếu trong không trung là nước, thì tại sao nó không được nhìn nhận như vậy bởi những người đứng gần?

Như những kẻ đứng từ xa nhìn nhận thế giới này như là một hiện thật, những người đứng gần không nhìn nhận nó như thế; [bởi vì đối với họ, thế giới] vô tướng như phản chiếu trên không trung.

Quý vị hãy xem một ví dụ. Nếu chúng ta suy nghĩ và nói: »Con người cần hạnh phúc« thì một người cầu mong hạnh phúc xuất hiện rõ ràng trong tâm thức chúng ta. Nhưng để tạo hạnh phúc cho người này, người ta phải tạo

điều kiện thuận lợi cho kiện khang thân thể của ông ta như thức ăn, quần áo, chỗ ở, thuốc men, phương tiện di chuyển và tương tự. Về mặt nội tâm, người ta phải tạo những điều kiện thuận lợi cho kiện khang tâm thức như một học thức tốt, một đức tính cao thượng, một tư thái trầm tĩnh, hoan hỉ và tương tự. Người ta phải tạo hạnh phúc cho một người qua việc tạo điều kiện thuận tiện cho kiện khang thân thể cũng như tâm thức. Nhưng, nếu chúng ta suy nghĩ và tầm tra xem người này là ai, là gì, thì sẽ thấy được rằng: tâm thức cũng như thân thể không phải là ông ta, và ông ta cũng không tồn tại cách biệt với hai nhóm thân tâm trên.

Sự việc cũng tương tự như vậy trong trường hợp chúng ta gặp một người quen tên Đại Chí. Ví dụ như chúng ta nói: »Tôi thấy Đại Chí«, »Đại Chí già hơn trước« hoặc »Đại Chí mập mạp hơn trước đây«. Người ta không cần phân tích, nghiên cứu những lời trần thuật trên mà có thể nói là đã thấy Đại Chí; đã thấy Đại Chí ốm yếu hơn nếu thân thể của ông ta gầy yếu, hoặc mạnh khỏe hơn nếu thân thể của ông ta kiện tráng. Một tâm thức thâm nhập những biến chuyển nhưng không không tìm hiểu — tương tự như trường hợp trên — không phải là một tâm thức điên đảo, và biểu thị ngôn ngữ của nó để trình bày sự kiện này không có gì là sai. Nhưng nếu thật sự bước vào việc nghiên cứu thì Đại Chí, người chủ của thân thể đó không thể được tìm thấy, và quá trình già nua hoặc mập mạp ra của ông ta cũng không thể đứng vững trước một cách nghiên cứu tường tận. Ngay cả trường hợp người ta nương theo những cá tính tốt xấu trong tâm thức Đại Chí mà phán đoán phẩm cách của ông ta — Đại Chí cũng chẳng phải là tâm thức. Ngắn gọn, chẳng có một phần nhỏ nào trong những nhóm thân tâm chính là Đại Chí — liên tục thống nhất thể hoặc những thành phần cực nhỏ của ông ta. Vì thế nên »Đại Chí« chỉ là một cái gì đó được đề danh hoặc xác định trên cơ sở hội tụ đơn thuần của các nhóm thân tâm. Long Thụ dạy như thế trong luận Bảo hành vương chính:

Cá nhân không phải là đất, không phải nước, không phải lửa, không phải gió, không phải là hư không, không phải thức, không phải tất cả những thứ này hợp lại — nhưng lại có cá nhân nào cách biệt những yếu tố nêu trên hay sao?

Thêm vào đó là thân thể của Đại Chí có nhiều thành phần như thịt, da, xương và tương tự — nhưng, trong những thành phần này, người ta chỉ phải thấy phần da bên ngoài để có thể nói được là: »Tôi đã thấy thân thể Đại Chí«; bởi vì thành phần da này đủ là một điều kiện để xác định là đã thấy một sắc thân. Như vậy không có nghĩa là người ta không thấy thân thể ngay

cả trong trường hợp không thấy được máu, xương và những thành phần khác. Để thấy được thân thể, người ta không phải thấy tất cả những thành phần; chỉ thấy được một thành phần nhỏ của thân thể tức là thấy được thân thể.

Dưới một vài điều kiện nhất định, người ta chỉ có thể nói được là thấy một thân sắc — theo tập quán thế tục — khi một thành phần tối thiểu của nó xuất hiện rõ rệt.

Như đã đề cập trước đây: Nếu quan sát riêng biệt các thân phần như tay và chân thì không thể nào tìm thấy được toàn thể, tức là thân thể. Tay và chân cũng có thể được phân chia tiếp tục, bàn tay phân tích thành những ngón tay, ngón tay lại được phân thành móng tay, những móng này lại được phân tích thành những phần trên và dưới, chúng lại lại được phân thành những phần nhỏ hơn, và cho đến cực nhỏ. Và ngay cả những nguyên tử cũng có thể được phân thành những thành phần có phương hướng; bởi vì nếu những nguyên tử cực nhỏ này vô phương hướng, chúng không thể nào hội tụ lại để hình thành một nhóm, một khối — không cứ vào trường hợp bao nhiêu nguyên tử tụ hội lại. Nếu tất cả những thành phần này được phân tích bằng cách nêu trên, chúng không thể được tìm thấy.

Tiếp theo là Đại Chí có thể được gọi là an vui và sàu muộn tùy theo tâm thức của ông ta — hoan hỉ hay ơu phiền. Vậy thì tâm thức này là gì — chính tâm thức tạo cơ sở cho sự phán đoán trên? Nó hoàn toàn không được kết cấu bởi sắc tướng. Nó siêu việt mọi chương ngại vật chất. Mỗi đối tượng đều có thể trình hiện trước nó, và nó có bản tính là thuần túy trong sáng và nhận thức. Tâm thức chính là như thế nếu nó không được phân tích tiếp tục. Nhưng nếu nghiên cứu tường tận thì không thể tìm thấy nó. Nếu tâm thức của Đại Chí phiền muộn, và người ta muốn tìm hiểu bản tính của tâm thức này bằng cách phân đoạn nó thành những khoảnh khắc riêng biệt, thì cũng chẳng có một nhóm hội tụ nào được hình thành bởi những khoảnh khắc trước sau. Trong thời đoạn của những khoảnh khắc đi sau thì những khoảnh khắc trước đã trở thành dó vãng, và vì những khoảnh khắc trước này dó vãng nên bản chất tâm thức của chúng cũng dó vãng. Và vì những khoảnh khắc của vị lai chưa sinh thành nên chúng hiện bây giờ chưa tồn tại. Và khoảnh khắc của chính bây giờ cũng không thể khác hơn là đã sinh thành, hoặc chưa sinh thành. Vì vậy, nếu tìm hiểu tâm thức hiện tại bằng phương pháp như trên, người ta không thể xác định được nó. Và cũng vì vậy mà tâm thức hoan hỉ được biểu hiện trong lời trần thuật »Tâm của ông ta an vui« không thể nào được tìm thấy.

Nói một cách ngắn gọn, một tâm trạng hạnh phúc, bất hạnh hoặc mang một đặc tính khác, nó chỉ được xác định hoặc phụ nhập⁴⁷⁰ (tibet.: btags) trên cơ sở những nhóm khoảnh khắc đi trước và đi sau, và khoảnh khắc ngắn nhất cũng được xưng danh và xác định qua những thành phần của chính nó; bởi vì nó có những thành phần có đầu có đuôi — có thể phân biệt được. Nếu những khoảnh khắc ngắn nhất không có thành phần nào cả thì trong trường hợp qui tụ lại, chúng không thể tạo thành một liên tục thống nhất thể (saṃtāna, rgyud).

Sự việc cũng tương tự như thế khi một vật bên ngoài trình hiện trước tâm thức, ví dụ như một cái bàn. Cái bàn này trình hiện trước tâm thức như tồn tại trên cơ sở tự tướng hoặc độc lập, bất tùy thuộc. Nhìn chung thì chúng ta có thể trình bày cái bàn như một cơ sở chấp trì những đặc tính như hình dạng, màu sắc và độ lớn, được cấu tạo bởi một vật liệu nhất định. Nếu nghiên cứu xong thì sau đó chúng ta có thể nói về giá trị, chất lượng của nó. Ví dụ như khi chúng ta nói là cái bàn này thật ra thì tốt, nhưng mang một màu quá xấu, thì trong trường hợp này có một cái bàn tạo cơ sở cho lời phê phán của chúng ta về chất lượng màu sắc. Nếu chúng ta phân phối thành tổng thể và thành phần thì quả thật là có một cơ sở chấp trì những đặc tính — nhưng, những đặc tính hoặc những thành phần này chính chúng nó không phải là cơ sở, không phải là tổng thể. Nhưng cơ sở chấp trì những đặc tính cũng không thể tìm thấy nếu loại trừ những đặc tính hoặc những thành phần. Một giả thiết: Nếu thừa nhận là không có một cơ sở chấp trì những đặc tính nào thì trong trường hợp này, những đặc tính cũng không còn tồn tại; bởi vì những đặc tính này chỉ có thể được xác định trong mỗi tùy thuộc của chúng vào cơ sở chấp trì đặc tính, và ngược lại, cơ sở này cũng chỉ có thể được xác định trong mỗi quan hệ tùy thuộc vào những đặc tính của nó.

Bảy luận cứ của trường phái Trung quán-Cụ duyên chứng minh không có tồn tại trên cơ sở tự tính

Độc giả hãy xem tôi thuyết minh sự việc này qua một vòng tràng hạt với 108 hạt.

Toàn thể là vòng tràng hạt với 108 hạt là những thành phần.

1. Mặc dù tổng thể và những thành phần khác biệt nhau, nhưng vòng tràng hạt không thể được tìm thấy nếu loại trừ những thành phần ra.
2. Vì vòng tràng hạt là một đơn phần vật, các tràng hạt lại là đa phần vật nên vòng tràng hạt cũng không thể nào đồng nhất với những thành phần của nó.

3. Nếu các thành phần bị loại trừ thì vòng tràng hạt không thể tương tục tồn tại một cách biệt lập với những thành phần này; vì vậy nên bản chất hoặc cơ sở của vòng tràng hạt không cách biệt những thành phần của chính nó.

4. Bởi vì vòng tràng hạt không tồn tại một cách biệt lập với những thành phần của nó nên về mặt bản chất, nó không tùy thuộc vào những thành phần của nó và những thành phần cũng chẳng tùy thuộc vào nó về mặt bản chất.

5. Các hạt cũng không tùy thuộc vào vòng tràng hạt về mặt bản chất.

6. Và cũng tương tự như thế, hình dạng của vòng tràng hạt cũng không phải là vòng tràng hạt vì hình dạng là một đặc tính của vòng tràng hạt.

7. Tất cả 108 hạt cũng như sợi chỉ khâu chúng cũng không phải là vòng tràng hạt; vì nhóm này chỉ tạo cơ sở danh xưng của tràng hạt.

Nếu tìm vòng tràng hạt bằng cách trên thì người ta sẽ không tìm thấy nó, tương tự như trường hợp tìm kiếm một trong bảy biên kiến [— những biên kiến bị biện bác bởi cách nghiên cứu bao gồm bảy thành phần nêu trên]. Ngay cả trường hợp nghiên cứu những tràng hạt cá biệt để xem chúng có tùy thuộc vào những thành phần hoặc đồng nhất hay không và tương tự thì cũng không thể tìm được chúng. Tiếp theo là rừng rậm, quân đội, liên bang, quốc gia — tất cả đều được kết cấu bởi nhiều thành phần và được xác định trên cơ sở này. Nếu nghiên cứu những thành phần xem có phải chúng là tổng thể hay không thì người ta không thể nào tìm thấy tổng thể trong chúng.

Và cũng hoàn toàn rõ ràng là tốt và xấu, ngắn và dài, lớn và nhỏ, thân và thù, cha và con và tương tự — chúng đều là những qui định mà trong đó, thành phần này phụ thuộc vào thành phần kia. Các yếu tố như đất, nước, lửa, gió được gọi tên trong mỗi tùy thuộc vào những thành phần của chúng. Không gian được gọi tên trên cơ sở phương hướng khuếch triển. Và cũng như vậy, Phật-đà, chúng sinh, luân hồi, niết-bàn và tất cả các hiện tượng khác chỉ đơn thuần là những qui định trong mỗi tùy thuộc vào những thành phần và cơ sở danh xưng.

---o0o---

Phân tích nguyên nhân và hậu quả

Nhìn tổng quát thì lời trần thuật »Nguyên nhân sinh thành hậu quả« là đúng. Nhưng chúng ta hãy nghiên cứu cách thành tạo, cách sinh thành này:

1. Nếu hậu quả xuất phát không có nguyên nhân thì chúng lúc nào cũng phải được thành tạo hoặc là hoàn toàn không được thành tạo.

2. Nếu hậu quả xuất phát bởi tự tính thì trong khi còn là nguyên nhân, chúng đã mang bản tính của hậu quả, và như thế thì hậu quả chẳng cần phải được sinh thành một lần nữa; nếu hậu quả đã được sinh thành và được sinh thành một lần nữa thì phải kết luận một cách sai trái là quá trình sinh thành không chấm dứt.

3. Nếu hậu quả được sinh thành bởi [nguyên nhân của] những thật thể [hoàn toàn] khác biệt, chúng có thể được sinh thành trên cơ sở tất cả những nguyên nhân, bất cứ vào trường hợp những nguyên nhân này là những nguyên nhân đặc thù của hậu quả hay không; [bởi vì cả hai — nguyên nhân đặc thù cũng như không đặc thù — đều hoàn toàn khác biệt với hậu quả như nhau]. Hoặc là hậu quả hoàn toàn không tùy thuộc vào nguyên nhân; [vì nếu như thế, chúng hoàn toàn khác biệt về mặt bản chất và không thể quan hệ với nhau].

4. Và một cách sinh thành trên cả hai cơ sở — cơ sở tự tính và cơ sở nguyên nhân khác biệt — cũng không thể có [vì những lí do được nêu dưới 2. và 3. — cả hai vẫn còn giá trị ở đây].

Như vậy, nếu nghiên cứu ý nghĩa của danh từ »sinh thành« hoặc »thành tạo«, người ta không thể xác định được sinh thành. Vì vậy nên Thánh giả Long Thụ (ārya nāgārjuna) viết trong luận Bát-nhã xung căn bản trung quán:

Không có gì tự sinh thành; không có gì sinh thành bởi tha duyên; không có gì sinh thành từ cả hai; không có gì sinh thành không có nhân nguyên. Không bao giờ có sinh thành của một vật nào đó ở bất cứ nơi nào.

Mặc dù nhìn chung thì việc có nhân có quả là đúng, nhưng chúng ta vẫn cứ tìm hiểu thử xem! Nếu những hậu quả tồn tại [trên cơ sở cố hữu và như thế là thường hằng], thì việc một vật gì đó đã tồn tại được sinh thành một cách mới mẻ làm sao có thể được? Trong trường hợp này thì nó chẳng cần nguyên nhân nào để sinh thành hậu quả một cách mới mẻ. Nhìn chung thì nguyên nhân sinh thành một cái gì đó mới mẻ, chưa được sinh thành hoặc chưa tồn tại trong thời điểm của nguyên nhân. Nếu mà cái Vị sinh thành này tồn tại đích thật về mặt bản chất [và như thế tồn tại một cách cố hữu] thì nó phải hoàn toàn phi tồn tại; nó làm sao có thể được sinh thành bởi nhân duyên? Long Thụ nói như thế trong bài luận Thất thập không tính (śūyatāsaptati):

Bởi vì tồn tại, nên cái tồn tại [trên cơ sở tự tính] không được sinh thành; bởi vì không tồn tại, nên cái phi tồn tại [trên cơ sở tự tính] không được sinh thành.

