

NHẤT NGUYÊN LUẬN

Thế Cách Tri Nhận Tánh Không

Phổ Nguyệt

---o0o---

BUD 230: Dòng Tâm Thức & Tịnh Độ

Nhất Nguyên Luận & Thế Cách Tri Nhận Thực Tại Nguồn

<http://thuvienhoasen.org>

Chuyển sang ebook 24-8-2009

Người thực hiện : Nam Thiên – namthien@gmail.com

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

Mục Lục

I. DẪN NHẬP

II. TÁNH KHÔNG

A. TÁNH KHÔNG & DUYÊN KHỞI HAY THỰC TẠI GIẢ LẬP

B. TÁNH KHÔNG & GIẢ DANH HAY THỰC TẠI TÙY THUỘC

C. TÁNH KHÔNG & TRUNG ĐẠO HAY THỰC TẠI TUYỆT ĐỐI

III. CHUYỂN THỨC THÀNH TRÍ

A). TÂM THỨC KHÔNG CÓ THẬT

B). NHỊ NGUYÊN TÍNH

C). CHUYỂN THỨC THÀNH TRÍ

IV. TỪ NHẤT NGUYÊN LUẬN TỚI THỰC TẠI TUYỆT ĐỐI LUẬN

A). NHẤT NGUYÊN TUYỆT ĐỐI

B). THỰC TẠI TUYỆT ĐỐI HAY CHÂN LÝ TỐI HẬU : VÔ THỜI KHÔNG

C). VÀI THÍ DỤ VỀ SỰ GIẢI THÍCH TÁNH GIÁC

D). CÁC LOẠI TRÍ

E). TRUYỆN NÀNG BHADDA

V. PHƯƠNG CÁCH THỂ HIỆN THỰC TẠI

A). RÈN LUYỆN THÂN XÁC

B). BỒI DƯỠNG TÌNH CẢM

C). TRAU DỒI TRÍ TUỆ

THẦN CHÚ CỦA ĐẠI BI TÂM: OM MANI PADME HUM.

BÀI TẬP THIỀN HÀNH CĂN BẢN

THIỀN MỨC CAO HƠN

VI. KẾT LUẬN

THAM KHẢO

I. DẪN NHẬP

Để nhận xét chính xác các pháp Phật, có một nguyên lý căn bản định chân Pháp học cũng như Pháp hành mà Đức Phật đã dùng làm phương tiện hướng dẫn chúng sanh tu tập tùy căn cơ, từ đơn giản đến phức tạp, từ thấp đến cao.

Thật vậy, muốn đạt đến Giác Ngộ, tất phải dùng cái Trí, mà Trí là con đường tư duy soi sáng các Pháp. Chính các Pháp đã là con đường sáng để Giác Ngộ rồi, vậy sao ta phải dùng Trí để soi sáng lại các Pháp?

Phật tánh của chúng sinh và Phật đều đồng. Thể Trí là dụng của Tâm, mà Trí có sẵn trong A Lại Da Thức, trong Tàng thức. Giác Trí trong kho chứa lâu ngày nó sẽ lu mờ đi, cần phải xử dụng và tu bỏ thì nó sẽ sáng ra. Pháp Phật là cả một kho chứa những kiến thức tuyệt vời. Dùng một cái đèn nhỏ mà soi vào cái kho sáng vĩ đại đó, trong giai đoạn đầu ánh đèn sẽ bị ánh sáng chói chan đó làm lóa mắt và ánh đèn bị nhạt màu để dần dần đồng hóa với ánh sáng vĩ đại đó, tất phải có sự cố gắng và tích cực mới mong đạt ý nguyện. Khi mặt trời Đại Huệ (Pháp Phật) chiếu sáng, không còn ai cầm đèn đi giữa ban ngày nữa.

Càng trau dồi, Giác Trí càng khai mở thì Pháp Phật càng sáng tỏ hơn; giống như càng nghiên cứu học hỏi thì kiến thức và tư tưởng càng phong phú và sâu sắc hơn. Biết và chứng minh một định lý toán học, chúng ta có thể giải đáp tất cả những bài toán ứng dụng dễ dàng hơn là không biết và xử dụng được định lý.

Pháp Phật là kho tàng Tri Kiến của Phật vừa phong phú vừa thâm diệu, nhưng dù sao chúng chỉ là một đóng kính, cho nên phải dùng Giác Trí để khai mở chúng ra, nghiền ngẫm học hỏi soi sáng Ý chỉ của chúng, thì kinh Phật mới có cơ may thâm nhập Tâm ta làm sáng tỏ đường đến bờ Giác ngộ. Sự quy nạp, tổng hợp tư tưởng của các kinh được hình thành bằng nguyên lý căn bản, là chìa khóa mở được mọi cánh cửa để ngộ nhập Tri Kiến Phật. Cũng từ nguyên lý ấy, có thể giải đáp ý chỉ của tất cả kinh Phật (Pháp Học và Pháp Hành).

Hiểu và phân tích được Nhị Nguyên Luận và Nhất Nguyên Luận, từ đó có thể bước tới tư duy về Tuyệt Đối hay chân trời Giác Ngộ. "Không Tánh Luận" hay "Từ Nhất Nguyên Luận đến Tuyệt Đối Luận" hoặc "Từ Thực Tại Luận đến Giải Thoát Luận" hoặc "Chân Lý Tối Hậu, vùng trời của Vô Ngôn" được xem là cần thiết cho nhận thức nguyên lý căn bản này.

---o0o---

I. Dẫn Nhập

Để nhận xét chính xác các pháp Phật, có một nguyên lý căn bản định chân Pháp học cũng như Pháp hành mà Đức Phật đã dùng làm phương tiện hướng dẫn chúng sanh tu tập tùy căn cơ, từ đơn giản đến phức tạp, từ thấp đến cao.

Thật vậy, muốn đạt đến Giác Ngộ, tất phải dùng cái Trí, mà Trí là con đường tư duy soi sáng các Pháp. Chính các Pháp đã là con đường sáng để Giác Ngộ rồi, vậy sao ta phải dùng Trí để soi sáng lại các Pháp?

Phật tánh của chúng sinh và Phật đều đồng. Thể Trí là dụng của Tâm, mà Trí có sẵn trong A Lại Da Thức, trong Tầng thức. Giác Trí trong kho chứa lâu ngày nó sẽ lu mờ đi, cần phải xử dụng và tu bỏ thì nó sẽ sáng ra. Pháp Phật là cả một kho chứa những kiến thức tuyệt vời. Dùng một cái đèn nhỏ mà soi vào cái kho sáng vĩ đại đó, trong giai đoạn đầu ánh đèn sẽ bị ánh sáng chói chan đó làm lóa mắt và ánh đèn bị nhạt màu để dần dần đồng hóa với ánh sáng vĩ đại đó, tất phải có sự cố gắng và tích cực mới mong đạt ý nguyện. Khi mặt trời Đại Huệ (Pháp Phật) chiếu sáng, không còn ai cầm đèn đi giữa ban ngày nữa.

Càng trau dồi, Giác Trí càng khai mở thì Pháp Phật càng sáng tỏ hơn; giống như càng nghiên cứu học hỏi thì kiến thức và tư tưởng càng phong phú và sâu sắc hơn. Biết và chứng minh một định lý toán học, chúng ta có thể giải đáp tất cả những bài toán ứng dụng dễ dàng hơn là không biết và xử dụng được định lý.

Pháp Phật là kho tàng Tri Kiến của Phật vừa phong phú vừa thâm diệu, nhưng dù sao chúng chỉ là một đóng kính, cho nên phải dùng Giác Trí để khai mở chúng ra, nghiên ngẫm học hỏi soi sáng Ý chỉ của chúng, thì kính Phật mới có cơ may thâm nhập Tâm ta làm sáng tỏ đường đến bờ Giác ngộ. Sự quy nạp, tổng hợp tư tưởng của các kinh được hình thành bằng nguyên lý

căn bản, là chìa khóa mở được mọi cánh cửa để ngộ nhập Tri Kiến Phật. Cũng từ nguyên lý ấy, có thể giải đáp ý chỉ của tất cả kinh Phật (Pháp Học và Pháp Hành).

Hiểu và phân tích được Nhị Nguyên Luận và Nhất Nguyên Luận, từ đó có thể bước tới tư duy về Tuyệt Đối hay chân trời Giác Ngộ. "Không Tánh Luận" hay "Từ Nhất Nguyên Luận đến Tuyệt Đối Luận" hoặc "Từ Thực Tại Luận đến Giải Thoát Luận" hoặc "Chân Lý Tối Hậu, vùng trời của Vô Ngôn" được xem là cần thiết cho nhận thức nguyên lý căn bản này.

---o0o---

II. TÁNH KHÔNG

Tánh Không, Duyên Khởi, Giả Danh, Trung Đạo là đạo lý Phủ định mà Bồ Tát Long Thọ đã từng phổ cập từ xa xưa và Bồ Tát Vô Trước và Thế Thân cũng dùng Duy Thức học xây dựng lý Duyên Khởi bằng khái niệm về ba Tự Tính để nhận diện Thực Tính của sự vật.

A. TÁNH KHÔNG & DUYÊN KHỞI HAY THỰC TẠI GIẢ LẬP

1). Duyên Khởi Từ Vật Chất

Hiện tượng vô thường của sự vật hiện hữu do nhân duyên kết hợp, do đó chúng không có lúc nào tự mình độc lập tồn tại. Rõ ràng chúng có sanh ra thì có lúc phải hủy diệt vì lẽ có sự trao đổi vật chất và năng lượng với môi trường chung quanh. Trong vật lý học, việc bảo tồn năng lượng cho biết năng lượng không sanh ra và không biến đi mà chỉ có thể thay đổi. Khi sự giao lưu năng lượng và vật chất của mỗi hữu thể với bên ngoài, hữu thể đó tạm thời ổn định cân bằng vì phải tiêu tán năng lượng và vật chất, nên thay cũ đổi mới để tồn tại. Sự trao đổi vật chất và năng lượng của hữu thể trong không gian là lịch trình sanh trụ hoại diệt. Sự giao lưu vật chất và năng lượng của xác thân con người với bên ngoài được tạm thời hiện hữu là lịch trình sanh lão bệnh tử. Sự vật hiện hữu do duyên hợp, khi duyên tan thì hoại không, theo lý Duyên Khởi của Ngài Long thọ. Còn sự vật tạm thời hiện hữu gọi là Thực Tại Giả Lập theo Duy Thức Học của Ngài Vô Trước.

2). Duyên Khởi Từ Vật Chất Đến Phi Vật Chất

Sự giao lưu năng lượng và vật chất với bên ngoài nên bản thân sự vật không những lệ thuộc vào nhân duyên nội tại mà phải bị ảnh hưởng nhiều bởi môi trường ngoại giới. Như ảnh hưởng vật chất (thức ăn) đến sinh lý con người, mà sinh lý ảnh hưởng đến tư tưởng tình cảm và hành động. Hệ thống cân bằng sinh lý của con người được tạm thời ổn định là lịch trình tiêu tán của trạng thái đau khổ và khoái lạc. Lý Duyên Khởi được nhận thức sâu sắc qua Tứ Đế: Tập (nhân) Khổ (quả), Đạo (nhân) Diệt (quả), và Thập Nhị Nhân duyên. Ngay Lục Căn trong Sắc Thân của Ngũ uẩn cũng cần được phân tích theo Tâm lý học để làm sáng tỏ lý Duyên Khởi, là Thực Tại giả lập, là Tánh Không hay là sự vật đều không có Tự Tánh.

---000---

a).- Cảm Giác (Ngũ giác quan, Sensation)
Diễn hình về Nhãn Căn qua chức năng Thị Giác:

+ Ban ngày, khi chúng ta nhìn một vật ngay phía trước chúng, hình ảnh khi nhìn sự vật qua thấu kính của mắt được hội tụ ở trên hố mắt của võng mạc. Nón (dây thần kinh liên hệ đến bộ não) đáp ứng một cách khác nhau đến những làn sóng, hay màu sắc khác nhau của Ánh Sáng. Những nón (cones) này thích ứng với màu sắc thị giác. Mỗi nón đáp ứng đến chỉ một trong ba làn sóng khác nhau của ánh sáng (đỏ, xanh biển, xanh dương). Bằng cách kết hợp những phản ứng tới những làn sóng dài, vừa, ngắn, những tế bào nón có thể chỉ định màu của bất cứ hình ảnh nào. Những nón rất nhạy cảm tới những đặc trưng ở xung quanh dù nhỏ đến đâu.

+ Ban đêm thì khác, những tế bào que (rods: dây thần kinh liên hệ đến não) rất nhạy cảm với ánh sáng mờ, dù chúng không sắc bén nhiều. Vào buổi tối, nếu ta liếc nhanh hình ảnh của bóng mờ ngoài góc của con mắt, chúng ta sử dụng những tế bào que. Nếu hình ảnh mờ ấy biến mất, khi chúng ta nhìn thẳng vào nó, chúng ta chứng kiến sự mất tế bào nón vào lúc chúng ta không chú ý làm tụ những bóng mờ đó trên hố mắt ở võng mạc.

+ Khi năng lực của Ánh Sáng (sáng hay mờ) đến cơ quan tiếp nhận hình ảnh, những tín hiệu thần kinh được gửi xuyên qua hệ thống thị giác sản sinh những cảm giác. Con đường đi ấy bao gồm những tầng lớp, qua đó ánh sáng phải qua trước khi được thu hút bởi cơ quan tiếp nhận hình ảnh. Một phản ứng hình ảnh hóa học được tạo ra trong cơ quan tiếp nhận hình ảnh, sản sinh những dấu hiệu thần kinh, đầu tiên được chuyển đến những tế bào lưỡng

cực, rồi đến những tế bào hạch. Những tín hiệu thần kinh lúc đó đi dọc theo trục võng mạc đến hạt nhân cong khập bên của chất xám. Những tế bào trong hạt nhân cong khập này sắp đặt lại tín hiệu (kích thích cảm giác) tới xương chẩm thùy não để được điều hợp và hoàn thành chức năng thị giác.

Tương tự như thế, con đường để thực hiện tánh Biết qua các căn khác như nhĩ, tĩ, thiệt, thân cũng vậy, tuy có khác về cơ cấu sinh học, nhưng tựu trung cũng đều được các dây thần kinh chuyển các hình ảnh, chấn động lực, không khí hay chất hơi hay ấn tượng kích thích, sau cùng cũng chuyển đến chất xám ở vỏ não để sản sinh những cảm giác tương ứng với các căn.

Chẳng hạn như:

--- Nghe một âm thanh là nghe độ rung (chấn động lực) hay ấn tượng của âm thanh do làn sóng âm thanh va chạm vào màng nhĩ (Tai).

--- Ngửi mùi hương là ngửi ấn tượng mùi hương, là không khí hay hơi (tức là chất hóa học hòa tan trong không khí) ở màng mũi.

--- Nếm một vị là nếm chất hóa học (ấn tượng do kích thích giữa vị toan và nước miếng tạo nên) ở lưỡi.

--- Xúc giác một vật là tiếp giáp hình ảnh của những kích thích của da (hay cơ thể).

---000---

(b).- Ý Thức (Consciousness):

Có thể định nghĩa, ý thức là cử chỉ hay tiến trình được Biết, đặc biệt về vùng xung quanh ta và điều kiện của thân thể. Cũng là Tỉnh táo, Biết được những gì đang xảy ra.

Thật ra, Ý thức thường được định nghĩa là sự hiểu biết (awareness) tích cực của tất cả tư tưởng, hình ảnh, tri giác và cảm xúc chứa trong trí với thời gian qui định. Ý thức là Cái Quan sát chính chúng ta và xung quanh ta như là cách chúng ta làm trong thiên hạ. Ý thức cho phép chúng ta sử dụng sự kiểm soát các điều chúng ta hành động, kinh nghiệm, và chọn lựa giữa những cách tư duy hay hành động. Nhưng Ý thức thì nhiều hơn sự hiểu biết đơn giản của chính chúng ta và xung quanh ta. Ý thức có tính đơn thuần và nó thống nhất

kinh nghiệm chúng ta vào Cái Toàn thể. Khi chúng ta lắng nghe một người nói, chẳng hạn, chúng ta nghe nhiều hơn là những tần số và cường độ của âm thanh, nhiều hơn một chút kích thích thính giác. Để thay vào, chúng ta biết được toàn bộ những lời nói và chúng ta hiểu được ý nghĩa của những lời đó, bởi vì đó là cách thức mà Trí chúng ta tổ chức và tổng hợp kích thích thính giác.

Nếu cái đơn thuần của Ý thức (cục bộ) cho phép chúng ta tri giác và hiểu được kinh nghiệm như là cái Toàn thể, thì tính chọn lọc của Ý thức để cho chúng ta tập trung vào bộ mặt đơn độc của cái toàn thể. Vậy chúng ta có thể tập trung vào hình dáng đôi thể, màu sắc, kích thước, thực thể, công dụng hay bất cứ đặc tính khác. Bằng vào biểu hiện đó, chúng ta có thể tập trung vào cảm tính, ký ức, hay tư tưởng riêng biệt. Tính chọn lọc như thế là cốt yếu cho hoạt động chức năng hàng ngày của chúng ta. Nhiều cảm giác tư tưởng, cảm tính và ký ức dễ ảnh hưởng đến chúng ta ở một thời điểm có sẵn, đến nỗi khi chú ý chúng, chúng có thể lấn áp chúng ta. Vậy, tính chọn lọc của Ý thức cho phép chúng ta điều chỉnh chỉ có dữ kiện cần đến và loại bỏ cái không cần.

May mắn, kỹ thuật cận đại giúp các nhà nghiên cứu vượt qua những trở ngại thâm hội được Ý thức. Trang bị cho mạch điện đồ và hoạt động dây thần kinh trong não bộ cung cấp được những ý nghĩa mới quan trọng để nghiên cứu một số việc thuộc sinh lý học xảy ra trong những trạng thái khác nhau của Ý thức. Chẳng hạn, chúng ta biết được dữ kiện mô lưới, một phần của não bộ sau giữ vai trò bảo trì Ý thức. Khi phần não đó bị kích thích, con vật trở nên quá mất, những vùng như vậy bị thương, con người mất cảm giác trên mào lông (coma). Bởi vì óc con người có thần kinh phát triển cao độ của võ não trong giới loài vật, và bởi vì con người cũng dường như biểu lộ sự phát triển cao độ ý nghĩa của Ý thức mà các nghiên cứu gia cho rằng lớp vỏ não cũng phải liên hệ với sự hiểu biết Ý thức.

Tóm lại, sự hiểu biết Ý thức có tính tính lưỡng phân như Kant đã quan niệm. Thật vậy, Ý thức tác động là do tiền ngũ căn (ngũ giác quan) tiếp nhận sự vật và Tri giác

(Biết). Còn Ý thức tác năng là sự hiểu biết có sẵn trong tàng thức, không do tác động của ngũ căn mà chúng ta có thể dùng trực giác để hiểu biết. Như thế Ý thức cũng là tác năng tự phát.

Kết luận, Ý thức cũng chỉ là những hình ảnh, dấu vết sự hiểu biết mà cái Trí (bộ óc) nhận thức.

---o0o---

(c).- Cảm Xúc (hay Cảm thọ: Emotion):

Cảm xúc là một phần lớn cuộc sống thường nhật mà khó có thể tưởng tượng được, nếu đời sống không có nó. Cảm xúc làm cho phong thái của kinh nghiệm chúng ta hoạt động và đem đến cho đời sống một sinh khí của nó. Nếu không có khả năng cảm nhận sự giận dữ, nỗi đau buồn, niềm vui, và tình yêu, chúng ta khó mà thừa nhận chính chúng ta là con người.

Rõ ràng, cảm xúc bao gồm sự thay đổi cảm tính --- thường kích thích bởi hoàn cảnh ngoại giới mà chúng ta ít kiểm soát. Sau cùng, cảm xúc có thể tác động đến tư cách. Cảm xúc có thể được định nghĩa như là mô hình phản ứng bao gồm sự thay đổi sinh lý, biểu lộ tư cách và trạng thái cảm tính. Cảm tính thường phát sinh trong sự đáp ứng của liên hệ xã hội hay hoàn cảnh thử thách qua nhiều phương diện. Bản chất của phản ứng cảm xúc ảnh hưởng đến cách thức một người đánh giá và khắc phục hoàn cảnh. Tất cả các nhà Tâm lý đều đồng ý rằng cảm xúc mạnh liên hợp với sự thay đổi trong hệ thống thần kinh tự động. Một cách giám sát sự thay đổi sinh lý kèm theo cảm xúc bởi một phương tiện máy móc gọi là Đa mạch đồ (Polygraph).

Mặc dù hệ thống thống thần kinh tự động gây nên sự thay đổi sinh lý kết hợp với cảm xúc, hệ thống này được sắp xếp bởi bộ óc. Đặc biệt khối dưới chất xám (hypothalamus) và một vài phần hệ thống limpic (limpic system) liên quan trong một số phản ứng cảm xúc như: nóng giận, gây hấn và sợ hãi (Pribram, 1981). Stanley Schachter và Jerome Singer đã đề nghị rằng cảm xúc bao gồm hai thành tố đối tác lẫn nhau: trạng thái đánh thức sinh lý và sự làm sáng tỏ tri thức của cái đánh thức ấy. Họ qui cho năng lực chúng ta hiểu được sự đánh thức gán cho những cảm giác tổng quát là những cảm xúc đặc biệt.

Vậy cảm xúc hay cảm thọ là ý thức được đánh thức qua sự thay đổi sinh lý vì phản ứng thần kinh não bộ do các kích thích hình ảnh của cảm giác, tư tưởng, hành động hay tình cảm bị va chạm.

---o0o---

(d).- Hành Động (Motivation):

Hành động là động cơ thúc đẩy hoạt động, được định nghĩa như là điều kiện xã hội, tâm lý hướng dẫn tư cách cá thể đến vài mục đích nào đó. Mặt khác, xu hướng (drive) là điều kiện sinh vật thực hiện chức năng hướng đích.

Theo Sigmund Freud cho rằng động cơ hoạt động là do hai lực (forces) của vô thức (Tàng thức): Một là lực thúc đẩy đến sự sinh tồn, sự sinh sôi nảy nở, và sự tự bảo tồn; thứ hai lực thúc đẩy đến sự tử vong và tự hủy diệt. Bởi vì cách thức mà con người thỏa mãn xung lực (sức đẩy tới) có thể mâu thuẫn với tiêu chuẩn đạo đức xã hội, những xung động này thường bị trấn áp và thăng hoa trong nhiều hình thức của tư cách.

Có những xu hướng căn bản về sinh vật như đói, khát, sinh lý, và có những động lực được học hỏi như nhu cầu cho thành quả và sự hội nhập. Cũng có những động lực cảm thọ như vui, khổ, giận, sợ, và bại.

Tổng quát, hành động thúc đẩy tư cách được dẫn đến bảo quân tình trạng sinh lý cân bằng (homeostasis) hay là môi trường bên trong bất biến và hướng dẫn đến kiến lập cân bằng cả hai bên trong và bên ngoài.