Nói ngắn gọn, đối với những hiện tượng tùy thuộc vào nhân duyên để có thể tồn tại thì thật là một điểm nghịch lí nếu chúng tồn tại độc lập, bất tùy thuộc; bởi vì độc lập và tùy thuộc là hai điểm trực tiếp đối nghịch nhau. Một bài kinh nói tương tự như vậy [kinh Long vương A-na-va-tap-ta vấn (anavataptanāgarājaparipṛcchā):

Cái được thành tạo bởi nhân duyên không được thành tạo [trên cơ sở tự tính]; nó chẳng có một cách thành tạo trên cơ sở tự tính. Những gì tùy thuộc vào nhân duyên được gọi là trống rỗng; ai nhận được Tính không này là kẻ tỉnh giác.

Long Thụ nói trong luận Bát-nhã xung căn bản trung quán:

Vì không có một hiện tượng nào không tùy thuộc vào nhân duyên nên cũng không có một hiện tượng nào không trống không.

Và Thánh Thiên trình bày trong luận Tứ bách (catuḥśtaka):

Các hiện tượng có cơ sở duyên khởi không độc lập. Bởi vì không độc lập nên chúng không có một [tự] ngã.

Trong trường hợp các hiện tượng không có một Tính không cách tuyệt một cơ sở hoặc thật thể [có hữu], chúng hoàn toàn không thể tùy thuộc vào nhân duyên mà biến chuyển. Nếu chúng tồn tại bởi một cơ sở tự tính — bất cứ trường hợp hiện tượng nào, thiện hoặc ác —, chúng làm thế nào có thể được biến đổi?

Ví dụ như trường hợp một cây quý nào đó mang nhiều quả — nếu nó tồn tại trên cơ sở nội tại, cố hữu thì vì lí do gì mà nó trở nên khô héo, xô xác sau này? Nếu cách trình hiện trước tâm thức chúng ta là cách tồn tại đích thật, thì chúng ta lại có thể bị lừa đảo hay sao? Ngay cả trong thế tục, chúng ta cũng dư biết là có nhiều trường hợp bất nhất trí giữa hư ngụy và sự thật. Vì thế mà tất cả đều trình hiện trước tâm thức của chúng ta — một tâm thức bị vây phủ, bị ô nhiễm bởi những lỗi lầm của vô minh — như tồn tại đích thật; nhưng nếu các cách trình hiện quả thật là tồn tại thật sự thì cơ sở cố hữu của chúng cũng phải phù hợp với cách trình hiện. Và cơ sở cố hữu này cũng phải hiển bày mỗi lúc mỗi rõ ràng hơn trong trường hợp nó được một tâm thức

phân tích, nghiên cứu. Vậy thì lỗi lầm nằm ở chỗ nào khi các hiện tượng không thể được tìm thấy qua phân tích — chúng tan biến ngay trước mắt? Và nếu các hiện tượng tồn tại trên cơ sở tự tính thì trường hợp này cũng tương tự như cách trình bày của Nguyệt Xứng trong luận Nhập trung quán:

Nếu có tồn tại trên cơ sở tự tính và người ta phủ định nó thì các sự vật đều tiêu tán. Như vậy, [việc nhận thức] Tính không sẽ là nguyên nhân của sự tiêu hủy của sự vật.

Vì sự việc này vô nghĩa, cho nên không có sự vật nào tồn tại [trên cơ sở tự tính]. Nếu sự vật được phân tích thì người ta sẽ thấy được là chúng không tồn tại ngoài Chân như. Vì thế cho nên các chân lí thế tục phải được [hướng về khía cạnh tuyệt đối] nghiên cứu, phân tích.

Chính lí do này — một lí do cho thấy rằng, sinh thành trên cơ sở tự khởi hoặc tha khởi không chính xác — nêu rõ là ngay cả trên phương diện tương đối, sinh thành trên cơ sở tự tính cũng không đúng. Vậy thì sinh thành [trên cơ sở tự tính được người đại diện] làm sao có thể đúng được?

Như vậy Nguyệt Xứng muốn nói: Nếu các hiện tượng tồn tại trên cơ sở có hữu, bản chất [và như vậy tồn tại trên cơ sở tự tính], thì người ta phải kết luận là trong [khi trực chứng Tính không ở giai đoạn] thiền định thâm sâu của một Thánh giả (ārya), các hiện tượng đều phải tự hủy, tự tan biến. Và người ta cũng phải kết luận rằng các chân lí tương đối có thể đứng vững trước việc nghiên cứu phân tích trên cơ sở luận lí. Và tiếp theo đó, người ta cũng phải thừa nhận là sinh thành là một hiện thật tuyệt đối không thể bị biện bác.

Kinh Nhị vạn ngữ thiên bát-nhã-ba-la-mật-đa
(pañcaviṃśatisāhasrikāpraññāpāramitā) — được gọi là Thân mẫu — dạy:

Nhìn như vậy mà nói, hãy nghe Xá-lợi-phất (śāriputra): Nếu một Bồ Tát Ma-ha-tát (bodhisattva mahāsattva) tu tập các hạnh Bát-nhã-ba-la-mật-đa thì không nên nhìn nhận một Bồ Tát là một hiện thật [...]. Vì sao? Vì một Bồ Tát cũng mang một Tính không, trống rỗng không phải là Bồ Tát [trên cơ sở tự tính]. Danh hiệu Bồ Tát cũng trống rỗng không phải là một danh hiệu [có hữu] của Bồ Tát. Vì sao như vậy? Đó chính là bản tính của chúng. Sự việc như sau: Sắc tướng không cách biệt Tính không; Tính không cũng không hoàn toàn cách biệt sắc tướng. Sắc tướng chính nó là Tính không và Tính không chính là sắc tướng.

Và phẩm Ca-diếp vấn (kāśyapaparivarta) trong kinh Bảo tích (ratnakūṭa) nói:

Không phải Tính không làm các hiện tượng trống không — chính các hiện tượng tự chúng trống không.

Như vậy, Phật đã giảng dạy trong nhiều bộ kinh là tất cả các hiện tượng đều trống rỗng không có một cơ sở nội tại, cố hữu, không tồn tại trên cơ sở tự tướng. Nếu không như thế thì người ta phải kết luận là những gì được dạy đều sai cả. Vì vậy mà các hiện tượng đều không có một bản tính [cố hữu] hoặc một cơ sở tàng chứa.

Bây giờ người ta có thể tự đặt câu hỏi như sau: Bởi vì không tìm thấy được một cá nhân tồn tại nếu nghiên cứu — trong lúc tỉnh cũng như trong mộng, không có hình cũng như bóng, chẳng có tấm hình cũng như hình ảnh được lưu lại trên đó —, và tất cả những hiện tượng đều giống nhau trên phương diện này, người ta phải kết luận là chúng không có điểm khác biệt nào hay sao? Như vậy không phải là sự tiêu hủy của ranh giới giữa hư vọng và sự thật và giữa những qui định tương đối [chính xác] khác hay sao? Người ta có thể tự hỏi trong trường hợp này là việc nghiên cứu quan điểm chân chính về Tính không còn có ý nghĩa gì hay không. Bởi vì cả hai, kẻ tầm tra, nghiên cứu và quan điểm [được nghiên cứu] chung qui không gì khác hơn là không tồn tại.

Chính ngay đây chúng ta đạt đến một điểm nan giải. Vì tính chất vi tế của sự việc này nên cơ nguy lớn có thể hiện hành là nhiều người sẽ sa lạc vào quan điểm hư vô nếu tâm thức của họ chưa được trau dồi, luyện tập tinh thâm. Để ngăn cản sự việc này, nhiều vị luận sư tinh thông các phương tiện thiện xảo — ví như Đại sư Thanh Biện (bhāvaviveka) của hệ phái Y tự khởi-Trung quán (svātantrika-mādhyamika) và các đệ tử trong tông môn [như Trí Tạng (jñānagarbha), Tịch Hộ (śāntaraksita), Liên Hoa Giới (kamaśīla) và những vị khác] —, sử dụng Nhân minh (hetuvidyā) làm phương tiện tiếp độ. Với phương pháp trên, chư vị biện bác quan điểm chấp vào tồn tại độc duy trên cơ sở cố hữu của các hiện tượng mà không cứ gì đến việc chúng tùy thuộc hoặc được xác định qua việc trình hiện trước một tâm thức bất khả biện bác hay không. Nhưng [đôi nghịch với quan điểm của Cụ duyên-Trung quán (prāsaṅgika-mādhyamika),] họ [đại biểu của Y tự khởi-Trung quán (svātantrika-mādhyamika)] thừa nhận một cách tồn tại độc lập hoặc tồn tại trên cơ sở tự tính trên phương diện tương đối. Trong trường hợp những người với tâm thức không thể hiểu được sự vắng mặt của một cách tồn tại

đích thật, các Đại sư của Duy thức tông (cittamātravāda) như Thế Thân (vasubandhu) biện bác các hiện tượng bên ngoài [với một bản tính khác biệt tâm thức], nhưng lại thiết thuyết một dạng tồn tại đích thật của tâm thức. Cho những người không thể thấu triệt được pháp vô ngã (dharmanairātmya), các vị Đại sư thừa nhận một cách tồn tại thật sự của các hiện tượng — như các đại biểu của Đại tì-bà-sa bộ (vaibhāṣika) và Kinh lượng bộ (sautrāntika) — chỉ thiết thuyết một nhân vô ngã (pudgala-nairātmya) thay vào Tính không — một nhân vô ngã với ý nghĩa cá nhân không tồn tại trên cơ sở bản chất, độc lập. Những người ngoại đạo cũng không thừa nhận ngay cả một nhân vô ngã, tự quan niệm là phải thừa nhận một tự ngã trường tồn, bất khả phân li và độc lập.

Người ta có thể nói: Nếu quả quyết là các hiện tượng không tồn tại bởi vì cái được gọi tên — mặc dù được tìm — không thể được tìm thấy, thì lời này đối nghịch những gì được biết trên khắp thế giới; bởi vì nó đối nghịch trực tiếp những gì được trực nhận qua các giác quan. Đã được chứng minh qua kinh nghiệm bản thân chúng ta là có những sự vật, những sự vật được tổng kết lại trong »Thế giới« và »Chúng sinh«; lợi và tổn, cực khổ và hạnh phúc xuất hiện và tiêu hoại dưới tất cả những dạng khả hữu. Như vậy thì làm sao có thể hiểu được lời quả quyết là không thể tìm thấy chính mình, người khác, thế giới, chúng sinh và tất cả những sự vật khác nếu nghiên cứu, phân tích những hiện tượng tồn tại rõ rệt này?

Đáp: Kinh Nhị vạn ngũ thiên bát-nhã-ba-la-mật-đa (pañcaviṃśatisāhasrikāprajñāpāramitā) dạy:

Như thế, như thế; kẻ được gọi là »Bồ Tát« chỉ là một danh hiệu. Là như thế; cái được gọi là »Bát-nhã-ba-la-mật-đa« chỉ là một danh hiệu. Là như thế; những gì được gọi sắc, thụ, tưởng, hành và thức, chúng chỉ là danh xưng. Như thế; sắc tương tự như một huyễn tượng. Thụ, tưởng, hành và thức tương tự như huyễn tượng. »Huyễn tượng« cũng chỉ là một danh xưng. Nó chẳng tồn tại trong đối tượng. Nó chẳng tồn tại [về phía chủ thể] [...].

Nếu hỏi tại sao thì sự việc như thế này: Danh xưng không phải là những gì sẵn có tự nhiên của các hiện tượng mà chỉ là những gì được gán vào chúng. Danh xưng là những cách gọi tùy tiện. Tất cả những danh xưng này đều là những cách gọi. Nếu Bồ Tát Ma-ha-tát thực hiện những hạnh ba-la-mật-đa (pāramitā), vị này không được xem danh xưng là những hiện thật. Và vì không xem những danh xưng này là hiện thật nên Bồ Tát không vướng mắc vào những hiện tượng minh hiển. Và cứ như thế, Xá-lợi-phất, nếu một Bồ

Tát Ma-ha-tát thực hành trí huệ ba-la-mật-đa (prajñāpāramitā), vị ấy sẽ nhận thức toàn vẹn: Rõ là như vậy; »Bồ Tát« chỉ là một danh xưng; như thế; »Bồ-đề« chỉ là một danh xưng; như thế; »Trí huệ ba-la-mật-đa« chỉ là một danh xưng; như thế; »Sắc« chỉ là một danh xưng; như thế »Thụ«, »Tướng«, »Hành« và »Thức« chỉ là danh xưng [và ngoài đó ra không còn gì khác hơn]. Xá-lợi-phất, như thế này: Cái được gọi là »Ngã«, ví dụ như »Ngã« là một biểu thị ngôn ngữ, nhưng không thể nào nắm bắt được »Ngã« này.

Nhiều kinh luận dạy là tự ngã và những hiện tượng khác chỉ là những danh xưng đơn thuần. Nếu cái được gọi tên được tìm hiểu thì nó không thể được tìm thấy một cách khách quan. Và đó chính là dấu hiệu cho thấy các hiện tượng không tồn tại một cách tự khởi về phía chúng, mà chỉ độc duy được xác định trên cơ sở danh xưng ở phía của chủ thể là những hiện thật nào đó tồn tại.

Chúng ta hãy quán xét sự việc này kĩ hơn. Nếu một sự vật nào đó tồn tại chỉ bởi vì nó là một cái gì đó được biết bởi một tâm thức tương đối, thì đứa con của một người đàn bà không có khả năng sinh sản cũng phải tồn tại. [Bởi vì sự việc này không thể có nên một vật nào đó phải đạt ba tiêu chuẩn sau để được gọi là tồn tại tương đối:]

1. Nó phải trình bày một sự vật nào đó được biết bởi một tâm thức thể tục bình thường.
2. Sự vật được biết này không được phép là những gì bị ảnh hưởng hoặc biến bác bởi một nhận thức tương đối chính xác khác.
3. Và vì thêm vào đó, nó phải là một cái gì đó không thể bị tổn hại hoặc biến bác bởi một nhận thức nghiên cứu cách tồn tại tuyệt đối, nên không có một cái gì có thể được gọi là tồn tại trên cơ sở tự tính [ngay cả trên phương diện tập tục tương đối]. Nếu tiêu chuẩn thứ ba này không có thì không thể biến bác được tồn tại trên cơ sở tự tính; vì [độc duy] nhận thức tương đối chính xác không thể phản bác tồn tại trên cơ sở tự tính.

Như thế thì một thật thể giả định trình hiện như tồn tại khách quan — không chỉ tồn tại trên cơ sở đề danh từ phía chủ thể — là mức độ và ý nghĩa của cái bị phủ định và là cái cách tuyệt một sự vật nào đó trong trường hợp chúng ta nói về »Tính không« của sự vật. Người ta cũng gọi thật thể giả định này là một »Ngã« hoặc »Đối tượng bị phủ định trên cơ sở luận lí«. Vì chưa từng được nhận biết [bởi một nhận thức chính xác] là tồn tại nên tâm thức chấp trước vào nó như một sự thật được gọi là »Vô minh« (avidyā); Nhìn tổng

quát thì có nhiều dạng vô minh; nhưng vô minh được nhắc đến trong trường hợp này là cội nguồn của luân hồi sinh tử và chính là vô minh tương phản trí huệ nhận thức vô ngã. Long Thụ nói trong luận Thất thập không tính:

Ý niệm cho sự vật được tạo bởi nhân duyên là thật có được bậc thầy [Phật] gọi là vô minh. Từ ý niệm này mà xuất phát Mười hai nhân duyên.