Tóm lại, Hành động là động cơ, xu hướng hay bản năng thúc đẩy thiết lập mọi hoạt động về tư tưởng, tình cảm hay cử động. Tất cả những động cơ, xu hướng đó dù do năng lực bên trong hay bên ngoài, dù do tâm lý, xã hội hay sinh vật có ý thức hay vô thức đều phải xuyên qua cảm quan hoặc các phần của cơ thể và đã thanh lọc thành những dấu hiệu được dẫn truyền đến thùy trước của lớp vỏ não cạnh chỗ nứt có liên quan sơ khởi đến sự điều chỉnh cử động tự ý gọi là thần kinh tự động. Vậy Hành chỉ là sự thể hiện do nhiều xu hướng hay động cơ thúc đẩy biến thành những dấu hiệu mà não bộ sản xuất những phản ứng thành những hoạt động ; do đó bản thân Hành chỉ là những hình ảnh dấu vết của các xu hướng, động cơ hay bản năng thúc đẩy sản sinh ra, nên Hành không có thực thể.

---o0o---

(e).- Tưởng (Memory, Preconsciousness):

Con người dùng ba cấu trúc tinh thần khác nhau để thiết lập ký ức: ký ức cảm giác, ký ức ngắn hạn (short-term memory) và ký ức dài hạn. Các nhà tâm lý tin rằng ký ức bắt đầu tại sự ghi chú cảm giác, một dữ kiện cảm giác thu nhận rất ngắn. Cảm giác vẫn còn kéo dài một giây sau khi ta tri giác và sau đó phai dần. Dữ kiện được tích trữ khoảng 1/15 giây, để rồi người ta có

thể giữ dấu vết của kinh nghiệm từ lúc này đến lúc khác. Nếu cá nhân bị xao lãng trí, và dữ kiện hoặc là rất khác với biến cố bình thường, hoặc là có ý nghĩa với cá nhân đó, thì dữ kiện ấy chuyển qua ký ức ngắn hạn, ở đây nó tích trữ chỉ trong một thời gian giới hạn.

Muốn giữ dữ kiện trong ký ức ngắn hạn, người ta cần sự nhắc lại. Sự nhắc lại bằng cách chú ý tích cực đến dữ kiện như là lập đi lập lại dữ kiện đó. Một thời gian gián đoạn sẽ hủy diệt dữ kiện ở trong kho ký ức ngắn hạn. Nhiều ký ức ngắn hạn nhạt dần trong khoảng vài phút. Quá trình chú ý giữ một vai trò rất lớn trong sự xác định dữ kiện nào được chuyển từ ký ức ngắn hạn đến ký ức dài hạn. Nếu dữ kiện không quan trọng hay thích thú, rất có thể chúng ta quên đi.

+ Ghi Lại Dấu Vết--- Tích Trữ--- Khôi Phục:

Khi những kinh nghiệm cảm giác thoáng qua được kết hợp, thì dữ kiện được thừa nhận dễ hơn nhiều. Chúng ta có thể nhớ lại một hình thị giác kết hợp với âm thanh (như chiếc xe hơi đang chạy: đầu máy nổ) dễ dàng hơn là hoặc máy nổ không, hoặc một chiếc xe không. Quá trình dữ kiện hỗn hợp gọi là ghi nhận dấu vết, hay là tiêu biểu hình ảnh (sự thay thế hình ảnh). Những nét đặc biệt thiết yếu của một vật hay mô hình được rút ra để cho sự vật có thể nhận thức sau này.

Ký ức ngắn hạn là tiến trình của truyền đạt tế bào thần kinh, trong khi đó ký ức dài hạn thường xuyên thay đổi trong những vùng tế bào khớp thần kinh, là tính chất vật lý của tế bào. Bộ óc cần thời gian để củng cố trước khi dữ kiện được tích trữ ở trong ký ức dài hạn. Có thể là, những tế bào thần kinh cần thời gian để thay đổi. Tài liệu ở ký ức dài hạn có thể được đem đến vào kho ký ức ngắn hạn, và sẽ không bị quên nếu sự suy tưởng bị xao lãng. Tuy nhiên, kho ký ức ngắn hạn có thể chỉ còn giữ một vài thứ mà thôi. Khả năng giới hạn này có thể góp phần giải quyết khó khăn cho những người có vấn đề. Con người có thể giữ lại, và quan sát một số dữ kiện trong một lúc mà thôi. Ở đâu, ký ức ngắn hạn cũng trực tiếp và dễ thêm vào, trong khi dữ kiện xác định đúng vị trí của ký ức dài hạn có thể chậm chạp và khó khăn. Tuy thế, khả năng của ký ức dài hạn thì hầu như bất tận. Một người có thể tận dụng ký ức. Không có giới hạn được biết mà con người có thể học hỏi được bao nhiêu.

+ Mặt khác, ký ức mới đối lập với cái cũ. Có hai loại đối lập: Một phải làm với món tích trữ và nhớ lại ; thứ hai phải làm với sự kiện mà những điều thu

nhận mới có thể thực sự làm méo mó, xuyên tạc hay chuyển đổi những ký ức cũ.

Vậy thì ký ức, tưởng nhớ, tưởng tượng hay mặt nạ thức là những hình ảnh được khôi phục lại, có cái trung thực, có cái sai lạc và ngay cả có cái tương tự lẫn lộn với hình ảnh đối tượng cũ, nhưng không phải đối tượng cũ. Đã là những hình ảnh cũ khôi phục lại tức là những ảo ảnh của đối tượng khiếm diện (kể như không có đối tượng).

Do đó Tưởng là ý tưởng so đo, tưởng tượng. chấp trước, lệch lạc và không có thực thể.

---o0o---

(f) Thức (Knowledge, Unconsciousness)

Alai da thức, Vô thức hay Tàng thức.

Thức là sự hiểu biết hay nhận thức. Sự hiểu biết là Quả, còn Nhân phát xuất từ Vô thức hay Tàng thức. Theo ý niệm của Freud về Trí vô thức rất đặc biệt khó mà giải thích trong những điều kiện đơn giản.

Đại khái, Vô thức gồm có tất cả ký ức, kinh nghiệm, hình ảnh, cảm tính và động lực mà chúng ta không thể tự ý đưa ra ý thức hay quan sát trực tiếp của chú ý. Chúng ta có thể định nghĩa bằng những thí dụ sau đây:

+ Chúng ta nhắm đến trần áp những kinh nghiệm không vui; nghĩa là chúng ta nhắm đến đặt những vật chướng ngại trên ánh đèn để nó không thể chiếu sáng một vài chỗ trên sân khấu mà chúng ta không thích nhìn. Những ký ức bị trần áp lúc đó, bị nhốt lại trong phần vô thức của trí chúng ta.

+ Chúng ta đã biết phản xạ và bản năng bẩm sinh tác động đến tư cách và tư tưởng chúng ta dù chúng ta ý thức hay không. Tim đập, phổi thở, hạch tuyến thượng thận bài tiết chất kích thích (hormones) dù ta biết hay không nó vẫn hoạt động. Chúng ta cũng không có ý thức của hoạt động của thần kinh về cảm thọ hay vận động ở trung tâm não bộ. Kế đó, diễn đạt bộ điệu, những cảm tính xúc động là một phần tiêu biểu của trí vô thức chúng ta.

+ Chúng ta cũng đã biết tích trữ những thứ trong kho ký ức dài hạn tùy theo một vài loại mà thôi. Chúng ta không thể nhớ lại nhiều kinh nghiệm thời thơ ấu vì chúng ta không xếp đặt chúng trong cùng loại ký ức mà chúng ta dùng

như là người lớn. Những ký ức ban đầu này là Vô thức bởi vì rất đơn giản là chúng ta không biết làm thế nào khôi phục chúng.

+ Kế đó, có những giấc mộng, và ánh sáng lóe lên trong tâm thức. Theo định nghĩa, chúng ta không ý thức trong chiêm bao, và giấc mộng thường khó đưa đến sự hiểu biết ý thức sau khi xảy ra. Freud nghĩ rằng giấc mộng hầu hết là thí dụ hoàn toàn của kinh nghiệm vô thức. Đối với vấn đề nội tâm, nó thường có tri giác một mô hình của vài loại. Nơi nào trí chúng ta đã có mô hình này tạo thành thì không có trong Vô thức sao?

Bây giờ đây, chúng ta đã tri giác một mô hình chính chúng ta. Cái mà Freud quy cho phần vô thức của trí chúng ta dường như bao gồm hai việc: Quá trình sắp xếp bởi phần dưới trung tâm não bộ, và quá trình sắp xếp bởi bán cầu não phải.

--- Dục Tình:

Trong lúc Freud hoạch định những vùng của Trí, ông cố xác định những phương pháp năng lực hóa, tập trung, di chuyển và ngay cả chặn lại ánh sáng lóe lên của ý thức.

Freud lựa chọn thân thể liên tục tạo ra năng lực tinh thần, cũng như máy phát điện liên tục sản xuất ra điện năng. Freud gọi năng lực tinh thần này là dục tình và ông tin rằng nó là lực thúc đẩy các khả năng của tất cả tư tưởng, tình cảm và tư cách của chúng ta. Sự xây dựng năng lực dục tình tạo nên trạng thái xu hướng đau khổ, nó ép buộc chúng ta trở thành hiểu biết một vài nhu cầu không được thỏa mãn. Lúc đó chúng ta nhắm tới tập trung vào những hoạt động sẽ cho chúng ta giải thoát năng lực đè nén đó và do đó mà giảm trừ được xu hướng. Như vậy năng lực dục tình tiêu thụ được kết hợp với niềm vui cảm giác, trong khi đó sự trấn áp năng lực dục tình hầu như luôn luôn dẫn đến áp lực đau khổ và lo âu.

---o0o---

--- Bản Năng Sinh Tồn (id) hay Bản Năng Xung Động:

Theo Freud, đứa trẻ sanh ra với tập hợp những xu hướng sinh vật và bản năng cơ sở là nguồn gốc của năng lực dục tình. Tập hợp các xu hướng bản năng, Freud gọi là Bản năng sinh tồn hay bản năng xung động (id). Những xu hướng này được sắp xếp ở trung tâm dưới não bộ, như hệ thống limbic và khối dưới chất xám. Như thế bản năng sinh tồn được chôn ở mực sâu nhất

của trí vô thức, xa cách thực tại ý thức. Freud tả bản năng sinh tồn như là một nồi lớn của sự kích động sôi nổi, nó không có cấu trúc nội tại hay tổ chức, nó hoạt động trong nhiều cách phi lý, và nó chỉ tìm niềm vui đến từ những năng lực đè nén bị tuôn ra.

---o0o---

--- Bản Ngã hay Cái Tôi (Ego):

Theo R.M. Goldenson, bản ngã là một nhóm của những chức năng tinh thần hay quá trình cho phép chúng ta tri giác, lý luận, phán đoán, chứa đựng những ký ức và giải quyết nhiều vấn đề khác nhau. Bản năng sinh tồn hiện diện ngay lúc sanh ra. Bản ngã phát triển chậm khi chúng ta học hỏi để được tinh thông những xung động, làm chậm lại niềm vui trực tiếp của những nhu cầu và sống với những người khác.

Bản ngã là một phần của nhân cách trong sự giao tiếp với thế giới bên ngoài. Phần lớn, bản ngã hoạt động trong phạm vi ý thức hay tiềm thức (ký ức: preconscious), nhưng nó bao gồm cả một vài quá trình vô thức. Giống như bản năng sinh tồn, bản ngã là chủ thể đòi hỏi của nguyên tắc ý muốn. Nhưng khi chúng ta trưởng thành, tự ý thức ảnh hưởng nhiều bởi nguyên tắc thực tại là đòi hỏi thực tế của sự sống hàng ngày. Tuy nhiên, vào dịp đó, bản ngã xé ra bởi những lực đối nghịch của ý muốn và thực tại. Nó thường giải quyết mâu thuẫn này bằng cố gắng thỏa mãn ước muốn bản năng (bản năng sinh tồn) trong những cách xã hội chấp nhận.