Sự vắng mặt đơn thuần của đối tượng bị phủ định hoặc một ngã được thiết tưởng bởi một tâm thức [vô minh] được gọi là »Vô ngã«, »Không tồn tại chân thật« hoặc »Tính không«. Và vì chính sự vắng bóng của một tự ngã này là cách tồn tại tuyệt đối của các hiện tượng nên nó cũng được gọi là »Chân lí tuyệt đối«. Và tâm thức nhận thức được sự việc này được gọi là »Tâm thức nhận thức Tính không«.

---o0o---

Tính không của Tính không

Bây giờ chúng ta có thể tự hỏi là Tính không — chính nó như một chân lí tuyệt đối — có tồn tại trên một cơ sở nội tại, tự tính hay không.

Bởi vì cái được gọi »Tính không« là cách tồn tại hoặc hiện hữu tuyệt đối của tất cả các hiện tượng nên chính nó cũng không tồn tại nếu các hiện tượng không tồn tại. Chân như [hoặc Tính không] được xác định trong mỗi tùy thuộc vào các hiện tượng, và các hiện tượng được xác định trong mỗi tùy thuộc của chúng vào chân như. Và cũng như trường hợp không thể tìm thấy các hiện tượng nếu nghiên cứu cách tồn tại của chúng, người ta không thể tìm được chân như nếu nghiên cứu cách tồn tại. Vì vậy mà chân như cũng không thể được tìm thấy bằng một cách nghiên cứu, phân tích [cái được gọi là chân như, Tính không]. Cái được gọi chỉ tồn tại độc duy trên cơ sở qui ước [— một cơ sở không chú ý, nghiên cứu những hiện tượng tuyệt đối]. Và vì vậy, nó không tồn tại chân thật. Long Thụ trình bày như sau trong Bát-nhã xung căn bản trung quán luận, phẩm thứ mười ba:

Nếu có chút ít nào đó Bất không — thì cũng sẽ có một chút Hữu không.

Nếu Bất không hoàn toàn không tồn tại, thì Hữu không làm thế nào có được?

Các đấng Thiện Thệ giảng dạy Tính không để đoạn trừ tất cả những kiến chấp [sai lạc]. Các ngài gọi những người có kiến giải [sai lầm] về Tính không là không thể chữa trị.

Và [Long Thụ] trình bày trong tác phẩm Tán siêu thế giới (lokātīstava):

Nếu cam lộ Tính không được dạy để tiêu diệt tất cả những ý niệm [sai lầm], thì người nào còn kiến chấp [vào Tính không như một cái gì đó tồn tại trên cơ sở nội tại] sẽ bị Ngài chỉ trích mạnh mẽ.

Vì vậy, nếu nghiên cứu cách tồn tại của một cỏ thụ thì cây này sẽ không được tìm thấy, nhưng cách tồn tại tuyệt đối hoặc Tính không của nó sẽ được phát hiện. Nếu bây giờ nghiên cứu Tính không này thì mặc dù Tính không chính nó không được tìm thấy; nhưng Tính không của Tính không này sẽ được tìm thấy; và đó chính là Tính không của Tính không. Như vậy, cây cỏ thụ là một sự thật tương đối và cách tồn tại đích thật của nó là sự thật tuyệt đối. Và nếu lấy sự thật tuyệt đối này làm cơ sở để nghiên cứu cách tồn tại tuyệt đối của nó thì chính nó — vì đã trở thành cơ sở chấp trì những đặc tính qui về cách tồn tại đích thật của nó — cũng được gọi là sự thật tuyệt đối.

Mặc dù các Tính không không khác biệt nhau về phía bản chất nhưng người ta lại phân chia chúng ra thành hai mươi, mười tám, mười sáu hoặc bốn loại qui về cơ sở, cơ sở chấp trì những đặc tính của chúng. Và các Tính không này lại được tổng kết thành hai loại vô ngã, nhân vô ngã và pháp (hiện tượng) vô ngã.

---o0o---

Cách trình hiện của Tính không trước tâm thức

Bây giờ có thể hỏi là Tính không trình hiện như thế nào trước một tâm thức xác định Tính không.

Nếu người ta không [hoặc chỉ có một] hiểu biết [thô sơ] về Tính không, chỉ nhận biết được một sự vắng bóng, một hư không đơn thuần thì đó không phải là chứng đắc Tính không. Và ngay cả khi hiểu biết rõ ràng ý nghĩa của Tính không [như sự vắng mặt của tồn tại trên cơ sở tự tính] thì cũng không phải là chứng đắc Tính không nếu còn chấp trước vào phủ định một đối tượng của phủ định như một đối tượng vật chất bên ngoài. Nếu người ta thiên quán một đối tượng với xác tín — một niềm tin, mặc dù xác định được đối tượng của phủ định, nhưng lại mang đặc tính là quán sát đối tượng như

một sự vật bên ngoài —, thì có cơ nguy chấp vào Tính không như một thật thể tồn tại. Và đó cũng không phải là chứng đắc Tính không. Kinh Giản yếu [bát-nhã-ba-la-mật-đa (sañcayagathāprajñāpāramitā)] dạy như sau:

Ngay cả khi nhận thức được »Tính không của năm nhóm thân tâm«, Bồ Tát vẫn hướng về các tướng mà tu tập, không đặt niềm tin vào trạng thái bất sinh.

»Tính không« là một phủ định, một phủ định phải được xác định qua việc phủ định đối tượng của phủ định — tồn tại trên cơ sở tự tính. Có hai loại phủ định: phủ định khẳng định⁴⁷¹ — là một cách phủ định mà qua đó một hiện tượng khác được ám thị song song với đối tượng bị phủ định — và phủ định bất khẳng định⁴⁷² — một cách phủ định mà qua đó, không có hiện tượng nào khác hơn được phủ định ngoài chính đối tượng bị phủ định. Tính không thuộc về loại phủ định thứ hai và chính vì vậy nên một tâm thức nhận thức Tính không phải xác định một cách chắc chắn sự phủ định [vắng mặt] đơn thuần của đối tượng của sự phủ định tồn tại trên cơ sở tự tính. Và sau đó Tính không toàn triệt sẽ trình hiện trước tâm thức, và ý niệm như sau cũng đồng thời xuất khởi: »Những gì bình thường trình hiện rõ rệt trước tâm thức chúng ta [chung qui] hoàn toàn không tồn tại.«

Đối tượng của phương cách thâm nhập của tâm thức này là một sự vắng mặt của tồn tại trên cơ sở tự tính hoặc chân tồn tại — và như vậy chính là Tính không. Và một tâm thức nhận thức được như vậy chứng đắc Tính không. Luận Nhập bồ-đề hành trình bày như sau:

Nếu một Vật được nghiên cứu với ý niệm »Nó không tồn tại« không được tìm thấy [như tồn tại trên cơ sở tự tính], thì làm sao một Phi vật không có một cơ sở [— tức là một Tính không tồn tại trên cơ sở tự tính, không có một cơ sở tương đối chính xác nào —] có thể lưu lại trước tâm thức?

Nếu cả hai, Hiện hữu [trên cơ sở tự tính] cũng như Phi hiện hữu [trên cơ sở tự tính] không còn trình hiện trước tâm thức, và vì ngoài đó ra không còn gì khác [tồn tại trên cơ sở tự tính] và những đối tượng nhận thức khác cũng không tồn tại [trên cơ sở tự tính], tất cả [những trình hiện nhị nguyên⁴⁷³] đều được khắc phục.

Nếu Tính không không phải là một phủ định bất khẳng định mà là phủ định khẳng định — một phủ định ám thị một hiện tượng khác — hoặc thậm chí là một khẳng định thì một tâm thức nhận thức được nó là một tâm thức quan sát một hiện tượng tồn tại trên cơ sở tự tính hoặc hướng về những sắc tướng

[tương đối]. Như vậy thì một tâm thức nhìn nhận đối tượng như một vật gì đó tồn tại trên cơ sở tự tính vẫn còn có thể xuất hiện. Nếu như thế thì không thể nào có trường hợp trí huệ nhận thức Tính không trở thành phương tiện đối trị tất cả những dạng kiến giải chấp chân tồn tại hoặc tồn tại trên cơ sở tự tính. Và việc trí huệ này diệt trừ những chướng ngại [của giải thoát và nhất thiết trí] cũng không thể nào có.

Suy nghĩ như thế nên Tịch Thiên viết trong luận Nhập bồ-đề hành:

Hỏi: Nếu một Nghiên cứu giả nghiên cứu bằng phương pháp phân tích [để xem các hiện tượng có tồn tại trên cơ sở tự tính hay không] và Nghiên cứu giả cũng phải được nghiên cứu, như thế không thể nào kết thúc, có phải không?

Đáp: Nếu đã nghiên cứu những sự vật phải được nghiên cứu thì đối với một tâm thức nghiên cứu, không còn một cơ sở nào [phải được tiếp tục nghiên cứu nữa]; vì nếu không có một cơ sở [có hữu] nào thì cũng chẳng có một sinh thành [trên cơ sở tự tính].

Nếu người ta quán sát cơ sở — chính mình, người khác và bất cứ một sự vật nào — và hiểu một cách chắc chắn ý nghĩa của sự không có tồn tại trên cơ sở tự tính và thiên quán về nó thì những đối tượng quán sát — chính mình, những người khác và tương tự — trình hiện như những huyễn tượng, như huyễn thuật, như mộng, những hiện tượng, mặc dù không tồn tại trên cơ sở tự tính nhưng vẫn trình hiện như vậy.

Nếu bây giờ hỏi về những cảm nhận khả quan và lợi ích được thành tạo qua đó thì Long Thụ trình bày về điểm này như sau trong luận Bát-nhã xung căn bản trung quán:

Những gì sinh thành trên cơ sở duyên khởi và trên cơ sở [các hiện tượng khác] được gọi là Không.

Và nó có nghĩa là: Một sự vật nào đó được xưng danh trên cơ sở duyên khởi.

Và đó chính là Trung đạo.

---o0o---

Lợi ích của nhận thức Tính không

Theo đó mà chúng ta hiểu rằng, duyên khởi là tự do tự nhiên cách tuyệt tồn tại trên cơ sở tự tính, và tự do tự nhiên cách tuyệt tồn tại trên cơ sở tự tính mang ý nghĩa duyên khởi, và chúng ta cũng nhận thức được là Tính không và duyên khởi tương trợ nhau. Qua niềm tin chắc chắn này, chúng ta sẽ thông qua những nhận thức tương đối chính xác mà xả bỏ một cách đúng đắn những gì cần được xả bỏ, chấp nhận hoàn toàn những gì cần được chấp nhận, và thực hiện những sự việc này trong phạm vi tồn tại thuần túy trên cơ sở danh xưng của chúng. Qua đó mà chúng ta có thể giảm dần những tâm trạng điên đảo như tham ái và sân hận — những tâm trạng bất thiện bắt nguồn từ kiến giải chấp vào một cách tồn tại về phía khách quan, không thuần túy trên cơ sở danh xưng — và cuối cùng đoạn trừ chúng một cách toàn triệt.

Quý vị hãy xem tôi diễn giảng đôi chút. Nếu đã thật sự có một kinh nghiệm về quan điểm Tính không, người ta sẽ nhận thức được là tất cả những đối tượng hiện tại trình hiện như tồn tại trên cơ sở tự tính trước tâm thức chúng ta. Qua kinh nghiệm, chúng ta có thể thấy kiến giải chấp vào tồn tại trên cơ sở tự tính được sinh thành như thế nào, và nó — trong một thời đoạn mà chúng ta bị thu hút một cách mạnh mẽ bởi đối tượng này, nó — không những nhìn nhận cách trình hiện của các đối tượng này là chân thật, mà còn bám chặt vào chúng. Thêm vào đó, chúng ta sẽ đạt xác tín là chấp vào chân tồn tại là điều kiện cơ bản khởi dẫn sự xuất hiện của các phiền não khác nhau như tham và sân. Chúng ta sẽ nhận rõ kiến giải chấp vào tồn tại đích thật là một tâm thức điên đảo, và nhìn trong mỗi qui thuộc về đối tượng nhận thức là một tâm thức bị lừa đảo. Chúng ta sẽ hiểu rằng, chính cái phản nghịch với nó, tâm thức nhận thức vô ngã là một tâm thức chính xác và cách thấu nhiếp đối tượng của nó có một cơ sở chân chính.

Luận sư cao quý Pháp Xứng trình bày trong Lượng thích luận (pramāṇavarttika):

Một xác tín [chân chính] và một tâm thức vọng kế [đối đãi nhau] như kẻ tổn hại và kẻ bị tổn hại.

Và tiếp theo:

Tất cả [những lỗi lầm như tham ái] đều có [trí huệ nhận thức Tính không là] phương tiện đối trị, cho nên việc gia tăng hoặc hạ giảm chúng [tùy thuộc vào năng lực của chính trí huệ này]. Khi tâm thức nhận thức được bản tính của

trí huệ này qua thiền định thì với thời gian, tất cả những ô nhiễm đều bị đoạn diệt.

Bản tính của hai cách thâm nhiếp, chấp trì đối tượng này hoàn toàn đối nghịch nhau. Chúng ảnh hưởng lẫn nhau mà qua đó, nếu cường độ của một bên được gia tăng thì cường độ của bên kia được giảm xuống và ngược lại. Long Thụ nói về sự việc này trong Tán pháp giới tụng (dharmadhātustotra):

Lửa là phương tiện tẩy sạch; nếu một vỏ [kim loại] bị uế nhiễm, được cho vào lửa thì những uế nhiễm bị thiêu hủy, nhưng chính vỏ này lại không.

Cũng tương tự như thế, các ô nhiễm trong tâm thức cực quang — một tâm thức liên lụy vào tham và [những lậu hoặc] khác — sẽ bị thiêu hủy bởi trí huệ siêu việt, nhưng Cực quang chính nó, bản tính của nó thì lại không.

Và Đấng Thiện Thệ Từ Thị (maitreya) dạy trong tác phẩm Tối thượng tantra (uttaratantra):

Vì sắc thân của chư Phật được phái xuất [đến tất cả chúng sinh] và vì không thể phân biệt hiện thật [tuyệt đối của chư Phật và chúng sinh], và vì [tất cả chúng sinh đều có] tính hướng [tự nhiên và tính hướng tự phát triển — những tính hướng có thể được chuyển hóa thành một Pháp thân và một Sắc thân Phật -] nên chúng sinh lúc nào cũng có Phật tính.