---o0o---

--- Bản Năng Đạo Đức (Superego):

Tuy nhiên, đối với nhân cách thì có nhiều hơn là bản năng sinh tồn, bản ngã, hơn nguyên tắc ý muốn và nguyên tắc thực tại. Bởi vì khi chúng ta lớn lên, những người xung quanh ta đòi hỏi chúng ta thực hiện luật lệ xã hội và những quy định. Muốn thế, chúng ta phải xây dựng một ý thức để giữ chúng ta khỏi vi phạm luật lệ và bản ngã lý tưởng mà chúng ta cố gắng đạt tới. Một phần cấu trúc của nhân cách này gọi là Bản Năng Đạo Đức và nhìn nó như là Bản Ngã được tách khỏi và bắt đầu hành động theo riêng nó.

Bản năng đạo đức phát triển chậm chạp và một cách vô thức trong năm đầu của đời sống, cũng như càng gia tăng bất chước tư tưởng và hành động của những người khác--- trước tiên là cha mẹ chúng ta. Trong thời thanh niên và

gần trưởng thành, bản năng đạo đức của chúng ta hoàn thiện nhiều như chúng ta tiếp xúc với người lớn (khác hơn là cha mẹ) mà chúng ta hâm mộ họ và giá trị của họ chúng ta nhận vào một phần hay toàn thể. Phần lớn, tiến trình xã hội hóa này xảy ra ở mức độ vô thức, như bản năng đạo đức thu được, khả năng phê phán, và giám sát cả hai bản năng sinh tồn và bản ngã. Bản năng đạo đức, do đó là tiếng nói vô thức, nó giúp chúng ta phân biệt được giữa điều tốt xã hội với điều xấu mà chúng ta không hiểu biết được tại sao làm như thế.

Chúng ta thử xem qua tiến trình phát triển của tư tưởng đứng trên phương diện tâm lý.

Lý thuyết phân tâm học về sự phát triển tư tưởng tập trung vào sự thay đổi từ tiến trình sơ khởi của tư tưởng tới tiến trình thứ hai của tư tưởng. Tiến trình sơ khởi là ngôn ngữ của vô thức, trong đó thực tại và hình ảnh tưởng tượng đều vô phân biệt. Bộ mặt tiến trình sơ khởi của tư tưởng thường thấy trong những giấc mộng. Ở đây những biến cố có thể xảy ra cùng một thời gian trong nhiều chỗ, những đặc tính khác nhau của con người và sự vật có thể kết hợp, những biến cố di chuyển tới lui trong một thời gian rất nhanh, và cái trong sự tỉnh thức không thể xảy ra dễ dàng. Tiến trình thứ hai của tư tưởng là ngôn ngữ của ý thức, tư tưởng và thực tại khảo nghiệm. Song song với sự phát triển tư tưởng là phát triển bản ngã, và sau này là phát triển của bản năng đạo đức. Với sự phát triển bản ngã, cá thể trở nên khác biệt nhiều, như là Cái Tôi (Self) từ nơi tạm trú của thế giới. Có sự giảm bớt thiên kiến chính mình, một sự gia tăng khả năng, gia tăng sử dụng ngôn ngữ, và có khả năng lớn hơn để tham gia sự kiện quan trọng và làm cản trở sự hài lòng. Sự phát triển của bản năng đạo đức lành mạnh được phản ánh trong một tập hợp thống nhất, mâu thuẫn, thông suốt của những giá trị, một khả năng chấp nhận ngọn gió của lòng tự trọng (chấp nhận bất chước mà không hủy bỏ khả năng tưởng tượng), và ý nghĩa của niềm kiêu hãnh trong ý định đã thực hiện được.

Về mặt duy thức, Bồ Tát Vô Trước (Asanga) đã xem Tàng Thức như là kho chứa tất cả những chủng tử hay nguyên nhân phát sinh của Thực Tại Kiến Lập. Thế giới duy thực phác tổ dựa trên một nguyên lý được thực hóa và xem đó là nguyên do cứu cánh của tất cả sự vượt được xem là thực hữu. Mặc dù Tàng thức được xem là nguyên nhân phát sinh của các hiện tượng giả lập, chúng ta không thể thực hóa nó thành nguyên nhân cứu cánh. Tàng thức chỉ là một nền tảng năng động tàng trữ các chủng tử nhận thức hay ấn tượng và đã lọc chúng trở lại trạng thái nhận thức hiện hành. Do đó mà trong hệ thống

Duy thức của Bồ Tát Vô Trước, Tàng thức được gọi là kho chứa các chủng tử và thành thực, nghĩa là làm các chủng tử chín muồi (thành thực) thành kinh nghiệm tri giác." Tàng thức được định nghĩa như là nguyên nhân phát sinh của tất cả các hiện tượng giả lập bởi vì nó luôn luôn hiện diện như là nguyên nhân của các hiện tượng này. Tuy nhiên, Tàng thức là một tiến trình chứ không phải là một thực thể ; Tàng thức chỉ là kho chứa các chủng tử nhận thức và ấn tượng này (chính chúng là quả của các hiện tượng tạp nhiễm)"...(TC Triết 1, Như Hạnh, tr 47)

Tóm lại Ngũ uẩn chỉ là hiện tượng giả lập, là quả do các chủng tử sinh ra từ Vô thức, Tàng thức, Tánh không hay Bản chất tùy thuộc vào nhiều yếu tố. Do đó, Tự tính của Ngũ uẩn vẫn là giả lập và tùy thuộc vào nhân duyên mà thôi.

Trên bình diện Không Gian, sự vật được nhìn thấy qua nhãn căn, thì hình ảnh của sự vật đó chỉ thực sự được thấy ở võng mạc của nhãn căn mà thôi. Hình ảnh sự vật được hội tụ qua lăng kính của nhãn căn từ sự vật bên ngoài không gian. Hình ảnh ấy tăng hay giảm tùy theo sự vật ở vị trí khoảng cách không gian gần hay xa đối với người xem.

Sự vật hiện hữu hay thực tại giả lập là do duyên khởi nên chúng thay đổi theo thời gian, tức là có sanh có diệt. Tự tánh giả lập của sự vật có sở hữu của Thể Tính Không (hư không) hay Tánh Không; và có Biệt Tính Không-- hình tướng riêng biệt của sự vật--là Tướng Không của chúng.

Thực tại giả lập, hay hữu thể do duyên hợp còn gọi là Báo Thân, thay đổi theo thời không, cho nên nó có sanh có diệt, có tăng có giảm.

---o0o---

B. TÁNH KHÔNG & GIẢ DANH HAY THỰC TẠI TÙY THUỘC

Cái trở nên được kiến lập do nhân duyên (căn trần) là cái Thức, là bóng dáng của đối tượng mà chủ thể nhận biết. Nhận thức sự vật gọi là cụ thể, được đi đôi với một tên gọi nào đó, không có tên gọi thì đối tượng không là gì cả. Sự vật được đặt tên không phải là đối tượng trực quán của chân trí. Như thế đối tượng của tri thức không là gì khác hơn là giả tượng. Do đó, sự vật mà ta tri giác do cảm giác (Căn trần, nhân duyên kết hợp) thêm kinh nghiệm (Thức) mà có tên gọi. Tên gọi của sự vật mà ta nhận biết chỉ là giả danh. Sự vật giả danh là do duyên khởi qua nhận thức của chủ khách. Đã Giả Danh (theo Ngài Long Thọ), duyên khởi thì sự vật nhận thức

đó không có tự tính hay là Thực Tại Tùy Thuộc (theo Ngài Vô Trước) hay là Tánh Không.

Từ sự vật được trông thấy bởi nhãn căn, đó chỉ là hình ảnh của sự vật, là Tướng Không của hình ảnh đó tùy thuộc vào sự vật duyên hợp (không hiện hữu tự nhiên). Sự vật được kiến lập tùy thuộc vào nhân duyên hay thay đổi (sinh diệt) thì tự tánh của chúng cũng là Không. Bóng dáng của sự vật thay đổi bởi quan niệm kết tụ do thọ tướng hành thức (lục dục thất tình) nên cá nhân nhận thức tốt xấu, thiện ác, màu sắc, sạch như v.v...

Cái Trở Nên là cái không thật có, cũng không thật không. Tự tánh tùy thuộc cũng nằm trong phạm trù Tánh không. Tự tánh tùy thuộc được thể hiện tướng sinh diệt do tác động thời gian thì có sinh có diệt, và quan niệm cá nhân chi phối. Thời gian ngưng chuyển, tức thì tự tánh tùy thuộc cũng tuyệt tích, vì nhân duyên không thể phát triển. Chủ thể (Ý) nhận thức được tướng không của sự vật tùy thuộc vào nhân duyên tìm ẩn trong tàng thức. Chủ thể và sự vật tùy thuộc vào nhân duyên mà tri nhận, nên sự tri nhận đó cũng không thật và chắc chắn. Tự Tính tùy thuộc của sự vật cũng là vô tự tính hay Tánh Không. Sự vật biến đổi (sinh diệt) làm cho hình ảnh của chúng mà con người trông thấy Sạch Như v.v.. tùy theo quan niệm cá nhân. Tự tánh tùy thuộc còn gọi là Hóa Thân.

---o0o---

C. TÁNH KHÔNG & TRUNG ĐẠO HAY THỰC TẠI TUYỆT ĐỐI

Tự Tính Tuyệt Đối là thực tánh hay chơn như của sự vật. Sự vật tùy thuộc vào tự thân chúng, nghĩa là không có tự tính giả lập hay tùy thuộc áp đặt lên chúng. Xét về Tánh, Tự Tính Tuyệt Đối là cái Thật Có, là Chơn Như, Niết Bàn, nó chính là nó. Xét về Tướng, Tự Tính Tuyệt Đối là CÁI CHỈ CÓ THẬT, không có gì ngoài nó, là CHƠN KHÔNG: chỉ có chơn không có vọng, Cái Bất Biến Thường Hằng.

+ Từ quan điểm KHÔNG GiAN, sự vật chiếm cứ Không Gian và Không Gian dung chứa sự vật là Một, nó chính là nó, không gì ngoài nó, không có gì áp đặt lên nó: VÔ KHÔNG GiAN.

Đứng trên nhận thức từ chủ thể, cái nhìn ngay nơi thực tại điểm của giác thức thì đã vượt khỏi không gian rồi. Điểm thì không có ba chiều; khi tập trung vào một điểm là đã phải phủ định tha tính (bên ngoài) của nó, chỉ còn

duy nhất một điểm mà thôi, và còn phải phủ định luôn nhận thức thực tại điểm giác thức đó nữa mới mong vượt khỏi không gian.

+ Từ quan điểm THỜI GiAN, sự vật tùy thuộc vào chính nó Tại Đó và Lúc Đó hay trong khoảnh khắc hiện tại: VÔ THỜI GiAN.

Không gian dựa trên bánh xe Thời gian để bành trướng chính mình vào khoảng không vô tận, nên khi không gian co rút đến cực tiểu, tức chỉ còn duy nhất có sự vật hiện hữu mà thôi, lúc ấy thời gian sẽ giảm thiểu đến cực điểm tuyệt đối (số không). Cho nên ta có thể nói rằng Tự Tính Tuyệt Đối của sự vật là hình thức của sự vật vượt khỏi thời không. Nói cách khác, khi chủ thể nhận thức, và sự vật bị nhận thức được tri nhận một cách tuyệt đối vượt khỏi nhị nguyên tính (chủ khách). Hình thức Tính Không (Không Thời Không, không Chủ Khách) là Hư Không.; mà Thiệt Hư Không là Tánh Giác vậy. Đây là tiến trình TRI THỨC ĐÚNG Cái Thực Tại Giả Lập hay Cái Thực Tại Bị Tri Nhận Sai Lầm. Tri Thức về Cái Tri Thức Sai lầm là Trở về CHÂN NGUYÊN, Thực Tính của Tri Thức hay Trung Đạo, hay Tánh Biết. Tánh Biết giải thoát mọi sự hiểu biết thường tình tức là hiểu biết sai lầm về thực tính của sự vật. Nhắc lại, Tánh Giác đức Phật giải thích: A Nan! Người phải biết trong Tạng Như Lai, Tánh Giác tức là Thiệt Hư Không, Hư Không tức là Thiệt Tánh Giác thanh tịnh bản nhiên, đầy khắp pháp giới.

Cả Vật lẫn Tâm đều có TÁNH KHÔNG.

Tự Tính Giả Lập hay Tùy Thuộc của sự vật là không thật.

Tự Tính Tương Đối của Tâm (Phàm Tâm) cũng không thật.

Chỉ Tự Tính Tuyệt Đối của sự vật là chơn thật, là Thiệt Hư Không.

Tự Tính của CHƠN TÂM là Thiệt Hư Không.

Theo sách Tử Thư Tây Tạng nói về một khía cạnh của Hư Không viết như sau: "Chân Ngã ở bình diện tối cao, nó giống như thực tại, nghĩa là y hết hư không, không thể nắm bắt được mỗi hiện tượng..."(tr105).

Tự tánh của Tâm hay Vật, Chủ Thể hay Khách thể đứng trên bình diện Vô Thời Không đều là Thiệt Hư Không; Thiệt Hư Không là Chơn Như của Tâm hay Vật, là Thực Tại Tính, là Niết Bàn. Chân tính của Tâm hay Chân Ngã và Chân Tính của Sự Vật đều là Thiệt Hư Không, mà Thiệt Hư Không là Tánh Giác mà Tánh Giác là cái Dụng của Chơn Tâm. Chơn Tâm là Tự Tính Tuyệt

Đối, là Thực Tại Tính Vô Thời Không là vượt khỏi nhân duyên, nhị nguyên đối đãi chủ khách. Vậy trực nhận bản tánh tự nhiên của Tâm cũng chính là trực nhận bản tính tự nhiên của sự vật. Tâm và Vật lúc bấy giờ là đồng Tánh Không.

Chủ thể nhận thức Khách thể giả lập sai lầm hay là nhận thức sai lầm về tự tánh khách thể, chỉ là nhận thức của phàm trí mà thôi. Nhận thức năng sở cũng là nhận thức không thật đúng, cũng sai lầm, đó là nhận thức bị ràng buộc của nhân duyên, và sự giả lập của sự vật. Đó là mấu chốt của luân hồi, khổ đau.

Cho nên Tri Thức Đúng là tiến trình nhận thức đúng được thực thể và giải thoát khỏi khổ đau ràng buộc bởi nhân duyên chằng chịt, sanh tử luân hồi.

- Tóm tắt, Tự Tánh Giả Lập là tự tánh không thật có trong thế giới mê vọng của Hư Không (TÁNH KHÔNG).

- Tự Tánh Tùy Thuộc là tự tánh không thật không, cũng ở trong thế giới mê vọng của Hư Không (TÁNH KHÔNG).

Tự tánh giả lập và tự tánh tùy thuộc là khi sự vật đó tự vượt ra khỏi chính chúng nó để vạch ra bóng dáng trong không gian. Đã vượt ra khỏi sự vật, là những bóng dáng chúng không còn là chúng nữa, là giả vọng mà thôi.

- Tự Tánh Tuyệt Đối là tự tính thực có trong thế giới chơn thật của Hư Không (TÁNH KHÔNG).

Tự tánh tuyệt đối là tự tính đó vượt khỏi Thời Không, nghĩa là không vượt ra khỏi chính nó, là Thực Tại Điểm của Giác Thức, tức là Trung Đạo.

Trung Đạo là nhận thức đầu nguồn của giác trí hay tri thức nguyên thủy. Thực tại điểm không có trong không gian và thời gian, mà nó có trong trí trong nhận thức của tâm. Nhận thức được đối tượng do tâm nên gọi là tâm thức hay giác thức. Khi giác thức trở về giác trí hay tâm trí là nguồn gốc phát sanh nhận thức (Thức trở về nguồn), thì Thức và Trí sum họp một nhà, không còn là hai nữa (năng sở song vong), không có gì ngoài tâm. Thực tại điểm không có khởi điểm cũng không có kết thúc.

Trung Đạo là nhận thức tha tính không tức phủ định nhận thức bên ngoài sự vật, và tự tính không tức là phủ định luôn chính sự hiện hữu của sự vật. Vậy

cái còn lại là gì? là cái khẳng định Tâm Không là trung tâm điểm của Hu Không.

Trung đạo, tự tính tuyệt đối hay thực tướng của vạn pháp đều có Tướng Không là không sanh không diệt, không tăng không giảm, không sạch không nhơ. Vì bản tính cố định của các pháp, chúng thuộc vào tự thân của chúng, không có tự tính giả lập hay tùy thuộc áp đặt lên chúng, nên chúng chính là chúng không gì ngoài chúng. Dung thể Không của vạn pháp và vạn pháp là một. Tánh không (hu không) tức nhiên không sanh không diệt. Tướng Không (Dung thể Không luôn luôn khấn khít với vạn pháp nên không thay đổi) thì không tăng không giảm. Chất thể Không (Hu Không) thì không tốt không xấu, không thiện không ác, và không sạch không nhơ. Tự Tính Tuyệt Đối còn gọi là Pháp Thân.

Đứng trên Duy Thức mà luận thì Nhận Thức một đối tượng là do Ý tác động của Tâm, nên gọi Tâm thức, nếu chuyển Tâm thức này thành Tâm Trí là Ý Tác Năng cũng của Tâm, vậy thì Nhận Thức vạn pháp một cách tuyệt đối chỉ là Tâm Không. Sự Nhận Thức chỉ là sự trao đổi hiện tượng do bản chất vận hành của tâm luôn luôn là như thế, không thay đổi hay cố định. Cho nên hiện tượng hay thay đổi theo duyên khởi, giả danh và huyền hóa trong khi chức năng của tâm thì vẫn như thế, nghĩa là cơ phận Ý Tác Động có nhiệm vụ tác động với đối tượng, và cơ phận Ý Tác Năng có nhiệm vụ là cung cấp tín hiệu, hai cơ phận này của tâm Ý Niệm Hóa đối tượng thành Tâm Thức và hoạt động theo dòng lưu chuyển luôn luôn như thế. Đó là chức năng không thay đổi của Tâm. Giống như một cái máy làm ra sản phẩm, chức năng bộ máy hoạt động theo chu trình không thay đổi, chỉ có sản phẩm được làm ra thay đổi tùy theo các loại vật dụng để làm sản phẩm. Điều đó chứng tỏ rằng Tâm (cái máy) với hai cơ phận (ý tác động và ý tác năng) hoạt động trường kỳ không bao giờ thay đổi; chỉ có tâm thức (sản phẩm) luôn luôn thay đổi theo đối tượng (vật dụng) mà thôi.

BA HÌNH THỨC TỰ TÍNH (Ba Chân Lý):

Tự Tánh Giả Lập: Không Thật Có;

Tự Tánh Tùy Thuộc: Không Thật Không;

Tự Tánh Tuyệt Đối: Thật Có, cái Tuyệt Đối.

Cả ba đều là Tánh Không. Không đi theo con Đường Bên Này: Không Thật Có (Giả Lập), và Không Thật Không (Duyên Khởi), mà đi theo con Đường

Bên Kia: Thật Có, Chơn Không, Niết Bàn tức là TRUNG ĐẠO: Con Đường của TÁNH KHÔNG, hay con đường GIẢI THOÁT, GIÁC NGỘ.

---o0o---

III. CHUYỂN THỨC THÀNH TRÍ

Cái Tâm là dòng tâm thức lưu chuyển từ đời này sang đời khác. Nó không có khởi đầu cũng không có chấm dứt vì sự nhận thức không đến từ sự bắt đầu hay không có nguyên nhân.

A). TÂM THỨC KHÔNG CÓ THẬT

Mỗi lần nhìn một trần cảnh là có một thức qua sự ghi nhận của Tâm. Hiện thức ấy chỉ xuất hiện lúc ấy và dứt liền ngay, thức ấy là chơn thức; qua 1 sát na thức ấy lập lại, đó là vọng thức chứ không phải là cái thức đầu tiên. Thấy một hình ảnh chiếc dép quăng trên cao rơi xuống, sau nhớ lại, ảnh thức (dép) sau là vọng là giả. Nếu cái hiện hữu ấy khi mới thấy liền biến mất ngay, nó sẽ hiện hữu (trong tàng thức) không bao giờ chấm dứt. Hiện tượng vô thường không phải đột biến, nó nối liền nhiều điểm li ti của sát na biến diệt liên tục. Những điều mà Phật gọi là vọng chấp mê lầm, với thuyết Tánh Không, chúng chỉ là những hiện tượng như huyễn như mộng. Đối tượng của của Tri Giác không là gì khác hơn là giả tượng. Bản chất của Tri Giác đã được cấu tạo bằng nhiều giả tượng như thế; chỉ khi những giả tượng này bị hủy diệt, bản chất Tri giác mới trở thành Chân Trí. Lúc ấy sự thể mới xuất hiện như là đối tượng hiện quán. Do vậy kết cấu của Tri Giác (Perception) được hình thành bằng những Cảm Giác (Sensation), kinh nghiệm hay quan niệm con người và va chạm của Ý Thức theo thời gian lập đi lập lại, chúng ta mới có Tri Giác rõ ràng. Cái Trí nhận thức về Tri Giác gọi là Tri Thức (Cognition); đó là theo danh từ trong Tâm lý học. Tương đương với danh từ theo Phật học thì Thức là Cảm Giác, Giác Thức là Tri Giác, Giác Trí là Tri Thức.

---o0o---

THẾ GIỚI HIỆN TƯỢNG CỦA TÂM

(Theo Shamar Rinpoche, Lục Thạc dịch):

"Trong sự nhận biết có hai thành phần: chủ thể nhận biết và vật được nhận biết. Hiển nhiên là có sự liên quan giữa hai bên, vì có hiệu ứng của các đối tượng trên Tâm. Đối tượng xinh đẹp sinh ra tham muốn, đối tượng không hấp dẫn gây ra ghét bỏ và đối tượng trung tính mang lại sự vô tâm. Vậy, hoặc tâm và các đối tượng có cùng tính chất chính yếu, hoặc có một liên hệ nhân quả giữa hai bên, như liên hệ giữa khói và lửa.

Phái Sautrantika đã nói rằng tâm muốn nhận biết một vật gì thì vật đó phải có cùng tính chất với tâm. Nếu đối tượng có bản thể là vật chất thì tâm làm sao có thể nhận biết? Tâm phi vật chất và vô tướng, tính chất của nó không thể diễn tả được, vì nó không có hình dạng, màu sắc hay cái gì khác. Do sự khác biệt hoàn toàn về tính chất và phi vật chất nên không có vấn đề liên lạc giữa hai bên. Thị giác không bao giờ có thể liên lạc với hình dạng, thính giác và các giác quan khác cũng không liên lạc với các đối tượng. Sự khác biệt về tính chất này cũng loại trừ liên hệ nhân quả. Hoàn toàn khác tính chất thì làm sao các đối tượng vật chất có thể xuất hiện như kết quả của tâm, hay làm sao tâm lại có thể được sinh ra bởi vật chất?

Vậy chỉ có một kết luận: đối tượng chính là tâm thức, như vậy những vấn đề trên không hiện hữu. Tuy nhận biết đối tượng vì chúng là sản phẩm của tâm, và tâm có thể sinh ra tâm. Thí dụ trong giấc mộng: nếu một người mơ thấy con ngựa, người đó có thể cảm nhận con ngựa, vì nó là vật do tâm tạo. Nó được sinh ra bởi tâm và có cùng tính chất với tâm. Cũng vậy, tất cả những đối tượng khác nhau và những cảm giác về chúng đều nạp vào dòng tâm thức đều do tâm tạo.