Như vậy, không chỉ bản tính tuyệt đối của tâm thức không bị tổn hại bởi ô nhiễm, mà ngay cả bản tính tương đối của nó — đặc tính trong sáng và khả năng nhận thức — cũng siêu việt mọi lậu hoặc (āsrava, āsrava). Vì vậy nên tâm thức mới xoay chuyển về những điều thiện hoặc bất thiện, có thể được chuyển hóa⁴⁷⁴. Nhưng bất cứ đã làm quen, thân thuộc với những tâm trạng bất thiện như thế nào — những tâm trạng tạo cơ sở cho những tâm thức liên lụy vào phiền não khác và những tâm thức này [chính chúng nó lại] chấp vào chân tồn tại [một cách mạnh mẽ hơn] —, chúng không thể nào được phát triển lớn mạnh vô cùng cực. Ngược lại, những đức tính thiện hảo có một cơ sở chân chính, có thể được gia tăng, tiếp tục phát triển vô cùng qua tu tập thiền định. Dựa vào luận điểm này mà người ta có thể đạt niềm tin vững chắc là những lậu hoặc của tâm thức có thể được đoạn diệt. Bản tính tuyệt đối của tâm thức trong thời gian những ô nhiễm được đoạn diệt hoàn toàn — và vì thế không bao giờ có khả năng tái xuất — là giải thoát. Vì vậy nên chúng ta có thể tin chắc được là giải thoát có thể được thực hiện. Nhưng không chỉ giải thoát; cũng như trường hợp các ô nhiễm của phiền não, các chủng tử của chúng cũng phải được tận diệt. Vì vậy chúng ta có thể tin chắc

là bản tính tuyệt đối của tâm thức có thể đạt được khi những ô nhiễm xuất khởi từ phiền não và những chủng tử của chúng được tận diệt. Trạng thái này được gọi là »Vô trụ xứ niết-bàn« (apraṣṭhita-nirvāṇa) hoặc »Pháp thân« (dharmakāya). Và như thế, chúng ta đã chứng minh được là — nhìn một cách rất tổng quát — cả hai, giải thoát (mokṣa) và nhất thiết trí (sarvajñatā, sarvākārajñatā) đều có. Long Thụ viết như sau trong tác phẩm Bát-nhã xưng căn bản trung quán luận:

Con quỳ lạy trước đức Phật Thế Tôn, bậc thầy cao quý nhất trong những vị thầy, người dạy rằng những gì được kết cấu bởi nhân duyên không sinh cũng không diệt, không thường cũng không đoạn, không đến cũng không đi, không giống cũng không khác. Chúng hoàn toàn không hệ thuộc vào những khái niệm giả thiết [tồn tại trên cơ sở tự tính và nhị nguyên] và [an trụ trong] tịch tĩnh.

Như vậy, qua kinh nghiệm bản thân, Đức Phật Thế Tôn thuyết giảng nguyên lý duyên khởi và xem nó như là rường cột quan trọng nhất. Ngài dạy rằng, các hiện tượng được sinh thành trên cơ sở duyên khởi có bản tính trống rỗng — chúng có bản tính là không, siêu việt tám cực biên, ví như cực biên đoạn diệt và tương tự. Nếu vì giáo lý duyên khởi của Ngài mà thừa nhận Đức Phật là một người đáng tin, là người dạy những gì thiện hảo tuyệt đối cũng như trình bày một cách toàn mỹ vô khiếm những phương tiện thành đạt thì người ta có thể kết luận chính xác là giáo lý của Ngài về những cõi tồn tại »cao cấp« (abhyudya) và những con đường dẫn đến nơi ấy cũng không sai lạc.

Pháp Xứng (dharmakīti) trình bày trong Lượng thích luận (pramāṇavarttika) như sau:

Bởi vì [đã chứng minh qua suy luận có chứng cứ rằng, lời Phật thuyết] không hư huyễn nhìn theo mỗi quan hệ với những nội dung tinh yếu [tức là Tứ thánh đế], nên người ta có thể [dựa trên điểm trùng hợp này mà tiếp tục] kết luận rằng [các lời Phật thuyết] nhìn theo mỗi quan hệ với những nội dung khác [tức là những sự kiện cực kì bí ẩn] cũng không phải là hư huyễn.

Thánh Thiên cũng nói tương tự như trên trong Bồ Tát du-già hành tứ bách luận (bodhisattvayogācāracatuḥśataka):

Ai nghi ngờ những lời dạy của Phật-đà về những sự kiện bí mật thì sẽ thông qua [giáo lý thâm sâu của Ngài về] Tính không mà biết rõ được là chỉ có Phật-đà [duy nhất có trí huệ toàn vẹn].

---o0o---

Qui y và tín tâm

Nói ngắn gọn, nếu chúng ta hiểu biết các giáo lí về những cõi cao cấp cũng như về những gì thiện hảo tuyệt đối của Đấng Thiện Thế cùng với những bài luận giải thì sau đó sẽ phát triển niềm tin vào đó. Trên cơ sở nhận thức chân chính này, chúng cũng sẽ tùy thuận cung kính bậc thầy, Phật Thế Tôn và những môn đệ của Ngài, các Đại luận sư ẩn Độ từ tận đáy lòng. Và cũng tương tự như vậy, chúng ta sẽ không những tin tưởng vững chắc vào bậc đạo sư chỉ dạy con đường chân chính vô khiếm mà cũng cung kính tôn trọng tăng-già, giáo hội của những thiện tri thức đang cùng chúng ta gia nhập, tiến bước một cách toàn Mĩ trên Phật đạo. Đại sư Nguyệt Xứng trình bày như thế trong Tam qui y thất thập tụng (trisaṃsaṃsaptati):

Phật, Phật pháp và tăng-già là nơi qui y của những người cầu đạt giải thoát.

Như vậy, người ta dễ dàng đạt xác tín là tam qui y là nơi qui y duy nhất của người nào muốn đạt giải thoát. Những người đã nham chán luân hồi (saṃsāra) vì những phiền não khổ đau của nó sẽ qui y tam bảo. Họ sẽ phát triển một tư thái khước từ, đoạn niệm (niḥsaṃsaṃ) kiên cố, bất động, cụ thể với tư tưởng sau: »Giá mà tôi chứng đắc giải thoát!« Người ta cũng nên suy nghĩ như trên về những khổ đau của chúng sinh và phát triển nguyện vọng hướng dẫn chúng đến một cấp bậc giải thoát khỏi những khổ não và nhất thiết trí. Để đạt được mục đích này, người ta sẽ tự phát triển một tâm bồ-đề (bodhicitta) cực kì kiên cố, mãnh liệt. Tự nguyện là sẽ đạt Vô thượng chính đẳng chính giác (anuttarasamyaksaṃbodhi), đạt Phật quả vì lợi ích của chúng sinh. Và người ta cũng sẽ phát triển khả năng phát sinh tư thái vị lợi này một cách toàn vẹn.

---o0o---

Tiểu thừa

Sau đó, chúng ta từng bước đạt đến quả vị Kiến đạo (darśana-mārga), một chân đạo, một viên ngọc quý trong Phật pháp. Nơi đây, chúng ta sẽ trực chứng Tính không [-nghĩa là một nhận thức Tính không trực tiếp chính xác, không thông qua một khái niệm]. Kinh nghiệm trực chứng này sẽ trở thành một phương tiện đối trị và chúng ta bắt đầu đạt được chân diệt, trước hết là những dạng thô sơ, sau đó là những dạng vi tế hơn. Chân diệt là những trạng thái mà trong đó, các nguyên nhân của khổ não như những dạng chấp trước

vào tồn tại chân chính trên cơ sở tri thức thế tục⁴⁷⁵ [— nghĩa là những dạng kiến giải điên đảo được tích luyện -] và những nỗi khổ như tái sinh trong những đọa xứ (apāya) đều được tận diệt.

Sau Kiến đạo, chúng ta bước đến quả vị Tu tập đạo (bhāvanā-mārga) và nơi đây, chúng ta tiếp tục làm quen với nhận thức đã đạt được, tức là Tính không và dần dần đạt những chân diệt tương ưng. Những chân diệt [trên quả vị Tu tập] là những trạng thái mà trong đó, những dạng phiền não bảm sinh và những chủng tử được gieo vào tâm thức của chúng dần dần được tận diệt — tương ưng với cấp bậc vi tế của mỗi chúng. Và khi những phiền não vi tế nhất cũng như các chủng tử của chúng được tận diệt thì chúng ta đạt giải thoát, niết-bàn. Con đường riêng biệt của chúng ta đã được hoàn tất, chúng ta đã đạt quả vị Vô học đạo (asaikṣa-mārga) của một vị Sát Tặc trong Tiểu thừa (hīnayāna-arhat).⁴⁷⁶

---o0o---

Đại thừa

Nhưng, nếu chúng ta theo con đường Đại thừa (mahāyāna), phát nguyện cầu đạt giác ngộ vì lợi ích chúng sinh thì những dạng trí huệ hướng đến Tính không như Văn huệ (śrutimayī-prajñā), Tư huệ (cintamayī-prajñā) và Tu huệ (bhāvanāmayī-prajñā) được thành tạo bằng một cách mà qua đó, chúng được tương trợ bởi các hạnh Ba-la-mật-đa (pāramitā) như bố thí (dāna) — những hạnh cũng được khởi động qua tâm bồ-đề. Và khi phát triển từng bước những dạng trí huệ trên, quan niệm về Tính không của chúng ta sẽ trở nên tinh tế hơn, và chúng ta sẽ trực nhận được Tính không. Và cùng với sự trực nhận Tính không này, chúng ta phát triển trí huệ siêu việt của địa vị cao cả (bhūmi) thứ nhất trong Đại thừa, chấm dứt chu kỳ đầu tiên của tất cả ba chu kỳ bao gồm vô lượng kiếp [cần thiết cho việc tích tập công đức và trí huệ trên con đường Bồ Tát]. Như đã trình bày trước đây, hành giả bắt đầu đạt một loại chân diệt mà qua đó, những dạng chấp trước vào tồn tại trên cơ sở tự tính trên cơ sở tri thức thế tục và những phiền não khác được tận diệt. Sau đó hành giả sẽ hoàn tất chu kỳ thứ hai của ba chu kỳ bao gồm vô số kiếp [để tích lũy công đức và tu tập] trên Bảy địa vị cao cả bất tịnh⁴⁷⁷ đầu tiên. Trên ba địa vị cuối cùng [của Bồ Tát thập địa (daśabhūmi)], hành giả tận diệt những chướng ngại trên con đường đạt nhất thiết trí. Các chướng ngại này là những chủng tử của kiến giải chấp vào tồn tại trên cơ sở tự tính (svabhāvasiddhi) và những khuynh hướng vi tế bất thiện của tâm thức được khởi dẫn từ đó. Và nếu hoàn tất chu kỳ thứ ba bao gồm vô lượng kiếp, chúng

ta sẽ đạt được Pháp thân của một vị Phật, đạt một loại diệt độ mà qua đó, tất cả những tội lỗi, sai lạc đều được tận diệt. Đồng thời, hành giả đạt ba thân của một vị Phật (trikāya) — Pháp thân (dharmakāya), Thụ dụng thân (saṃbhogakāya) và Ứng hóa thân (nirmāṇakāya). Và với đó, hành giả đã chứng đắc Phật quả, các đức tính cao cả như trí huệ, từ bi và năng lực thiện hảo đã được phát triển và thành đạt toàn vẹn.

---o0o---

Tan-tra

Nếu đã luyện tập, trau dồi một cách thiện hảo liên tục thống nhất thể của tâm thức [trong ba khía cạnh chính của Đại thừa hiển giáo], có nghĩa là:

- trong việc đoạn niệm, khước từ [những sự vật hiện hữu, phát nguyện đạt giải thoát ra khỏi luân hồi một cách toàn vẹn, tuyệt đối]
- trong việc phát tâm bồ-đề [nguyện vọng đạt bồ đề vì lợi ích của tất cả chúng sinh] và
- trong kiến giải chân chính [về trí huệ nhận thức Tính không] và nếu thêm vào đó có may mắn đã thành tựu trọn vẹn việc tích tụ công đức và trí huệ cần thiết [thì sau đó, chúng ta đạt tiêu chuẩn để bước vào con đường tan-tra].

Nếu cất bước trên tốc đạo này bằng một trong ba loại tan-tra cấp thấp, chúng ta sẽ đạt giác ngộ nhanh chóng hơn [con đường bình thường của Đại thừa hiển giáo]. Trên cơ sở năng lực đặc biệt của những phương tiện [đặc thù của hệ thống tan-tra] để đạt một Sắc thân và trên cơ sở thành tựu thật nhanh loại du-già Chỉ-quán song vận cũng như những phương pháp đặc biệt khác, hành giả sẽ thành tựu nhanh chóng, chúng đạt Phật quả.

Hơn thế, trên con đường của Vô thượng du-già tan-tra (anuttarayogatantra), hành giả dựa vào cơ sở luyện tập trước đây mà phát triển khả năng phân biệt, phân tích tâm thức và những luồng gió năng lượng thành những thành phần thô sơ, vi tế và cực kì vi tế. Tâm thức cực kì vi tế, trí huệ siêu việt được tạo bằng một cách mà qua đó, chính nó trở thành một thật thể của con đường tu tập. Qua tu tập thiền định, trí huệ nhận thức Tính không sẽ trở thành một năng lực rất lớn. Và như vậy, điểm đặc sắc của Vô thượng du-già tan-tra là khả năng tiêu diệt rất nhanh những chướng ngại.

---o0o---

Tu luyện kiến giải chân chính qua thực hành

Tôi sẽ trình bày quý vị vài nét về cách trau dồi kiến giải chân chính. Thiền quán Tính không được thực hiện để diệt trừ chướng ngại. Để thực hiện việc này, người ta cần nhiều công đức hoặc những chủng tử thiện hảo. Và những thiện nghiệp này lại được tích lũy qua việc thực hiện Nghi thức tụng niệm bảy phần. [Những thành phần cụ thể của nghi thức này:

1. Cúi lạy tam bảo;
2. Cúng dường phẩm vật cụ thể và phẩm vật tượng tượng;
3. Sám hối những hành động bất thiện;
4. Hoan hỉ về việc thiện đã làm và những việc thiện của người;
5. Khấn cầu chư Phật chuyển pháp luân;
6. Cầu xin chư Phật ở lại thế gian và
7. Hồi hướng công đức đã tích lũy qua sáu thành phần trên đến chúng hữu tình.]

»Phúc điền« có thể được thiết tưởng dưới dạng tam bảo cao quý nhất thường được thấy, và cũng tương tự như vậy, hành giả có thể thiết tưởng rõ ràng như có thể một đối tượng qui y nào đó thích hợp với cá tính.

Sau khi khấn cầu các đối tượng qui y hỗ trợ trong việc dẫn khởi quan điểm Tính không trong liên tục thống nhất thể của tâm thức, chúng ta nên thực hiện thiền định như cách trình bày sau đây:

Trong thời gian đầu thì đơn giản hơn nếu chúng ta quán tưởng vô ngã của cá nhân [thay vì quán tính vô ngã của các hiện tượng]; bởi vì cơ sở chấp trì [chính con người chúng ta là thân thuộc hơn hết và lúc nào cũng hiện diện]. Chúng ta nên tìm hiểu kỹ xem chúng ta — trong trường hợp này là một thiền giả — tự trình hiện trước tâm thức của chúng ta như thế nào nếu suy nghĩ: »Bây giờ ta sẽ ngồi thiền quán tưởng quan điểm Tính không!« Chúng ta nên tìm hiểu tinh xác xem cái »Ta« trình hiện như thế nào trong trường hợp chúng ta thụ nhận khổ hoặc lạc. Chúng ta nên nghiên cứu kỹ xem chúng ta bám giữ cách trình hiện này như thế nào, hoặc cho nó là chân thật bằng cách nào. Sau đó chúng ta nên nghiên cứu, phân tích cách tồn tại của cái »Ta«

này như được trình bày trước đây. Cách hiểu biết và kinh nghiệm của chúng ta về quan điểm Tính không sẽ dần dần tinh thâm hơn.

Đã đạt đến điểm này và tiếp tục công trình nghiên cứu, chúng ta sẽ phát sinh ý niệm: »Cách tồn tại độc lập, gần như có thể nắm bắt được của cái ›Ta‹ như nó trình hiện trước đây không tồn tại một chút nào cả!« Ngay lúc này chúng ta nên để tâm chuyên nhất vào sự trống rỗng này, một sự vắng mặt đơn thuần của đối tượng bị phủ định. Sau đó chúng ta nên thực hiện thiền định tập trung an chỉ, không phân tích. Nếu năng lực của nhận thức vừa đạt trên chỉ giảm đôi chút, chúng ta vẫn phải trở lại thực hiện thiền định phân tích, nghiên cứu cách tồn tại của cái »Ta«. Nếu luyện tập cách phối hợp hai cách thiền định [tập trung và phân tích] thì hành giả sẽ đạt những phương tiện chuyên hóa tâm thức.

Sau khi đạt được một kinh nghiệm hiểu biết Tính không qua việc phân tích cái »Ta«, chúng ta nên nghiên cứu ngũ uẩn (pañcaskandha), năm nhóm tạo cơ sở xác định hoặc danh xưng của một cái »Ta«. Việc nghiên cứu các uẩn sắc, thụ, tưởng, hành và thức một cách tinh tường rất quan trọng, đặc biệt là thức uẩn (vijñānaskandha). Nhìn chung thì việc xác nhận cách tồn tại tương đối của tâm thức thậm chí cũng khó đạt được. Nếu đã nhận thức được thật thể tương đối của tâm thức — trong sáng và khả năng nhận thức —, và chúng ta nghiên cứu bản tính của nó thì sẽ dần dần xác định được bản tính tuyệt đối của nó. Nếu thực hành như trên, chúng ta sẽ trải qua một quá trình chuyển hóa vô song.

Trong thời gian tu tập đầu, chúng ta nên ngồi thiền khoảng nửa giờ. Nếu chấm dứt thời đoạn thiền định và những trình hiện lợi ích, bất thiện lại xuất hiện, chúng ta sẽ phải cảm nhận, phân biệt lợi, tổn. Vì vậy chúng ta nên tích cực phát triển như có thể một niềm tin vững chắc là tất cả các hiện tượng không tồn tại trên một cơ sở cố hữu nào của chúng, mà chỉ là những hiện tượng nhân duyên sinh — tương tự như một huyền tượng [với một cách trình hiện không phù hợp với cách tồn tại đích thật của nó].

Chúng ta nên thiền quán như thế bốn lần: sáng sớm tinh mơ, buổi sáng, chiều và tối. Hoặc là chúng ta thiền định, nếu có thể, sáu, tám lần trong một ngày; và chia đều những thời đoạn này ngày và đêm. Nếu không được như thế, chúng ta nên ngồi thiền hai lần trong ngày, sáng và tối.

Nếu kinh nghiệm qui về quan điểm Tính không của chúng ta ngày càng được gia tăng thì một niềm tin vững chắc là quan điểm này đúng sẽ tự nhiên xuất hiện — chính ngay trong những hoạt động như đi, đứng, ngồi, nằm.

Ngoài ra thì việc tu tập để đạt Chỉ (śamatha) rất quan trọng; vì nếu không có Chỉ — một tâm thức an tịnh nhận thức Tính không —, chúng ta không thể đạt Quán (vipaśyanā), cách nhận thức minh sát Tính không. Vì vậy, chúng ta nên tìm hiểu thêm từ kinh sách những phương pháp tương ứng [để tu tập phát triển Chỉ].

Nếu không chỉ muốn hiểu biết Tính không trên phương diện tri thức mà cố gắng tận tình để trực nhận được nó trong liên tục thống nhất thể của tâm thức, chúng ta nên lập một cơ sở vững chắc qua những lời giảng giải đã được trình bày. Chúng ta nên tùy theo khả năng sẵn có mà nghiên cứu, tư lự về các bộ kinh cũng như các bộ luận trình bày quan điểm Tính không tinh thâm.

Những bài chú giải của các luận sư Tây Tạng cũng rất tuyệt hảo tương tự như trên. Với sự hỗ trợ của chúng, chúng ta nên luyện tập cách tiếp nhận kinh nghiệm bản thân phù hợp những lời giáo huấn của chư vị Đại sư minh triết, đầy kinh nghiệm.

---o0o---

Hồi hướng

Tiểu luận này được biên soạn nhằm giúp đỡ những người có tâm thức tinh anh ở phương Đông cũng như phương Tây và đặc biệt giúp những người nhiệt tình tu học nhưng — mặc dù mong muốn hiểu được ý nghĩa cực kì tinh thâm và vi diệu của Tính không hoặc vô ngã, nhưng lại không có cơ hội nghiên cứu những bộ đại luận của Trung quán tông hoặc không thể đọc và hiểu những luận giải Tạng ngữ hiện có. ý niệm chính của tác giả trong khi biên soạn tiểu luận này là một cách trình bày dễ hiểu, đơn giản để nó có thể được dịch ra nhiều thứ tiếng. Cầu nguyện những gì được viết bởi Tỉ-khâu Đăng-châu Gia-mục-thố sẽ mang đến an lành, hạnh phúc.

Nguyện cho tất cả chúng sinh cầu đạt an lạc như tôi sẽ vì những công đức được tích tụ qua trú tác này mà đạt kiến giải chân chính, siêu việt mọi cực biên, nhận thức sự thật.

---o0o---

HẾT

¹ gautama, skrt.

² 釋迦; śākya, skrt.

³ mngon rtogs rgyan, abhisamayālamkāra, 現觀莊嚴論, IV 33-34ab.

⁴ 18ab. Nguyên văn Phạn ngữ: »cittopādaḥ parārthāya samyaksambodhikāmatā.« Xem Th. Stcherbatsky và E. Obermiller (xuất bản), Abhisamayālamkāra-Prajñāpāramitā-Upadeśa-śāstra, Bibliotheca Buddhica XXIII, (Osnabrück: Biblio Verlag 1970) trang 4.

⁵ 'grel pa dong gsal / shes rab kyi pha rol tu phyin pa'i man ngag gi bstan bcos mngon par rtogs pa'i rgyan ces bya ba'i grel pa, spuṭhārtha / abhisamayālamkāra-nāma-prajñāpāramitopadeśa-śāstra-vṛtti, P5191, Vol. 90.

⁶ Một cách dịch thoát ý lời chú của Sư Tử Hiền

⁷ IX. 35 (34 trong bản dịch của Stephen Batchelor).

⁸ là khả năng nhìn thấy, phân biệt ngoại cảnh.

⁹ là một thức tự ý thức được sự tồn tại của chính nó.

¹⁰ pramāṇa, skrt.; Hán gọi là »lượng« (量).

¹¹ thal 'gyur pa, prāsaṅgika, 具緣, 應成.

¹² ám chỉ việc thừa nhận một cái ngã.

¹³ xem lại phần Các điểm trọng yếu của phương pháp nghiên cứu trên cơ sở luận lí, chương I.

¹⁴ saṃvṛti, skrt.; conventional, engl.

¹⁵ 'phags pa, āyan, 聖人. Danh từ này được dùng để chỉ những người đã đạt Kiến đạo. Nơi đây, hành giả lần đầu trực giác Tính không.

¹⁶ 三慧; Tam huệ; Văn huệ (聞慧): trí huệ đạt được sau khi nghe; Tư huệ (思慧): Trí huệ đạt được bằng tư duy chính chắn; Tu huệ (修慧): trí huệ đạt được khi tu tập thiền định.

¹⁷ xem lại phần Các điểm trọng yếu của phương pháp nghiên cứu trên cơ sở luận lí.

¹⁸ cũng gọi: Giáo Chủ Bộ Hạ; tiếng xưng hô tôn kính của người châu Âu, Mĩ dành cho Đấng-lại Lạt-ma, được dịch từ chữ His (Your) Holiness (Đức ngữ: Seine Heiligkeit).

¹⁹ rigs, gotra, 種性.

²⁰ anuttarayogatantra, skrt.

²¹ zag bca kyi las, sāsravakarma, 有漏業.

²² nyon mongs, kleśa, 煩惱.

²³ 正量部; sammitīya, skrt.

²⁴ cũng gọi là Nhất vị uẩn.

²⁵ IX. 41 ab.

²⁶ cũng gọi là hữu tham, hữu ái (有貪, 有愛)

²⁷ mngon pa kun ptus, abhidharmasamuccaya, 阿毗達磨集論; cũng được gọi là Đại thừa a-tì-đạt-ma tập luận (mahāyānābhidharmasamuccaya). Cách trình bày được tìm thấy ở đầu chương Nhiếp quyết trạch. Xem thêm trang 59 của bản dịch Pháp ngữ của Walpola Rahula: La compendium de la superdoctrine (philosophie) (Abhidharma) d'Asanga (Paris: École Française d'Extrême-Orient, 1971; tái bản 1980). Nguyên bản Sanskrit của P. Pradhan: Abhidharma Samuccaya (Santiniketan: Visva-bharati, 1950) và của N. Tatia: Abhidharmasamuccayabhāṣyam, Tibetan-Sanskrit Works Series, No. 17 (Patna: K. B. Jayaswal Research Institute, Jayaswal Research Institute, 1976).

²⁸ 三界, 三有; tam giới, tam hữu; triloka, skrt.;

²⁹ nam kha' mtha 'yas, ākāśānantya, 空無邊.

³⁰ rnam shes mtha 'yas, vijñānānantya, 識無邊.

³¹ ci yang med, ākimcaya, 無所有.

³² srid rtse, bhavāgra, 有究竟.

³³ naivasamjñānasamjñānantya, skrt.

³⁴ một cách gọi khác của loài a-tu-la (asura, skrt.).

³⁵ rgyal chen rigs bzhi, cāturmahārājakāyika, 四天王.

³⁶ sum cu rtsa gsum, trayatrimśa, 仞利, 三十三.

³⁷ 'thab bral, yāma, 夜摩.

³⁸ dga' ldan, tuṣita, 兜率.

³⁹ 'phrul dga', nirmāṇarati, 化樂.

⁴⁰ gzhan 'phrul dbang byed, paranirmitavaśavartin, 他化自在.

⁴¹ Xem thêm về những cõi thiên trong Gampopa (Guenther Herbert dịch và xuất bản) Juwelenschmuck der Geistigen Befreiung. München: Eugen Diederichs Verlag, 1989; và những lời giảng của Lati Rinpoche trong: Lati Rinbochay, Denma Lochö Ribochay, Leah Zahler, Jeffrey Hopkins, Meditative States in Tibetan Buddhism (London: Wisdom Publications, 1983), trang 23-47.

⁴² chos mngon pa'i mdzod, abhidharmakośa, 阿毗達磨俱舍論; chương III. Bản dịch Pháp ngữ của Louis de La Vallée Poussin, L'Abhidharmakośa de Vasubandhu (Paris: Geuthner, 1923-31). Bản Sanskrit: Abhidharmakośa

& Bhāṣya of Ācārya Vasubandhu with Sphutārtha Commentary of Ācārya Yasomitra, Swami Dwarikadas Shastri (xuất bản), Bauddha Bharati Series no. 5, (Banaras: Bauddha Bharati, 1970).

⁴³ lag na rdo rje dbang bskur ba'i rgyud chen mo,

vajrapāṇyabhiṣekamahātantra.

⁴⁴ science fiction, engl.

⁴⁵ 真現量; chân hiện lượng.

⁴⁶ »Duyên« (緣) ở đây có nghĩa là: »dính líu, vướng mắc, ràng buộc. Tâm thức của con người dính mắc vào mọi cảnh giới, môi trường, như nhãn thức phải nương vào sắc cảnh mới nhìn thấy... Do vậy nên gọi tâm thức là năng duyên (能緣), cảnh thức là sở duyên (所緣).« (TĐ Phật Học Hán Việt); cũng có nghĩa nương nhờ, dựa vào cái khác, một điểm nương tựa của một vật khác. Thông thường, hai chữ »duyên« và »nhân« đều có thể hiểu là nguyên nhân, điều kiện nhưng vì Đạt-lại Lạt-ma trình bày một vấn đề nhận thức khó hiểu với những chi tiết cần phải được phân biệt rõ ràng nên dịch giả phải tôn trọng, dùng thuật ngữ thay vì dịch thoát ý.

⁴⁷ 所緣; sở duyên là cảnh được tâm thức nhận ra, là đối tượng của nhận thức, là »pháp sở tri«.

⁴⁸ tâm thức nhận ra cảnh, đối tượng được gọi là năng duyên.

⁴⁹ dmigs rkyen, ālambanapratyāya, 所緣緣.

⁵⁰ 能作因; năng tác nhân, nghĩa là nguyên nhân có khả năng tạo tác, nguyên nhân cơ bản.

⁵¹ nyer len gyi rgyu, upadanahetu, 能作因.

⁵² 增長緣; là duyên với khả năng làm cho các pháp lớn mạnh lên; cũng gọi là Tăng thượng duyên (增上緣)

⁵³ bdag rkyen, adhipatipratyāya, 增長緣.

⁵⁴ 等無間緣; là duyên trực tiếp (vô gián) xảy ra trước một nhận thức.

⁵⁵ de ma dag rkyen, anantaryapratyāya, 等無間緣.

⁵⁶ Một cách trình bày ngắn về các cách tái sinh trong: John Avedon, Interview mit dem Dalai Lama (München: Christine Hasenzahl, 1982).

⁵⁷ 'das log.

⁵⁸ dương diệm.

⁵⁹ 祕密集會; guhyasamājatantra, skrt.

⁶⁰ con mắt siêu việt có thể nhìn thấy được chúng sinh trong những cõi khác nhau. Gọi là Thiên nhãn thông vì các vị trong cõi thiên cũng có khả năng này.

⁶¹ dịch sát nghĩa: Giải thoát bằng cách lắng nghe trong trung hữu (bar do thos grol).

⁶²時輪; kālacakra, skrt

⁶³能作因; năng tác nhân; upadanahetu, skrt.

⁶⁴ tứ sinh: hóa, thai, noãn và thấp sinh. Hóa sinh là một cách sinh được tạo bởi nghiệp lực, là cách sinh trong các cõi trời, địa ngục và các thế giới vừa mới được hình thành.

⁶⁵有; bhāva, skrt.; existence, engl.; Existenz, ger.

⁶⁶svabhāvasiddhi, skrt.; inherent existence, engl.; inhärente Existenz, ger.

⁶⁷rgzogs chen, atiyoga, 阿毗瑜伽, 大圓滿.

⁶⁸ Sẽ được trình bày rõ hơn trong chương 4.

⁶⁹ mi-la-ras-pa, tibet.

⁷⁰ ubhayābhāsa, skrt.

⁷¹ samvṛti, skrt.; conventional, engl.; konventionell, ger.; cũng có thể gọi là hiệp ước, tập tục.

⁷² nói rõ hơn: bởi vì tâm thức nhận thức được trình hiện nhị nguyên nên nó tất nhiên phải là một hiện tượng nhị nguyên. Thế nào là nhị nguyên ở đây? Là: có tâm thức nhận thức trình hiện nhị nguyên, và có sự trình hiện được nhìn nhận là nhị nguyên.

⁷³般涅槃; parinirvāṇa, skrt.

⁷⁴ bodhgayā, buddhagayā, skrt.

⁷⁵四魔; tứ ma, cũng gọi là tứ oán.

⁷⁶天子魔; devaputra, skrt.; gọi đầy đủ là Tha hóa tự tại thiên tử ma (他化自在天子魔)

⁷⁷ kuṣinagara, skrt.

⁷⁸ lhag med myang 'das, nirupadhiśeṣanirvāṇa, 有餘涅槃.

⁷⁹ dga' ldan, tuṣita, 兜率.