Nếu xét kỹ hơn chúng ta sẽ thấy thuyết thế giới vật chất được tạo bằng các hạt bất khả phân là không thể chấp nhận được, vì những hạt này không thể có thật. Một "nguyên tử" được định nghĩa là phần tử nhỏ nhất, tới mức không thể chia nhỏ hơn. Một vật có tính chất không thể phân chia được thì nó sẽ không có kích thước gì cả, nhưng như vậy làm sao các nguyên tử có thể gắn vào nhau để tạo ra những khối lớn? Vì không có kích thước, một nguyên tử không có bề mặt hay khía để một nguyên tử khác gắn vào nó, hoặc trực tiếp, hoặc bởi sự trung gian của lực nào đó. Các phần tử từ tâm, các khoảnh khắc tâm trí được coi là tạo nên tâm cũng có thể được phản bác bằng cách này. Vậy thuyết nguyên tử là vô lý.

Chúng ta khó có thể chấp nhận ý tưởng thế giới vật chất được làm bằng các hạt tử. Thí dụ, một cái nhà là tập hợp những hạt tử bằng đá, xi măng và những vật khác. Một đũa tre trên bãi biển xây một tòa lâu đài bằng những

hạt cát. Đối với tâm vô minh thì sự vật có vẻ như vậy, nhưng sự thật không phải như vậy. Tâm vô minh rối loạn, hay sai lầm thì giống như cái tâm trong mộng tưởng sự vật đang diễn ra là thật. Trong giấc mộng về một đứa trẻ xây lâu đài cát trên bãi biển, thì cả tòa lâu đài lẫn những hạt cát đều không có thật; chúng chỉ có vẻ là thật đối với tâm mê muội trong mộng, Cũng vậy, theo chân lý tuyệt đối thì các vật hình như làm bằng các hạt tử, nhưng theo chân lý tuyệt đối thì không có đối tượng của các cảm giác nào là có sự thật vật chất.

Khi nói về các đối tượng cảm giác, chúng ta phải nhớ rằng tâm cũng có khả năng riêng của nó với sự nhận biết này kiến lập ý niệm từ thông tin mà tâm nhận được qua năm khả năng cảm giác kia (nhãn thức, nhĩ thức v.v...). những đối tượng của tâm hay ý thức (thức thứ sáu) thì được gọi là "Pháp", một pháp trong trường hợp này được định nghĩa là một sự vật gì có thể nhận biết bởi khả năng tâm. Thí dụ sau đây cho thấy sự liên quan giữa một trong năm cảm giác và ý thức.

Khi trông thấy một cái ly, trước hết cái ly là một hình thể tự lộ diện với khả năng thị giác; nó được nhận ra một hình thể (nhưng chưa là một cái ly) bởi vì nhãn thức và nó được truyền tới ý thức như một pháp (một hiện tượng). Ý thức sẽ ghi nhận nó và tâm bắt đầu tiến trình loại trừ để có ý niệm về đối tượng cần được biết này. Do có kinh nghiệm quá khứ, tâm có thể nhận ra rằng hình ảnh mà nó nhận được không phải là một cái chén, một cái muỗng hay một cái gì khác, mà là một cái ly. Khi đã nhận xét và gọi tên đối tượng, tâm biết hình ảnh được truyền bởi nhãn thức là một cái ly.

Vậy ý thức và sự biết của ý thức có chức năng ý niệm hóa các vật đối tượng và cảm nhận chúng là vật này hay vật kia bằng cách phân biệt một vật với những vật khác. Ý thức cũng đánh giá các đối tượng, phán xét chúng là đáng ưa thích, không đáng hài lòng, hay trung tính, từ đó sinh ra những phản ứng tham muốn hay tránh né.

Sự nhận biết của năm cảm giác kia không liên can gì tới việc ý niệm hóa này, chúng chỉ biết về sắc, thanh, hương, vị, xúc. Vì vậy việc ý niệm hóa của ý thức chịu trách nhiệm cho sự cảm nhận thế giới quanh chúng ta. Thí dụ, cọp cái chỉ có tính chất hấp dẫn đối với con cọp đực, chứ không với một người hay một con vật nào khác, vì sự hấp dẫn đó phát sinh từ sự ý niệm hóa từ ý thức của con cọp đực.

Vậy, thế giới quanh chúng ta được vẽ lên bởi hoạt động ý niệm hóa của tâm.

- TÂM THỨC KHÔNG CÓ THẬT. Chúng ta đã nhận xét rằng không có vật chất nào hiện hữu độc lập, dù nó nhỏ như hạt tử hoặc lớn như quả núi. Vạn vật chỉ hiện hữu một cách tương đối, trong sự tương quan với những vật khác. Nếu có trái, ắt có phải, không có trái thì không có phải. Nếu không có nóng ì không thể có lạnh, không có dài không có ngắn, không có "ta" thì không có "người".

Do đó, nếu không có đối tượng biết thật, thì không có gì thật để biết đối tượng đó: Nếu đối tượng của cảm thức không có thật, thì tâm cảm nhận nó cũng không có thật. Những khoảnh khắc tri thức tạo nên tâm không có thực thể độc lập nào cả. Sự hiện hữu của những khoảnh khắc tri thức này tùy thuộc vào các đối tượng của chúng. Nếu không có âm thanh thì không có Nhĩ thức hay thính giác v.v...Thế giới bên ngoài được phát họa bởi sự biết bằng quan niệm hóa của ý thức, nhưng cả sự biết đó cũng không có sự độc lập nào của riêng nó. Cả sự biết lẫn đối tượng của nó đều không thật và không là gì khác hơn những sự phóng chiếu của tâm thức. Tâm là nguyên nhân của mọi sự vật, nhưng tâm không có thật theo ý nghĩa nào."

Trong cuốn sách "Đối thoại giữa Triết Học & Tôn Giáo của đồng tác giả Jean Francois Revel & Mathieu Ricard, do B/S Hồ hữu Hưng biên soạn", Mathieu cho rằng " Cái Ngã có hiện hữu trong giòng tâm thức của chúng ta hay không? Giòng tâm thức có thể chia thành những tư tưởng về Quá khứ, Hiện tại và Vị lai. Cái Ngã không thể là tổng số các thời liệu đó, vì lẽ nó không hề có vào bất cứ thời điểm đặc biệt nào. Quá khứ đã qua không còn nữa, làm sao cái tôi thuộc về Ký ức. Tương lai chưa đến, thì làm sao có cái Tôi được. Chỉ còn hiện tại. Để tồn tại, cái tôi cần phải có đặc tánh rõ ràng. Nhưng nó không có hình thể, màu sắc nơi chốn. Càng tìm, càng không tìm ra nó. Cái Tôi chỉ là một cái nhãn hiệu dán lên một sự hiện hữu liên tục. Nhận định như vậy giúp con người giảm nhẹ đi ý niệm xem "cái Tôi" như là một thực thể tối thượng bắt buộc chúng muốn những gì chúng ta thích và ghét bỏ những gì chúng ta không ưa. Cảm giác về cái Tôi đó khiến cho con người tách rời ra khỏi thiên hạ. Và cũng chính từ những tình cảm yêu ghét sai lạc đó, dấy lên những tư tưởng và tình cảm khởi điểm cho những lời nói và hành động đưa đến Đau Khổ. Khám phá bằng kinh nghiệm trực tiếp, bằng phân tích, bằng thiền định rằng cái "Ngã" không thật có, sẽ là một diễn trình đi đến giải thoát. Những phương cách đó thật sự hữu ích, nhất là có rất nhiều kỹ thuật để tác động lên tư tưởng, khiến ta không còn nô lệ chúng nữa." (tr 51, 52)

---o0o---

B). NHỊ NGUYÊN TÍNH

Chủ thể gồm có lục căn: nhãn nhĩ tĩ thiệt thân và ý. Lục căn là căn để chủ yếu tiếp xúc đối tượng ngoài và trong tâm, là nguồn gốc, là nhân khi có điều kiện gặp đối tượng, sinh ra cảm giác. Lục căn kết hợp với lục trần, là đối tượng, là duyên để tạo ra cảm giác hay là Thức. Thức này do căn Ý Tác Động với đối tượng vừa sinh ra chơn Thức hay Cảm giác thì đồng thời Ý Tác Năng ý niệm hóa nên ta liền có Tri giác hay gọi là Giác Thức. Thí dụ, khi ta thấy cô gái, đầu tiên mắt ta thấy một hình ảnh, chỉ thuần là một hình thể được hội tụ trong võng mạc của mắt mà thôi, sau đó được dây thần kinh truyền đến não bộ và ý thức (hay biết được hay Tri Giác) được cô gái. Sở dĩ Tri giác được cô gái là vì Căn Ý Tác Động tiếp xúc với cô gái chỉ nhận được hình ảnh thuần túy mà chưa biết được cô gái. Ý Tác Động chỉ ghi nhận, Ý Tác Năng hay Tâm bắt đầu chọn lọc để có ý niệm về đối tượng ghi nhận cần được biết này. Ý Tác Năng có sẵn trong Tàng Thức và Ký Úc (Kinh nghiệm) nên nó có thể nhận ra hình thể cảm giác ghi nhận là cô gái. Vậy Thức(Cảm giác) và Giác Thức (Tri giác) có chức năng ý niệm hóa đối tượng, nhận ra tên đối tượng qua kinh nghiệm cùng những đặc tính của chúng theo quan niệm con người.

Vậy, Chủ Thể (Lục Căn), Đối Tượng (Lục Trần) kết hợp nhờ Căn Ý (thường gọi là Ý Thức) mới sanh ra Lục Thức. Thức và Giác Thức còn gọi là Tâm Thức. Tâm thức này được hình thành bởi Nhị Nguyên Tính của Chủ Thể và Khách Thể.

---o0o---

C). CHUYỂN THỨC THÀNH TRÍ

1). Nhất Nguyên Tương Đối

Dòng tâm thức luôn trôi chảy không ngừng nghỉ vô thủy vô chung chạy dài theo thời gian và lăn trôi trong không gian vô tận. Dòng tâm thức ấy hiện diện trong quá khứ, ngay cả hiện tại và cả tương lai không lúc nào nó vắng mặt. Ở ngoại giới (không gian) hay trong nội tâm (tâm khảm) không nơi nào mà dòng tâm thức không bị ảnh hưởng. Sáu Thức ra vào sáu Căn, nhân đó có tham trước muôn cảnh tạo thành Nghiệp dữ (Vô minh), che khuất Bản thể Chơn như. Do ba độc (Tham Sân Si) sáu giác (Lục Thức hay Lục Tặc), nên chúng ta bị mê hoặc và rối loạn thân tâm, trôi giạt trong sanh tử luân hồi, lăn lóc trong sáu đường (Lục đạo: Thiên, Nhơn, A Tu La, Súc

Sanh, Nga Quỷ và Địa Ngục), chịu cảnh khổ đau. Nghiệp Thức như có hấp lực, lôi kéo Thân Khẩu Ý chạy theo Tâm viên Ý mã của mình. Tâm thức theo Thời Gian kết tụ. Dòng Tâm Thức bị chi phối bởi Nhị Nguyên Tính hay là sự lăn trôi của Giác Thức. Giác Thức là Vô Minh là Tâm Bất An. Muốn ra khỏi vòng kiềm tỏa của Vô Minh ta phải có Giác Trí cũng như ta muốn ra khỏi bóng tối (Vô Minh) thì phải có ánh sáng (Giác Trí). Làm sao đạt được Giác Trí?