⁸⁰ là mười hai hành động quan trọng trong cuộc đời của Phật như: 1. Rời cung trời Đâu-suất; 2. Thụ thai; 3. Xuất sinh tại Lam-tì-ni; 4. Thành tựu những kĩ xảo thế gian; 5. An vui trong cung điện; 6. Xuất gia; 7. Tu khổ hạnh; 8. Thiên định dưới cây bồ-đề; 9. Chinh phục các loại ma; 10. Thành Phật; 11. Chuyển pháp luân; 12. Nhập niết-bàn tại Câu-thi-na.

⁸¹ [mchog gi] sprul sku, nirmāṇakāya, 化身, 應化身.

⁸² cũng được gọi là Thụ dụng thân, là cái thân hưởng thụ những phúc đức đã tạo.

⁸³ longs spyod rdzogs pa'i sku, saṃbhogakāya, 報身, 受用身

⁸⁴實體; entity, engl.

-
- ⁸⁵ chos ku, dharmakāya, 法身.
- ⁸⁶ 三身; tam thân; trikāya, skrt.;
- ⁸⁷ sāmkhya, skrt.
- ⁸⁸ jaina, skrt.
- ⁸⁹ rang bzhin, prakṛti, 本性.
- ⁹⁰ spyi'i gtso bo, sāmānyapradhāna.
- ⁹¹ skyes bu, puruṣa, 士夫.
- ⁹² 種子; chủng tử.
- ⁹³ 能作因; năng tác nhân.
- ⁹⁴ 思業; tư nghiệp, là nghiệp được tạo bằng ý nghĩ, cũng gọi là ý nghiệp.
- ⁹⁵ sems pa'i las.
- ⁹⁶ 思已業; tư dĩ nghiệp.
- ⁹⁷ bsam pa'i las.
- ⁹⁸ sems byung sems pa.
- ⁹⁹ [mi gyo ba'i, āniñjya karma, 不動業]. Là những nghiệp bất động, tức là lúc nào cũng dẫn đến một sự tái sinh trong sắc và vô sắc giới, và vì vậy hậu quả của chúng tất nhiên phải hiển hiện ở hai cõi này.
- ¹⁰⁰ 表業; biểu nghiệp.
- ¹⁰¹ 無表業; vô biểu nghiệp.
- ¹⁰² 勝義善; thắng nghĩa thiện.
- ¹⁰³ 自性善; tự tính thiện.
- ¹⁰⁴ cũng được gọi là tâm sở hữu pháp hoặc tâm sở; xem phần Tâm và tâm sở.
- ¹⁰⁵ 念; niệm.
- ¹⁰⁶ 正知想; chính tri tưởng.
- ¹⁰⁷ 相應善; tương ứng thiện.
- ¹⁰⁸ 等起善; đẳng khởi thiện.
- ¹⁰⁹ Trong mười cấm giới thì ba thuộc về thân nghiệp: sát sinh, trộm cắp, tà dâm; bốn thuộc về khẩu nghiệp: nói dối, nói chia rẽ, nói xấu về người khác, nói phù phiếm; ba thuộc về ý nghiệp: tham, ác ý, tà kiến.
- ¹¹⁰ 思; tư; cetanā, skrt.
- ¹¹¹ explicit, engl.
- ¹¹² implicit, engl.
- ¹¹³ don spyi, arthasāmānya.
- ¹¹⁴ sgra spyi, śabdāsāmānya.
- ¹¹⁵ 根現量; căn hiện lượng; pratyakṣa, skrt.;
- ¹¹⁶ 五俱意識現量; ngũ câu ý thức hiện lượng; mānasapratyakṣa, skrt.;

-
- ¹¹⁷ 自證分現量; tự chứng phần hiện lượng; svasaṃvedāna, skrt.;
- ¹¹⁸ 定心現量; định tâm hiện lượng; yogipratyakṣa, skrt.; gọi chính xác hơn là »hiện lượng của mộtĐu-già sư trong lúc nhập định.«
- ¹¹⁹ tshad ma, pramāṇa, 量.
- ¹²⁰ valid, engl.
- ¹²¹ prime cognition, engl.
- ¹²² thành phần pra trong chữ pramāṇa.
- ¹²³ xin xem thêm cách định nghĩa chữ »lượng«, đặc biệt là »chân hiện lượng« trong Từ vị.
- ¹²⁴ biệt tướng.
- ¹²⁵ rang mtshan, svalakṣaṇa, 別相.
- ¹²⁶ tổng tướng hoặc cộng tướng.
- ¹²⁷ spyi mtshan, sāmānyalakṣaṇa, 總相.
- ¹²⁸ snang yul, pratibhāsaṃviśaya, 光相.
- ¹²⁹ 'jug yul, pravṛttiviśaya. Có thể trình bày một cách đơn giản là: khi một nhân thức nhận diện được một đối tượng màu xanh thì màu xanh này là đối tượng nhận thức hiển nhiên và cũng là đối tượng của các hoạt động tâm thức. Trong trường hợp nhận thức màu xanh thông qua khái niệm thì màu này cũng là đối tượng của các hoạt động tâm thức nhưng đối tượng hiển nhiên lại là một khái niệm tổng quát về màu xanh.
- ¹³⁰ Mặc dù sắc tướng này không thật sự tồn tại trên cơ sở tự tính, nhưng nhận thức nó có vẻ như là tồn tại trên cơ sở tự tính là một nhận thức chính xác.
- ¹³¹ Tám lời khuyên bảo tu tâm của Ka-dam-pa Ge-sche Lang-ri-tang-ba (bka' gdams pa dge bshe blang ri thang pa), 1054-1123; bản dịch với lời bình của Đạt-lại Lạt-ma trong quyển Kindness – Clarity – Insight (Snow Lion Publications, Inc., Ithaca, New York, USA; Đức ngữ: Logik der Liebe. Aus den Lehren des Tibetischen Buddhismus. München: Goldmann, 1989. Trang 137-153.)
- ¹³² gzhal bya'i gnas gsum.
- ¹³³ mngon gyur, abhimukhī.
- ¹³⁴ cung zad lkog gyur, kimcidparokṣa.
- ¹³⁵ shin tu lkog gyur, atyarthaparokṣa.
- ¹³⁶ luận này chú giải Tập lượng luận của Trần-na.
- ¹³⁷ tshad ma rnam 'grel gyi tshig le'ur byas pa, pramāṇavarttikakārikā, 量釋論.

¹³⁸ mngon mtho, abhyudya. Danh từ này chỉ những cõi của người, trời và a-tu-la.

¹³⁹ nges legs, niḥsreya, 勝義善.

¹⁴⁰ Chương I. Các lời bổ sung trong ngoặc xuất phát từ bài chú giải tiếng Tây Tạng của Khe-drup-dsche.

¹⁴¹ bstan bcos bzhi brgya pa zhes bya ba'i tshig le'ur byas pa, catuḥśatakaśāstrakārikā, 四百論頌. Những lời bổ sung trong ngoặc xuất phát từ bài chú thích của Gjäl-tsab-dsche: Tinh hoa của diệu pháp, một bài diễn giảng Tứ bách luận. Bản Tạng ngữ với những phần tiếng Phạn còn tồn tại được in lại và dịch sang Anh ngữ trong: Karen Lang, Āryadevas Catuḥśataka: On the Bodhisattva's Cultivation of Merit and Knowledge, Indiske Studier VII (Kopenhagen: Akademisk Forlag, 1986). [Luận này cũng có phụ đề Bodhisattvayogācāra]

¹⁴² man-tra là chữ thường được dùng thay tan-tra.

¹⁴³ 精滴; bindu, skrt.

¹⁴⁴ xem thêm: Tenzin Gyatso and Jeffrey Hopkins, The Kālacakra Tantra: Rite of Initiation for the Stage of Generation (London: Wisdom, 1985), trang 120-122.

¹⁴⁵ 幻身; māyākāya, māyādeha, skrt.

¹⁴⁶ sautrāntika-vijñānavāda hoặc sautrāntika-yogācāra, skrt.; Kinh lượng-Duy thức, Kinh lượng-Du-già

¹⁴⁷ kun gzhi rnam par shes pa, ālayavijñāna, 阿賴耶識, 藏識.

¹⁴⁸ nyon mongs can gyi yid, kliṣṭamanas, 妄起識.

¹⁴⁹ 真諦; paramārtha, skrt.

¹⁵⁰ kun 'gro, sarvatraga, 遍行.

¹⁵¹ yul nges, viniyata, 別境.

¹⁵² dge ba, kuśala, 善.

¹⁵³ rtsa nyon, mūlakleśa, 根本煩惱.

¹⁵⁴ nye nyon, upakleśa, 隨煩惱.

¹⁵⁵ gzhan 'gyur, aniyata, 不定.

¹⁵⁶ tshor ba, vedanā, 受.

¹⁵⁷ 'du shes, saṃjñā, 想.

¹⁵⁸ sems pa, cetanā, 思.

¹⁵⁹ yid la byed pa, manaskāra, 作意.

¹⁶⁰ reg pa, sparśa, 觸.

¹⁶¹ Chương I, kệ thứ 21.

¹⁶² I, 7-22.

-
- 163 'dun pa, chanda, 欲.
164 mos pa, adhimokṣa, 勝解.
165 dran pa, smṛti, 念.
166 ting nge 'dzin, samādhi, 三摩地, 定.
167 shes rab, prajñā, 慧.
168 dad pa, śraddhā, 信.
169 ngo tsha shes pa, hrī, 慚.
170 khrel yod pa, apatrāpya, 愧.
171 ma chags pa, alobha, 無貪.
172 zhe sdang med pa, adveṣa, 無瞋.
173 gti mug med pa, amoha, 無癡.
174 brtson 'grus, vīrya, 精進.
175 shin tu sbyangs pa, praśrabdhi, 輕安.
176 bag yod po, apramāda, 不放逸.
177 btang snyoms, upekṣā, 捨.
178 rnam par mi 'tshe ba, avihimsā, 不害.
179 'dod chags, rāga, 貪.
180 khong khro, pratigha, 瞋.
181 nga rgyal, māna, 慢.
182 ma rig pa, avidyā, 無明.
183 the tshom, vicikitsā, 疑.
184 lta ba nyon mongs can, dṛṣṭi, 邪見, 惡見.
185 'jig tshogs la lta ba, satkāya-dṛṣṭi, 身見.
186 mthar 'dzin pa'i lta ba, tagrāha-dṛṣṭi, 邊見.
187 lta ba mchog 'dzin, dṛṣṭi-parāmarśa, 見取見.
188 tshul khrim dang brtul zhugs mchog 'dzin, śīlavrata-parāmarśa,
戒禁取見.
189 log lta, mithyā-dṛṣṭi, 邪見.
190 phra rgyas, anuśaya, 隨眠.
191 khro ba, krodha, 忿.
192 'khon 'dzin, upanāha, 恨.
193 'chab pa, mrakṣa, 覆.
194 'tshig pa, pradāśa, 惱.
195 phrag dog, īrṣyā, 嫉.

-
- ¹⁹⁶ ser sna, mātsarya, 慳.
¹⁹⁷ sgyu, māyā, 諂.
¹⁹⁸ gyo, sāṭhya, 誑.
¹⁹⁹ rgyags pa, mada, 憍.
²⁰⁰ rnam par tshe ba, vihiṃsā, 害.
²⁰¹ ngo tsha med pa, āhrīkya, 無慚.
²⁰² khrel med pa, anapatrāpya, anapatrapā, 無愧.
²⁰³ rmugs pa, styāna, 昏沉.
²⁰⁴ rgod pa, auddhatya, 掉舉.
²⁰⁵ mad dad pa, āsraddhyā, 不信.
²⁰⁶ le lo, kausīdya, 懈怠.
²⁰⁷ bag med pa, pramāda, 放逸.
²⁰⁸ brjed nges pa, muṣitasmr̥titā, 失念.
²⁰⁹ shes bzhin ma yin pa, asaṃprajanya, 不正知.
²¹⁰ rnam par gyeng ba, vikṣepa, 散亂.
²¹¹ gnyid, middha, 眠.
²¹² 'gyod pa, kaukr̥tya, 悔.
²¹³ rtog pa, vitarka, 尋.
²¹⁴ dpyod pa, vicāra, 伺.
²¹⁵ Một cách trình bày rõ hơn về 51 tâm sở hữu pháp và Nhận thức học (pramāṇavāda) căn bản của Phật giáo theo Pháp Xứng và cách hiểu nó theo trường phái Cách-lỗ (gelugpa) của Tây Tạng: Geshé Rabten, *The Mind and its Functions* (xuất bản và dịch. Stephen Batchelor), xuất bản lần thứ hai có hiệu đính, Le Mont-Pèlerin: Rabten Choeling, 1981.
²¹⁶ Tám mươi tầng cấp tâm thức khái niệm được liệt kê trong: Lati Rinpoche und Jeffrey Hopkins, *Stufen zur Unsterblichkeit* (Köln: Eugen Diederichs, 1983), trang 47-51.
²¹⁷ 人我; nhân ngã.
²¹⁸ 法我; pháp ngã.
²¹⁹ II.219cd.
²²⁰ luận này chú giải Trung quán luận của Long Thụ, là chú giải duy nhất còn nguyên bản Phạn ngữ.
²²¹ dbu ma la 'jug pa, madhyamakāvātāra, 入中觀論.
²²² »Thế gian cứu kính pháp« (chos mchog / 'jig rten pa'i chos mchog, laukikāgradharma) ở đây có nghĩa: cấp bậc này là quả vị cao nhất có thể đạt được khi còn là một người phàm. Vì cấp bậc kế đến đã là Kiến đạo

(darśanamārga) và với sự thành đạt quả vị này cùng với sự phát triển trực nhận chân lí, hành giả đã trở thành một vị Thánh ('phags pa, āryan). Như vậy là hai cấp bậc đầu của Ngũ đạo, Tu lương và Gia hạnh là con đường tu tập của phàm phu; ba cấp bậc sau, Kiến, Tu tập và Vô học đạo là đường đi của các Thánh giả.

²²³十二因緣; Thập nhị nhân duyên; dvādaśanidāna, dvādaśapratītyasamutpāda, skrt.;

²²⁴緣起; pratītyasamutpāda, skrt.; cũng được gọi là nhân duyên sinh (因緣生).

²²⁵稻稈經; »đạo can« là cọng lúa.

²²⁶sā lu'i ljang pa'i mdo, śālistambasūtra, 稻稈經; P876, Bd. 34

²²⁷Cũng được gọi là Bát-nhã xung căn bản trung quán luận tụng (dbu ma'i bstan bcos / dbu ma rtsa ba'i tshig le'ur byas pa shes rab ces bya ba, madhyamakaśāstra / prajñā-nāma-mūlamadhyamaka-kārikā). P5224, Bd. 95.

²²⁸avidyā, skrt.

²²⁹行; saṃskāra, skrt.

²³⁰識; vijñāna, skrt.

²³¹藏識; ālayavijñāna, skrt.; cũng được gọi là A-lại-da thức

²³²Cách phân loại như trên được thực hiện bởi vì theo phái này, cái »ngã« tích lũy nghiệp không được thừa nhận là một thức như trong trường hợp những hệ phái khác; vì theo phái này thì không có cái gì nằm trong năm uẩn – cơ sở của danh xưng »cá nhân« – có thể gọi là một cá nhân. Như thế thì cá nhân này chỉ »đơn thuần« là một cái gì đó – tức là m

²³³六入; ṣaḍāyatana, skrt.; cũng gọi là lục xứ

²³⁴觸; sparśa, skrt.

²³⁵受; vedanā, skrt.

²³⁶愛; tṛṣṇā, skrt.