Dòng Giác Thức (Tâm Thức) trôi lăn từng sát na liên tục. Trong Hiện Tại này ta không thể nắm bắt được. Dù cho ta nắm bắt được một điểm nào trên dòng Tâm Thức đang trôi chảy, thì chỉ là một điểm của Tâm Thức. Dù một điểm không có kích thước không có ba chiều đi nữa thì Giác Thức đó trở thành Nhất Niệm cũng còn nằm trong Nhị Nguyên Tính mà thôi (Chủ Khách, Căn Trần). Thấy cô gái dù thấy cô gái trong một sát na thời gian rồi ta duyên qua đối tượng khác, thì Giác Thức ấy cũng lưu lại trong Ký ức (Mạt Na thức và Tàng Thức). Vậy thì phải dùng Giác Trí (Ý Tác Năng) tri nhận Giác Thức nguyên sơ tại thực tại điểm của Giác Thức Đang Là. Vì lẽ nếu không nắm ngay khởi điểm của Giác Thức Nguyên Sơ thì Giác Thức của đối tượng mà ta ghi nhận đã huyền hoá rồi qua một sát na. Nên không thể nắm một điểm khác hơn là đầu nguồn. Nhị Nguyên biến thành Nhất Nguyên khi Chủ Thể và Đối Tượng hiệp lại làm một; nghĩa là Giác Thức đã được Tâm ý niệm hóa đối tượng là Cái Biết của Căn. Cái Biết ấy là do Tâm Biết nên gọi là Tâm Thức. Cái Biết của Trí do Ý Tác Năng, nó ở sẵn trong Tâm (Tàng Thức) và Cái Biết của Thức cùng một Tâm, cùng ở trong một nhà, cùng ở trong Không Gian của Tâm (Tâm Khâm), không còn hai bên, đối tượng và chủ thể, không còn khoảng không gian ngoài nào xen vào Giác Trí), cùng một cội nguồn, nên Giác Trí xóa hết dòng Tâm Thức, Vô Minh. Đó là thể cách CHUYỂN THỨC THÀNH TRÍ. Tuy vậy Giác Trí này cũng sẽ huyền hóa theo Thời Gian. Do đó Giác Trí Đang Là lưu chuyển mãi thành ra Tu Tướng, hay Trí Thức cũng còn bị ràng buộc của vọng tướng theo Thời Gian. Giác Trí là đạo lý Nhất Nguyên Tương Đối.

---o0o---

2). Năng Sở Song Vong

Căn Ý có hai phần, một phần hướng ra ngoài là Ý Tác Động với đối tượng thành Ý Thức hay Tâm Thức, phần hướng sâu vào trong có sẵn trong Tâm là Ý Tác Năng, khi ý niệm hóa Ý Thức hay Tâm Thức thành Ý Trí hay Tâm Trí. Lúc Ý Thức ở cùng chung một nhà với Ý Trí, thì Năng Sở đã song

vong, căn trần đã phủ định, là Thức được chuyển thành Trí rồi, tức Nhất Nguyên Tính Tương đối. Đó cũng là Pháp Môn Không Hai.

Thí Dụ:

Trong Kinh Duy Ma Cật (do Thích Huệ Hưng Việt dịch), Phẩm Vào "Pháp Môn Không Hai" được giải lý như sau.

Bấy giờ ông Duy Ma Cật bảo các vị Bồ Tát rằng:

- Các nhân giả! Thế nào là Bồ Tát vào "pháp môn không hai"? Cứ theo sở thích của mình mà nói.

Trong Pháp hội có Bồ Tát tên là Quán Tự Tại nói:

- Các nhân giả! "Sanh", "diệt" là hai. Pháp vốn không sanh cũng không diệt, đặng vô sanh pháp nhẫn, đó là vào "pháp môn không hai".

Bồ Tát Đức Thủ nói:

- "Ngã", "Ngã Sở", là hai. Nhân có ngã mới có ngã sở, nếu không có ngã thời không có ngã sở, đó là vào "pháp môn không hai"....

Bồ Tát Đức Đảnh nói:

- "Nhơ", "Sạch" là hai. Thấy được tánh chơn thật của nhơ, thì không có tướng sạch, thuận theo tướng diệt, đó là vào "pháp môn không hai".

Bồ Tát Thiện Túc nói:

- "Động", "Niệm" là hai. Không động thời không niệm, không niệm thời không phân biệt; thông suốt lý ấy là vào "pháp môn không hai"...

Bồ Tát Sư Tử nói:

- "Tội", "Phước" là hai. Nếu thông đạt được tánh của tội, thì tội cùng phước không khác, dùng tuệ kim cang quyết liễu tướng ấy, không buộc không mở, đó là vào "pháp môn không hai"...

Bồ Tát Thiện Ý nói:

- "Sanh tử", "Niết bàn" là hai. Nếu thấy được tánh sanh tử thời không có sanh tử, không buộc không mở, không sanh không diệt, hiểu như thế đó là vào "pháp môn không hai"v.v...

Khi đó Ngài Văn Thù Sư Lợi hỏi ông Duy Ma Cật rằng:

- Chúng tôi ai ai cũng nói rồi, đến lượt Nhân giả nói thế nào là Bồ Tát vào "pháp môn không hai"?

Ông Duy Ma Cật im lặng không nói. Ngài Văn Thù Sư Lợi khen rằng:"Hay thay! Hay Thay! Cho đến không có văn tự ngữ ngôn, đó mới thật là vào "pháp môn không hai". Chân lý thì không phải dùng ngôn ngữ mà được! Tuy vậy, nếu không có ngôn ngữ thì không thể mô tả chân lý. Ngôn ngữ là phương tiện để diễn đạt chân lý. Ngón tay chỉ mặt trăng. Từ ngón tay để thấy mặt trăng, chứ ngón tay không phải là mặt trăng!

* "Pháp môn không hai" là lý thuyết hướng dẫn làm thế nào nắm bắt thực tướng của sự vật tác động trong dòng tâm thức của chúng ta, là sự thấy biết đối tượng, là chánh kiến, hướng dẫn để trầm tư tĩnh lặng định tâm hay là thiền, đồng thời cũng hướng dẫn hành động trong sinh hoạt hàng ngày.

Không hai ở đây có nghĩa là không có chủ và khách, năng sở song vong, nhất nguyên tính hay là chân lý tương đối, là Tánh không.

---o0o---

IV. TỪ NHẤT NGUYÊN LUẬN TỚI THỰC TẠI TUYỆT ĐỐI LUẬN

A).NHẤT NGUYÊN TUYỆT ĐỐI

Khi đã đạt được nguyên lý Nhất Nguyên Tương Đối hay Vô Không Gian, Cái còn lại là phải tiến hành làm cho Giác Trí Đang Là đó không thể sanh Tư Tưởng vẫn vơ trong Tâm làm cho Tâm vẫn đục. Quá khứ, đã qua, bất khả đắc vì tiền ngữ căn không thể nắm bắt; tương lai chưa đến nên tiền ngữ căn cũng không nắm bắt được; còn hiện tại là Cái Đang Là, nó nói tiếp bằng những sát na sanh diệt, cũng không nắm bắt được; chỉ có Cái Hiện Tiền hay Sát Na Hiện Tiền, là một Thực Tại Điểm có thể nắm bắt được. Làm sao nắm bắt ngay cái ĐiểmThực Tại đó?

Diễn tiến Nhận thức Giác Trí Tuệ hay Thể cách Tri nhận Tự Tính Tuyệt Đối

Nhất niệm hay cái Thức nguyên sơ là Thực Tại Điểm trong tiến trình nhận thức khởi đầu của Giác Thức Đang Là, cũng là Nhị Nguyên tính của Năng Sở, Chủ Khách, Căn Trần;

Giác Trí là tiến trình tri nhận đầu nguồn của Giác Thức Đang Là, cũng là Nhất Nguyên Tính Tương Đối của Trí Thức hay Tư Tưởng. Nhất Nguyên là vì khi Ý Tác Động của Căn (Ý thức) tiếp xúc với đối tượng (thực tại giả lập), thành Giác Thức (hay Tâm Thức), lập tức được Ý Tác Năng (Ý Trí) ý niệm hóa Giác Thức thành Giác Trí (hay Tâm Trí). Tâm Thức và Tâm Trí cùng một Tâm. Thức chuyển thành Trí. Giác Trí Đang Là (hiện tại), dù nằm trong đạo lý nhất nguyên, nhưng nó cũng huyền hóa theo thời gian. Cái Đang Là là sự nối tiếp những điếm sát na sanh diệt liên tục. Dòng Giác Trí ấy trôi chảy làm cho Trí và Thức liên hợp sanh ra Tư Tưởng. Còn tư tưởng là còn có sự thay đổi, nên chưa phải là chân lý. Chân lý thì thường hằng bất biến. Do đó Giác Trí Đang Là thuộc diện tương đối;

Chân Trí hay Giác Trí Tuệ hay cái Trí Nguyên Sơ được nhận thức ngay nơi thực tại điếm khởi đầu tiến trình của động tác Giác Trí Đang Là, cũng là Nhất Nguyên Tính Tuyệt Đối của Năng Sở song vong và vô Thời Không. Vậy Chân lý tối hậu hay Tự tính tuyệt đối, hay đạo lý Nhất nguyên tuyệt đối là Nhận thức vượt Thời Không, là Tánh Giác hay Tánh Không. Không dùng Tư Tưởng suy nghĩ bàn luận mà dùng pháp môn không hai, hay nói khác đi là Thể hiện, là im lặng không dùng ngôn ngữ mà là Hành là Thiên. Đó là pháp "Bất Khả Tư Nghị", là Trung Đạo.

Tóm Tắt:

+ Phủ định nhận thức thực tại điếm của giác thức nguyên sơ là đạt đến giác trí;

+ Phủ định nhận thức thực tại điếm của giác trí nguyên sơ là đạt đến Giác Trí Tuệ;

+ Nhị Bội Phủ Định nhận thức Giác Thức Nguyên Sơ của sự vật để Khẳng Định nhận thức Tánh Không của chúng, đó là Nhất Nguyên Tính Tuyệt Đối, Chân Lý Tối Hậu, hay Trung Đạo, là hai giai trình Hàng Phục Vọng Tâm và An Trụ Tâm.

---o0o---

B).THỰC TẠI TUYỆT ĐỐI HAY CHÂN LÝ TỐI HẬU : VÔ THỜI KHÔNG

Đứng trên phương diện chân lý tối hậu, thì tự tính tuyệt đối của sự vật đều có tánh không. Nhắc lại, tánh Hư Không, đức Phật giải thích: A Nan! Người phải biết trong Tạng Như Lai, Tánh giác tức là thiệt hư không, Hư Không tức là Thiệt Tánh giác, thanh tịnh bản nhiên, đầy khắp thế giới... Vậy Thiệt Tánh giác hay Tự Tính Tuyệt Đối được xét theo hai khía cạnh sau đây:

1.- Không Gian

Cái không gian dung chứa sự vật và sự vật chiếm cứ không gian là một. Nói gọn là sự vật và dung thể không của nó là một. Chuyển Thức Thành Trí nên Thức và Trí là một. Sắc không khác không, và không không khác sắc. Cái chân lý thì nó chính là nó, không có tự tính nào áp đặt lên nó, không thể dùng ngôn ngữ, công ước để cưỡng ép lên tánh chất của nó. Nó là nó không có gì ngoài nó. Nó là dung thể không của sự vật nên nó không vượt ra khỏi sự vật. Theo Tử Thư Tây Tạng gọi là chân lý tự nó trống rỗng và trần trụi như Hư Không vô biên và không có tỳ vết. Đó cũng gọi là Chơn Không. Do đó Tánh giác là Thiệt Hư Không hay Hư Không là Thiệt Tánh giác. Tánh Giác là Chân Trí hay là cái dụng của Chơn Tâm. Vậy làm sao nắm bắt được Chơn Tâm? Phương pháp nào? Trong kinh Kim Cang, đức Phật dạy cách hàng phục vọng tâm:

- Độ tất cả chúng sanh vào vô dư niết bàn, mà không thấy chúng sanh nào được độ.