²³⁷取; upādāna, skrt.

²³⁸有; bhāva, skrt.

²³⁹生; jāti, skrt.

²⁴⁰老死; jarā-maraṇa, skrt.

²⁴¹Nhập bò-đề hành luận, III, 21.

²⁴²dbu ma'i snying po'i tshig le'ur byas pa, madhyamakahrdayakārikā, 中觀心論頌; P5255, Bd. 96. Một phần đã được dịch sang Anh ngữ (chương III, 1-136) trong: Shotaro Iida, Reason and Emptiness (Tokio: Hokuseido, 1980).

²⁴³ byang chub sems pa'i sa, bodhisattvabhūmi, 菩薩地; P5538, Bd. 110. Bản Phạn ngữ được Nalinksha Dutt đưa ra, Bodhisattvabhumi (Being the XVth Section of Asangapada's Yogacarabhumi), Tibetan Sanskrit Works Series, Bd. 7 (Patna: K. P. Jayaswal Research Institute, 1966).

²⁴⁴虹身; indracāpakāya, skrt.

²⁴⁵ de bzhin gshegs pa thams cad kyi sku gsung thugs kyi gsang chen gsang ba 'dus pa zhes bya ba brtag pa'i rgyal po chen po, sarvatathāgata-kāya-vak-citta-rahasya-guhyasamāja-nāma-mahākālpārāja; P81, Bd. 3.

²⁴⁶ Cũng được biết dưới tên Cakrasaṃvara-tantra (dpal 'khor lo sdom pa'i rgyud kyi rgyal po dur khrod kyi rgyan rmad du 'byung pa, śrīcakrasaṃbara-tantra-rājād-butāśmaśānālamkāranāma); P57, Bd. 3. Một bản dịch Anh ngữ: Shrīchakrasambhāra Tantra, a Buddhist Tantra, Tantrik Texts, Athur Avalon chủ bút, Bd. VII. được Kazi Dawa-Samdub xuất bản (London: Luzac; Calcutta: Thacker Sprink, 1919).

²⁴⁷ kye'i rdo rje zhes bya ba rgyud kyi rgyal po, hevajratantrarāja; P10, Bd. 1. Một bản dịch Anh ngữ: D. L. Snellgrove (dịch và xuất bản), Hevajra Tantra, phần I và II (London: Oxford University Press, 1959).

²⁴⁸ mother tantra, engl.; Mutter-tantra, ger.; một trong hai chủng loại tan-tra của Tả đạo mật giáo. Loại thứ hai là Phụ thân tan-tra (father-tantra, engl.).

²⁴⁹ rñying-ma-pa, tibet.

²⁵⁰ 'dod pa.

²⁵¹ 'dod chags.

²⁵² Dzogchen (rdzogs chen).

²⁵³ Kệ 148-170.

²⁵⁴ Chương VIII.

²⁵⁵ Chương VI. kệ 34 trong Nhập bồ-đề hành luận.

²⁵⁶ Lượng thích luận, chương II, kệ 34.

²⁵⁷佛性; buddhatā, skrt.

²⁵⁸ tự nhiên chủng tính; cũng được gọi là Bản tính trụ chủng tính, Tính chủng tính

²⁵⁹ rang bzhin gnas rigs, prakṛtiṣthagotra, 本性住種性, 性種性.

²⁶⁰ triyāna, skrt.; tam thừa.

²⁶¹ 'phags pa'i rigs, āryagotra, 聖種性.

²⁶²無漏智; vô lậu trí.

²⁶³集種性; tập chủng tính.

²⁶⁴ rgyas gyur kyi rigs, paripustthagotra, 集種性.

²⁶⁵一乘; nhất thừa; ekayāna, skrt.

²⁶⁶自然涅槃; svabhāva-nirvāṇa, skrt.

-
- ²⁶⁷ 有餘涅槃; sopadhīśeṣa-nirvāṇa, skrt.
- ²⁶⁸ 無餘涅槃; nirupadhīśeṣa-nirvāṇa, skrt.
- ²⁶⁹ 煩惱障; kleśāvaraṇa, skrt.; cũng được gọi là giải thoát chướng (解脫障).
- ²⁷⁰ 所知障; jñeyāvaraṇa, skrt.; cũng được gọi là trí chướng (智障).
- ²⁷¹ 無住處涅槃; apratiṣṭhita-nirvāṇa, skrt.
- ²⁷² 所智; jñeya, skrt.
- ²⁷³ 擇滅; pratisamkhyā-nirodha, skrt.
- ²⁷⁴ 非擇滅; apratisamkhyā-nirodha, skrt.
- ²⁷⁵ gung thang dkon mchog bstan pa'i sgron me, 1762-1823.
- ²⁷⁶ 法無我; dharma-nairātmya, skrt.
- ²⁷⁷ 人無我; pudgala-nairātmya, skrt.
- ²⁷⁸ rang kya thub pa'i rdzas yod du 'dzin pa.
- ²⁷⁹ 自相空; tự tướng không.
- ²⁸⁰ nói rõ hơn: Đối tượng không tồn tại như ta nghĩ về nó, như ta gọi nó; hoặc là đối tượng chỉ tồn tại trong danh xưng, trong khái niệm; gọi theo thuật ngữ Hán việt là nhất thiết pháp li ngôn thuyết không (一切法離言說空).
- ²⁸¹ 性自性空, tính tự tính không.
- ²⁸² 有法空; hữu pháp không.
- ²⁸³ tức là một sự tồn tại không lệ thuộc vào sự chứng nhận của một tâm thức chính xác; dù tâm thức không thể bị biện bác này xác nhận nó hay không, nó vẫn tồn tại.
- ²⁸⁴ iṣṭadevatā, sādhitā, skrt.; yidam, tibet.
- ²⁸⁵ vajrasattva, skrt.
- ²⁸⁶ celibacy, engl.; Zölibat, ger.
- ²⁸⁷ 精液; tinh dịch ở đây không chỉ là tinh dịch bình thường, mà là chất lỏng tinh túy lưu chuyển trong thân thể nói chung.
- ²⁸⁸ 導管; là những kênh mạch chân khí trong cơ thể.
- ²⁸⁹ 精滴; là những giọt năng lượng
- ²⁹⁰ 透視; clairvoyance, engl.; là khả năng nhìn xuyên suốt sự vật, quá khứ, vị lai; cũng có thể hiểu là thiên nhãn thông trong Phật giáo nhưng chưa đạt đến mức trọn vẹn.
- ²⁹¹ zhi gnas, śamatha, 止.
- ²⁹² XVIII. 2.
- ²⁹³ XVIII. 4.
- ²⁹⁴ 方便; upāya, skrt.

-
- ²⁹⁵ mngon rtogs, abhisamaya, 現觀, 現證.
- ²⁹⁶ byang phyogs so bdun, saptatrimśadbodhipakṣadharmā, 三十七助道品.
- ²⁹⁷ cũng được gọi theo âm tiếng Phạn là Ba-la-đề-mộc-xoa.
- ²⁹⁸ so sor thar pa, prātimokṣa, 波羅提木叉, 別解脫
- ²⁹⁹念; smṛti, skrt.; là tâm thức tỉnh giác, tỉnh nhớ.
- ³⁰⁰ có nghĩa là: phải có một cách nhìn tổng quát, bình đẳng bất nhị; không nên phân biệt giữa tầm thường và đặc biệt, giữa phàm và thánh. Một lời dạy thường được thấy trong hệ thống tan-tra: »Hãy xem tất cả mọi nơi là niết-bàn, tất cả mọi âm thanh là chân âm, tất cả sắc tướng là sắc thân Phật.«
- ³⁰¹ catuḥsmṛtyupasthāna, skrt.
- ³⁰² kāya-smṛtyupasthāna, skrt.
- ³⁰³ vedanā-smṛtyupasthāna, skrt.
- ³⁰⁴ citta-smṛtyupasthāna, skrt.
- ³⁰⁵ dharma-smṛtyupasthāna, skrt.
- ³⁰⁶ hữu lậu pháp.
- ³⁰⁷ hữu lậu.
- ³⁰⁸ vô lậu.
- ³⁰⁹ catuḥsamyakprahānāni, skrt.
- ³¹⁰ catvāra rddhipādāḥ, skrt.
- ³¹¹ Chỉ và Quán được dùng ở đây với hai nghĩa, nghĩa thứ nhất là mục đích, kết quả đạt được và với nghĩa thứ hai, chúng được hiểu là phương pháp, con đường để đạt được.
- ³¹² 順境; thuận cảnh.
- ³¹³ 知足; tri túc.
- ³¹⁴ 少欲; thiểu dục.
- ³¹⁵ 離多所作; li đa sở tác.
- ³¹⁶ 清淨律儀; thanh tịnh luật nghi; Đạt-lại Lạt-ma dựa vào quan điểm của Tông-khách-ba trong Bồ-đề đạo thứ đệ để giảng giải cách tu Chỉ-Quán. Ngoài những điểm này, Tông-khách-ba còn nhắc đến điểm tư lương thứ sáu trong tác phẩm Bồ-đề đạo thứ đệ của mình là Li dục đẳng phân biệt, nghĩa là tư duy về lỗi lầm của dục vọng và nguyên lý vô thường... Như vậy thì có sáu loại tư lương của cách tu Chỉ.
- ³¹⁷ cũng tương tự như liên hoa tọa, kiêu ngạo kết già nhưng hai chân tréo chặt vào nhau hơn một ít.
- ³¹⁸ god, engl.
- ³¹⁹ VI. 28.

-
- ³²⁰ gti mug, moha, 癡.
- ³²¹ don dam bden pa, paramārthasatya, 真諦, 第一義諦.
- ³²² reality, engl.
- ³²³ ultimate, engl.; cũng được gọi là tối thượng, đệ nhất.
- ³²⁴ truth, skrt.
- ³²⁵ Nhập bồ-đề hành luận, VII. 17-19.
- ³²⁶ tulku [sprul-sku], tibet.; chỉ những dòng Lạt-ma tái sinh và những vị Lạt-ma tái sinh. Có lúc họ cũng được gọi là Hoạt Phật, »Phật sống«.
- ³²⁷ āryasaṅgha, skrt.
- ³²⁸ śrāmaṇerikā, skrt.
- ³²⁹ bhikṣunī, skrt.
- ³³⁰ sthaviravāda, skrt.; theravāda, pāli.
- ³³¹ mahāsaṅghika, skrt.
- ³³² saṃmitīya, skrt.
- ³³³ sarvāstivāda, skrt.
- ³³⁴ bhikṣu, skrt.
- ³³⁵ 'dul ba'i mdo, vinaya-sūtra, 律經; P5619. Bd. 123.
- ³³⁶ dbus dang mtha'nam par 'byed pa, madhyāntavibhaṅga, 中邊分別論, IV. 3b. Đoạn văn Phạn ngữ như sau: »pañcadoṣaprahāṇā 'ṣṭasaṃkāra 'sevanā 'nvayā.«
- ³³⁷ bát tướng đối trị.
- ³³⁸ tâm sở hữu pháp »tu« (思; cetanā, skrt.).
- ³³⁹ đối tượng thiền định. DG sử dụng thuật ngữ »sở duyên« để có thể trình bày đoạn văn này tinh xác hơn.
- ³⁴⁰ xem thêm dưới phần Tâm sở.
- ³⁴¹ Đạt-lại Lạt-ma có lẽ quên, không nêu phương pháp đối trị kiêu mạn. Theo cách trình bày trong Bồ-đề đạo thứ đệ của Tông-khách-ba thì hành giả phải quán các cõi giới sai biệt để đối trị Căn bản phiền não »mạn.«
- ³⁴² vital, engl.
- ³⁴³ visualize, engl.
- ³⁴⁴ sems gnas dgu, navākārā cittasthiti, 九住心.
- ³⁴⁵ sems 'jog pa, cittasthāpana, 內住.
- ³⁴⁶ thính văn lực.
- ³⁴⁷ rgyun du 'jog pa, saṃsthāpana, 等住.
- ³⁴⁸ slan te 'jog pa, avasthānana, 安住.
- ³⁴⁹ 坐禪; zazen, jap.; có lẽ Đạt-lại Lạt-ma ám chỉ cách ngồi thiền đặc biệt trong Thiền tông nên mới dùng chữ zazen.

- ³⁵⁰ nye bar 'jog pa, upasthānana, 近住.
³⁵¹ 'dul bar byed pa, damana, 調服.
³⁵² zhi bar byed pa, śamana, 寂靜.
³⁵³ nye bar zhi bar byed pa, vyupaśamana, 最極寂靜.
³⁵⁴ rtse gcig tu byed pa, ekotīkaraṇa, 專住一殊之兩住.
³⁵⁵ là biểu thị chỉ quá trình nhập định.
³⁵⁶ mnyam par 'jog pa, samādhāna, 等持.
³⁵⁷ niṣpannakrama, skrt.; rdzogs rim, tibet.
³⁵⁸ utpattikrama, skrt.; bskyed rim, tibet.
³⁵⁹ cakra, skrt.

³⁶⁰ Sáu lực là: 1. Thính văn lực (聽聞力); 2. Tư duy lực (思惟力); 3. Niệm lực (念力); 4. Chính tri lực (正知力); 5. Tinh tiến lực (精進力); 6. Xuyên tập lực (串習力; xuyên tập ở đây có nghĩa là đã thấm nhuần, quen thuộc lắm rồi).

Về Bốn tác ý, Đạt-lai Lạt-ma giảng như sau trong tác phẩm Der Schlüssel zum Mittleren Weg (Nhập trung đạo cương yếu):

»Thời đoạn xuất hiện của Bốn tác ý trong chín giai đoạn trụ tâm là như sau:

Lực lệ vận chuyển (力勵運轉; Cố gắng vận động): Trong hai giai đoạn đầu thì tâm phải cố gắng nhiều mới an trụ nơi đối tượng (sở duyên).

Hữu gián khuyết vận chuyển (有間缺運轉; Một sự cố gắng còn gián đoạn, thiếu sót): Từ giai đoạn thứ ba đến thứ bảy thì sự tập trung vận chuyển vẫn còn khiếm khuyết.

Vô gián khuyết vận chuyển (無間缺運轉): Trong giai đoạn thứ tám thì tâm đã có khả năng an trụ vô gián nơi đối tượng.

Vô công dụng vận chuyển (無功用運轉; Vận chuyển không cần dụng công): Trong giai đoạn thứ chín thì tâm thức an trụ nơi đối tượng một cách tự nhiên, vô công dụng.«

³⁶¹ II. 1ab.

³⁶² VII. 14.

³⁶³ yid byed, manaskāra, 作意.

³⁶⁴ mi lcog med, anāgamyā, 無欠. Được gọi là »vô khiếm« bởi vì trên cơ sở của cấp bậc thiền định này, hành giả có thể thực thiện một con đường không bị ô nhiễm – nó thậm chí có thể dẫn đến giải thoát ra khỏi vòng sinh tử hoàn toàn – mặc dù cấp này chỉ là sơ cấp của Định sơ thiền (Chú thích của DG người Đức). Nó được gọi là »Tĩnh lự của một kẻ sơ cơ«.

³⁶⁵ mtshan nyid so sor rig pa'i yid byed, lakṣaṇapratisaṃvedī-manaskāra.

³⁶⁶ mos pa las byung ba'i yid byed, adhimokṣika-manaskāra.

-
- ³⁶⁷ rab tu bden pa'i yid byed, prāvivekya-manaskāra.
³⁶⁸ dga' ba sdud pa'i yid byed, ratisaṃgrahahaka-manaskāra.
³⁶⁹ dpyod pa yid byed, mīmāṃsā-manaskāra.
³⁷⁰ sbyor mtha'i yid byed, prayogaṇiṣṭha-manaskāra.
³⁷¹ sbyor mtha'i 'bras bu'i yid byed, prayogaṇiṣṭhaphala-manaskāra.
³⁷² Một dạng thô, một dạng vừa, và một dạng tinh tế của phiền não trong dục giới, cả ba được phân chia một lần nữa thành thô, vừa và vi tế.
³⁷³ Xem ghi chú 229.
³⁷⁴ pañcabala, skrt.
³⁷⁵ pañcendriya, skrt.
³⁷⁶ drod, uśmagata. Nhiệt lực ở đây có nghĩa là ngọn lửa của trí huệ vô khái niệm sắp được hình thành trên Kiến đạo.
³⁷⁷ rtse mo, mūrdhagata. Tuyệt đỉnh ở đây có nghĩa là sự thành đạt của việc chấm dứt trạng thái bất an định (nguy cơ bị tiêu diệt) của các thiện căn bản.
³⁷⁸ bzod pa, kṣānti, 忍. »Nhẫn« ở đây có nghĩa là một tâm trạng quen thuộc với thiện định và Tính không, tâm trạng vô úy khi đối diện Tính không và tương tự.
³⁷⁹ Xem ghi chú 181.
³⁸⁰ ṣaḍpāramitā, skrt.
³⁸¹ bodhicitta, skrt.
³⁸² saptabodhyaṅga, skrt.
³⁸³ smṛtisambodhyaṅga, skrt.
³⁸⁴ dharmapracaya, skrt.
³⁸⁵ prīti, skrt.
³⁸⁶ praśabdhi, skrt.
³⁸⁷ upekṣā, skrt.
³⁸⁸ aṣṭāṅgikamārga, skrt.
³⁸⁹ samyagdrṣṭi, skrt.
³⁹⁰ samyaksamkalpa, skrt.
³⁹¹ samyagvāk, skrt.
³⁹² samyakkarmānta, skrt.
³⁹³ samyagājīva, skrt.
³⁹⁴ samyakvyāyāma, skrt.
³⁹⁵ samyagsmṛti, skrt.
³⁹⁶ samyaksamādhi, skrt.
³⁹⁷ 欲; dục (chanda, skrt.), là một tâm sở.
³⁹⁸ 獅子賢; haribhadra, skrt.

³⁹⁹ Bồ Tát luật nghi tại Tây Tạng bao gồm 18 giới luật chính và 46 giới luật phụ. Việc giữ các giới luật này tạo cơ sở cho những hành động của một vị Bồ Tát đích thật, là Lục ba-la-mật-đa, »Sáu đức hạnh toàn hảo«.

⁴⁰⁰數論派; sāmkhya, skrt.

⁴⁰¹吠檀多派; vedānta, skrt.

⁴⁰²弭曼差派; mīmāṃsaka, skrt.

⁴⁰³ Hán dịch là »y luyện«, »cảm tình«, dịch giả người Đức dùng chữ »Anhänglichkeit.«

⁴⁰⁴ glang ri thang pa, 1054-1123.

⁴⁰⁵ Kệ 25.

⁴⁰⁶五明; pañcavidyā, skrt.

⁴⁰⁷醫方明; cikitsāvidyā, skrt.; là y học.

⁴⁰⁸工巧明; śilavidyā, skrt.; nghiên cứu công nghệ, nghệ thuật, kĩ thuật, khoa học.

⁴⁰⁹因明; hetuvidyā, skrt.; cách gọi luận lí học theo đạo Phật.

⁴¹⁰聲明; śabdavidyā, skrt.; khoa nghiên cứu ngôn ngữ, văn phạm, có thể hiểu là ngôn ngữ học.

⁴¹¹內明; adhyātmavidyā, skrt.; là nghiên cứu tôn giáo mình, tìm hiểu ý nghĩa của kinh sách thuộc nội điển. »Khoa nghiên cứu tâm thức« là cách giải nghĩa thoát ý của Đạt-lại Lạt-ma.

⁴¹² rnal 'byor spyod pa pa, yogācāra, 瑜伽行宗.

⁴¹³ paramārthasamudgata, skrt.

⁴¹⁴ cách sử dụng thuật ngữ trong hai bộ kinh cơ bản của Duy thức tông là Nhập Lăng-già (入楞伽) và Giải thâm mật (解深密) có khác nhau đôi chút. Mặc dù một »tự tướng« (自相; svalakṣaṇa) và một »tự tính« (自性; svabhāva) có khác nhau theo ý nghĩa thông thường nhưng ở đây, hai thuật ngữ trên được hiểu với ý nghĩa tương tự. Kinh Giải thâm mật gọi là tướng, tự tướng, kinh Nhập Lăng-già gọi là tính, tự tính.

⁴¹⁵ rang 'dzin rtogs pa'i zhen gzhir rang gi mtshan nyid kyis grub pa.

⁴¹⁶ P5549, Bd. 112,224.4.1

⁴¹⁷ sibiria, engl.

⁴¹⁸ soviet union, engl.

⁴¹⁹ trường hợp nổi danh nhất được nhắc đến là Hòa thượng Thích Quảng Đức. Sư tự thiêu ngày 11. 06. 1963 tại Sài Gòn (ngã tư đường Cách Mạng Tháng Tám và Nguyễn Đình Chiểu bây giờ) để phản đối chính sách đàn áp tăng chúng và Phật tử của chính quyền đương thời. Nhưng nếu hiểu theo đúng tinh thần Phật giáo thì không được xem hành động này là một »phản

đối« thông thường – phải hiểu nó như hành động của một vị Bồ Tát. Nó không phải là một sự hiển thân đơn thuần – mà là biểu tượng của tâm thức hướng về Tính không, hướng về nhất thể của tất cả những hiện hữu. Nhìn như thế thì hành động tự thiêu cũng là không, trống rỗng, siêu việt mọi mục đích. Tuy thế, hành động này vẫn có thể đánh thức người khác, khiến họ hướng về chân lí từ bi của Phật đạo.

⁴²⁰ XXIV.1.

⁴²¹ XXVI.20.

⁴²² 佛護; buddhapālita, skrt.; đoạn văn trên nói Phật Hộ (~470-540) là đệ tử của Long Thụ (龍樹; tk. 1/2) nhưng phải hiểu là đệ tử trong tông môn, không phải trực tiếp kế thừa. Giữa Long Thụ và Phật Hộ cách nhau hơn ba, bốn trăm năm.

⁴²³ là ý nghĩa chính của chữ Phạn »prāsaṅga«. Tên Hán việt »Cụ duyên« (具緣) có lẽ được hiểu như »đã có đầy đủ những duyên, những điều kiện, những điểm [nghịch lí] trong luận cứ được đưa ra từ phía địch để có chứng minh sự sai trái trong hệ thống của họ [mà không phải tự lập tông chỉ]«. Còn tên Hán việt khác là »Ứng thành« (應成), có nghĩa là chỉ tùy cơ [luận điểm được đối thủ đưa ra] ứng biến, thành đạt mục đích mà không phải tự lập tông chỉ. Sau cũng có người dịch là Qui mậu biện chứng phái 歸謬辯證派; Qui mậu luận chứng phái 歸謬論證派.

⁴²⁴ 清辯; bhāvaviveka, bhavya, skrt.

⁴²⁵ 寂護; śāntarakṣita, skrt.

⁴²⁶ mdo sde spyod pa dbu ma rang rgyud pa, sautrāntika-svātantrika-mādhyamika, 經量依自起中觀.

⁴²⁷ rnal 'byor spyod pa dbu ma rang rgyud pa, yogācāra-svātantrika-mādhyamika, 瑜伽行依自起中觀.

⁴²⁸ syllogism, engl.; tương ứng với Tam chi tác pháp trong Nhân minh học Phật giáo.

⁴²⁹ xem lại chương 1, phần Vì sao phải nghiên cứu tường tận và ghi chú 46.

⁴³⁰ subject, engl.; gọi theo Nhân minh học là »dụ« (喻).

⁴³¹ một cách định nghĩa khác của chữ »prāsaṅga«.

⁴³² IX.140. Đoạn văn Phạn ngữ như sau: kalpitam bhāvam asṛṣṭva tadabhāvo na gṛhyate. Xem Vidhushekara Bhattacharya (xuất bản), Bodhicaryāvatāra, Biblioteca Indica Bd. 280 (Calcutta: The Asiatic Society, 1960), trang 221.

⁴³³ affirming negative, engl.; là một phủ định không chỉ phủ định đơn thuần một sự việc nào đó, mà còn ám thị hoặc dẫn khởi một đối tượng nhận thức khác đến tâm thức – một đối tượng có chung cơ sở với một khẳng định. Một

ví dụ cho phủ định khẳng định là »cái gì đó ngoài Phi tịnh bình«. Đối tượng được ám chỉ bởi phủ định này là »Tịnh bình«; bởi vì chỉ có một »Tịnh bình« là không phải »Phi tịnh bình«.

⁴³⁴ ma yin dgag, paryudāsapratīṣedha.

⁴³⁵ non-affirming negative, engl.; chỉ là một phủ định đơn thuần, không ám thị một đối tượng nào khác. Một ví dụ cho Phủ định bất khẳng định là »Phi nhân«, không phải người.

⁴³⁶ med dgag, prasajyapratīṣedha.

⁴³⁷ byang chub sems dpa'i rnal 'byor spyod pa gzhi brgya pa'i rgya cher 'grel pa, bodhisattva-yogacaryā-catuḥśataka-tīkā, 菩薩瑜伽行四百論釋, 廣百論釋

⁴³⁸ bài chú giải Tứ bách luận của Thánh Thiên.

⁴³⁹ rang bzhin, svabhāva, 自性.

⁴⁴⁰ Cách-tang Gia-mục-thố (bskal bzang rgya mtsho, 1708-57).

⁴⁴¹ 微粒; subtle particle, engl.; là những thành phần cực nhỏ.

⁴⁴² chính vì tiêu chuẩn thứ ba này mà các đại biểu của phái Cự duyên cho rằng, các hiện tượng cũng không tồn tại ngay trên phương diện tương đối.

⁴⁴³ bdag, ātman, 我.

⁴⁴⁴ don dam bden pa, paramārthasatya, 真諦, 第一義諦.

⁴⁴⁵ là cơ sở mang giữ những đặc tính, đặc trưng cơ bản của một cái gì đó.

⁴⁴⁶ kun rdzob bden pa, saṃvṛtisatya, 世俗諦.

⁴⁴⁷ 色身; rūpakāya, skrt.

⁴⁴⁸ devatā, skrt.; yidam, tibet.; deity, engl.

⁴⁴⁹ kriyātantra, skrt.

⁴⁵⁰ caryātantra, skrt.

⁴⁵¹ yogatantra, skrt.

⁴⁵² 灌頂; abhiṣeka, skrt.

⁴⁵³ man-tra ở đây được sử dụng với hai nghĩa, một là chân ngôn, thần chú và hai là đồng nghĩa với tan-tra, nghĩa là mật giáo, mật kinh.

⁴⁵⁴ utpattikrama, skrt.

⁴⁵⁵ niṣpannakrama, skrt.

⁴⁵⁶ visualization, engl.

⁴⁵⁷ rnying-ma, tibet.

⁴⁵⁸ sa-skyā, tibet.

⁴⁵⁹ bka'-rgyud, tibet.

⁴⁶⁰ dge-lugs, tibet.

⁴⁶¹ Một cách trình bày chủ đề này chi tiết hơn trong chương cuối của quyển Kindness – Clarity – Insight (Snow Lion Publications, Inc., Ithaca, New

York, USA). Bản Đức ngữ mang tựa đề Logik der Liebe. Aus den Lehren des Tibetischen Buddhismus. (München: Goldmann, 1989)

⁴⁶² prajñāpāramitāyāna, skrt.; một cách gọi Đại thừa hiền giáo của dân Tây Tạng, Bắc ấn Độ.

⁴⁶³ mantrayāna, skrt.; là tên gọi của Đại thừa mật giáo tại Tây Tạng. Đôi lúc cũng được gọi là tantrayāna.

⁴⁶⁴ được dịch giả người Việt giản lược đôi chút.

⁴⁶⁵ AIBS, American Institute for Buddhist Studies.

⁴⁶⁶ Center for the Study of World Religions

⁴⁶⁷ Hán việt: Chư hành vô thường, chư pháp vô ngã, hữu lậu giai khổ, niết-bàn tịch tĩnh. Cách trình bày ở trên đảo ngược thứ tự của pháp ấn thứ hai và ba.

⁴⁶⁸ đoạn văn này sẽ được giảng rõ hơn trong phần Tính không của Tính không.

⁴⁶⁹ tên gọi đầy đủ của Trung quán luận (madhyamakāsāstra).

⁴⁷⁰ nghĩa là tưởng tượng gán thêm vào, chính là Biên kế sở chấp hay Vọng kế khởi (parikalpita) theo cách trình bày của Duy thức tông. Dịch giả người Đức dùng chữ »beigefügt.«

⁴⁷¹ là một phủ định không chỉ phủ định đơn thuần một sự việc nào đó, mà còn ám thị hoặc dẫn khởi một đối tượng nhận thức khác đến tâm thức – một đối tượng có chung cơ sở với một khẳng định. Một ví dụ cho phủ định khẳng định là »cái gì đó ngoài Phi tịnh bình«. Đối tượng được ám chỉ bởi phủ định này là »Tịnh bình«; bởi vì chỉ có một »Tịnh bình« là không phải »Phi tịnh bình«.

⁴⁷² chỉ là một phủ định đơn thuần, không ám thị một đối đối tượng nào khác. Một ví dụ cho phủ định bất khẳng định là »Phi nhân«.

⁴⁷³ Trình hiện nhị nguyên (ubhayābhāsa) ở đây được hiểu như sau: Vì những chủng tử vi tế bắt nguồn từ căn bản vô minh, các hiện tượng trình hiện sai biệt cách tồn tại thật sự của chúng – tức là tồn tại trên cơ sở tự tính. Chỉ một vị Phật mới khắc phục toàn vẹn những trình hiện nhị nguyên hoặc lừa đảo và đồng thời nhận thức hoàn toàn chính xác cả hai, cách tồn tại tương đối và tuyệt đối của tất cả các hiện tượng. Khi đã vượt qua được cách trình hiện nhị nguyên của các hiện tượng bằng việc đạt nhất thiết trí, cả hai sự thật – sự thật tương đối và tuyệt đối – trình hiện một cách hoàn toàn không đối nghịch mà có cùng một bản tính, hỗ trợ nhau (chú thích của DG người Đức).

⁴⁷⁴ nếu bản tính của tâm thức bị tổn hại bởi phiền não (kleśa) – trong một trường hợp giả thiết – thì những phiền não này không thể tăng cũng như giảm và qua đó thì trường hợp tâm thức trở nên thiện hảo hoặc bất thiện cũng không thể nào có được (chú giải của DG người Đức).

⁴⁷⁵ intellektuell, ger.; intelectual, engl.

⁴⁷⁶ xem thêm ý nghĩa của cách dịch nghĩa Sát Tặc trong Đạt-lại Lạt-ma tại Harvard, ghi chú 23.

⁴⁷⁷ bảy địa vị đầu tiên của Bồ Tát thập địa (daśabhūmi) được gọi là »bất tịnh« bởi vì phiền não và những chủng tử của chúng chưa được tiêu diệt toàn triệt. Như vậy thì đây là những trạng thái còn nằm trong luân hồi sinh tử