Độ: là làm cho giác ngộ, giải thoát mọi vọng tưởng giả lập để đạt thực tính.

Chúng Sanh: Tất cả các loài, sự và vật có tri giác hoặc không có tri giác ; là những thực tại giả lập hay tùy thuộc, là Giác Thức.

Vô Dư Niết Bàn: Niết bàn tuyệt đối hay tự tính tuyệt đối, là chơn không hay thiệt hư không.

Vậy câu trên có nghĩa là: Đưa tất cả các thực tại giả lập vào thực tại tuyệt đối mà không còn thấy các thực tại giả lập đó nữa. Đưa tất cả chúng sanh (Giác Thức) vào Vô Dư Niết Bàn (Giác Trí) mà không còn thấy chúng

sanh đó nữa (đã phủ định Giác Thức). Vậy muốn hàng phục vọng tâm, hành giả nên (Tâm) trực nhận thể không của sự vật và ngay đó liả tướng giả lập.(Ly bốn tướng:Ngã, Nhơn, Chúng Sanh, Thọ giả).

---o0o---

2. -Thời Gian

Ngay khi thể nhận thực tướng của sự vật liền liả ngay tướng không của sự vật. Cho nên trong kinh Kim Cang, Phật bảo Tu Bồ Đề cách thức an trụ tâm như sau: Khi chơn tâm được hiển bày (hàng phục được vọng tâm), thì phải gìn giữ chơn tâm bằng cách: Bồ Tát không có chỗ trụ mà bố thí, tức là không trụ vào Sắc, thính, hương, vị, xúc, pháp mà bố thí.

Trụ: là bám vào, dựa vào

Bố Thí: là ban bố, cho cái mình có, cái mình biết, xả bỏ. Muốn an trụ tâm Bồ Tát không bám vào tất cả chỗ mà phải xả bỏ xa liả chúng đi; nghĩa là không dựa vào các thực tại giả lập (Sắc, thính, hương, vị, xúc, pháp) mà phải xả bỏ cái mình biết là giả lập đó. Phật đã chỉ rõ về thân tướng không. Nếu hành giả không nương tựa vào đâu mà xa liả cái mình biết thì phước đức cũng như hư không. Cho nên thân tướng là thực tại giả lập (hay tự tính giả lập). Nơi nào có thân tướng là nơi đó còn có lòng gạt (không thật). Nếu thấy được tính cách không tướng của các tướng tức là thấy được Như Lai. Đó tức là nhận ngay thực tướng hay thể không của thân tướng. Mà muốn an trụ tâm thì phải vô sở trụ tức là không bám vào sắc, thính... mà phải xả bỏ ngay khi mình biết thực thể của sắc vì nếu trụ vào nó một sát na thì nó không còn là thật nữa.Sắc tức thị không, không tức thị sắc. Sắc tức thì biến thành không..., thời gian huyền hóa sự vật. Chân Trí (hay Chân Tâm) được hiển lộ ngay nơi đối tượng hiện quán. Bồ Đề Đạt Ma nói, Hiện tại là bồ đề, vì không có quá khứ đầy đau khổ và không có tương lai để gây thêm tội lỗi ; thì ngay bây giờ há không phải là bồ đề sao! Trong khoảnh khắc hiện tại, chân lý xuất hiện tại đó (không gian) và lúc đó (thời gian) mà thôi. Thực tướng được hiển bày ở trạng thái vô thời không, vì có thời gian chạy dài trong không gian thì mọi sự vật đều trở nên huyền hóa. Vậy muốn đạt được giác ngộ hay chân tâm thì phải theo hai cách: Hàng phục tâm và An trụ tâm.Đó là để đạt được chân lý tối hậu, là tự tính tuyệt đối, là chân tâm, là thiệt tánh giác hay là hư không vv... Nhân:Ung vô sở trụ thì quả: Vô sở bất tại.

---o0o---

C).VÀI THÍ DỤ VỀ SỰ GIẢI THÍCH TÁNH GIÁC

1).- Trung Đạo hay là Tánh Giác

Trong phẩm Văn Thù Sư Lợi thăm bệnh Duy Ma Cật ;

...Ngài Văn Thù Sư Lợi vào nhà ông Duy Ma Cật rồi, thấy trong nhà trống rỗng không có vật chi, chỉ có một mình ông nằm trên giường mà thôi. Khi ấy ông Duy Ma Cật chào rằng:

- Quý quá thay! Ngài Văn Thù Sư Lợi mới đến! Tướng không đến mà đến, tướng không thấy mà thấy.

Văn Thù Sư Lợi nói:

- Phải đấy, cư sĩ! Nếu đã đến thì không đến, nếu đã đi thì không đi. Vì sao? Đến không từ đâu đến, đi không đi đến đâu, hễ có thấy tức là không thấy. Thôi việc đó hãy để đó...

--- Tướng không đến: Tướng đến từ A1 để A2 theo thời gian huyền hóa tướng rồi. Động tác đang đến (tướng đến) nối tiếp những điểm sát na sanh diệt, không thể nắm bắt được. Ngay lúc đến là khoảnh khắc hiện tại ta nhìn thấy cái đến. Nhận thức ngay thực tại điểm trong động tác đang đến lúc đó và tại đó (một điểm ở sát na). Nên cái thấy đến thật là ở điểm đến hiện hữu đó mà thôi. Còn tướng đến từ A1 đến A2 (quá khứ), tướng ấy đã huyền hóa rồi, không thật. Thực Tại Điểm đó là Trung Đạo, là Tánh Giác. Tánh giác (thấy) đó ở trong trạng thái vô thời không. Cũng như thế, tướng đi, đi đến đâu (tương lai), cũng không thật, chỉ thấy cái đi ngay ở khoảnh khắc hiện hữu.

Do đó Văn Thù Sư Lợi đáp: Đã đến (quá khứ) thì cái đến không thật, đã đi thì cái đi không thật, đã thấy thì cái thấy không thật. Vì đến không từ đâu đến (không xác định), đi thì không đi đến đâu (không xác định), còn có thấy thì không còn thật thấy đối tượng đó nữa, Sắc tức thị không.

---o0o---

2). Pháp Môn Bất Khả Tư Nghị

Cũng trong Duy Ma Cát Sở Thuyết Kinh, Ông Duy Ma Cát nói:

"Ngài Xá Lợi Phất! Chư Phật và chư Bồ Tát có pháp 'giải thoát' tên là 'Bất khả tư nghị'. Nếu Bồ Tát trụ nơi pháp giải thoát đó, lấy núi Tu di rộng lớn nhét vào trong hột cải vẫn không thêm không bớt, hình núi Tu di vẫn y nguyên, mà trời Tứ thiên vương và Đạo Lợi thiên vương không hay không biết đã vào đây, chỉ có người đáng được mới thấy núi Tu di vào trong hột cải, đó là pháp môn 'bất khả tư nghị giải thoát'..."

Lại nữa, "Ngài Xá lợi Phất! Hoặc có chúng sanh nào ưa ở lâu trong đời mà có thể độ được, Bồ Tát liền kéo dài bảy ngày làm một kiếp để cho chúng sanh kia gọi là một kiếp; hoặc có chúng sanh nào không ưa ở lâu trong đời mà có thể độ được, Bồ Tát liền thu ngắn một kiếp làm bảy ngày, để cho chúng sanh kia gọi là bảy ngày..."

Đó là hai thí dụ tiêu biểu trong kinh trên về Phật và Bồ Tát khi đã đắc đạo thì các Ngài đã vượt khỏi thời không, đạt được chân lý tối hậu, có đầy đủ thần thông để thể hiện mọi sự biến hóa ở mọi cảnh giới, "Bất Khả Tư Nghị."

Phật và Bồ Tát đã Giác ngộ rồi thì thông đạt Thực Tướng của vạn hữu, tức là Tướng Không. Tướng Không của núi Tu di và Tướng Không của hột cải đều đồng một thể; đó là "vạn vật đồng nhất thể". Thí dụ, hình ảnh trong vòng tròn nhỏ với bán kính 1 mm ta vạch trên màn ảnh computer và ta phóng đại nó thành vòng lớn lên 1 dm, rồi ta thâu vào và giảm thiểu hình ảnh núi Tu di vừa trong vòng tròn đó. Ta dùng kỹ thuật điện toán để thiết kế hình ảnh sự vật theo ý muốn. Ở đây, Phật và Bồ Tát đã trực nhận Thực Tướng hay Tánh Không của sự vật, đã giải thoát khỏi sự ràng buộc của nhân duyên và vượt khỏi mọi hiện tượng và Sự Sự Vô Ngại, Chơn Không Diệu Hữu, đó là Bất Khả Tư Nghị.

Trong pháp giải thoát 'Bất Khả Tư Nghị', Phật và Bồ Tát đứng ngoài sự chi phối của thời gian nên có đủ năng lực kéo dài hay rút ngắn thời gian theo ý muốn. Như Bồ Tát có thể kéo dài 7 ngày ra làm một kiếp để cho chúng sanh kia gọi là một kiếp, hoặc Bồ Tát thu ngắn một kiếp làm bảy ngày để cho chúng sanh kia gọi là bảy ngày. Thí dụ như chiếu một cuộn phim của một vụ lúa mùa từ khi làm đất cày bừa chọn giống lúa, gieo mạ, mạ lên cao, cấy lúa, đến khi lúa chín, tới mùa gặt lúa, hoạt động của nông phu thu hoạch lúa v.v..., cả một mùa lúa như vậy hơn ba tháng, chỉ thu hình lại và chiếu ra chỉ ba tiếng đồng hồ mà thôi. Còn như một hình ảnh quang cảnh một người sắp

chết tại nhà thương diễn ra chừng 30 phút trước khi chết, ta có thể thu hình và quay lại thời gian dài hơn gấp mấy lần; có thể năm sau chiếu lại cũng còn thấy cảnh ấy. Thật là tuyệt diệu khi ta có kỹ thuật khoa học để biến đổi sự vật, một đối tượng vật chất thành dụng cụ (phương tiện) để phát huy sự sống của mình ở trong Không gian và Thời gian, nhưng chỉ ở bình diện hiện tượng mà thôi. Hiện tượng vật chất thì vô thường do Thời Không chi phối; luật sanh diệt đối với vạn hữu, và sanh tử đối với con người không thể tránh được. Riêng đối Phật và Bồ Tát đã vượt khỏi Thời Không nên chi phối được Thời Không có nghĩa là có thể vượt khỏi ràng buộc của luật sanh diệt. Sự biến hóa, thần thông là điều Bất Khả Tư Nghị của Chư Phật và Bồ Tát trong thế giới Giác ngộ, Niết bàn. Thường hằng. Cũng như chúng ta phát minh kỹ thuật khoa học tuyệt diệu trong thế giới hiện tượng vô thường.

Nghĩa 'Bất Khả Tư Nghị' có thể diễn dịch như sau:

- Nghĩa đen là Không Thể Nghĩ Bàn. Hiểu theo thường tình là Pháp Phật không thể nghĩ bàn được vì nó quá sức tư duy của con người, không thể tưởng tượng được! Nếu xét về chân lý tuyệt đối, thì pháp 'Không Thể Nghĩ Bàn' này là pháp diệt đoạn tư tưởng vẫn vợ, những suy tư vô ích hay là hý luận, mà phải thể hiện Giác Trí Tuệ.

---oOo---

D). CÁC LOẠI TRÍ

1- Trí Phân Tích

Qua không gian, nhìn từ trí phân tích, sự vật hay hiện tượng, hay thực tại kiến lập chỉ là quả của những chủng tử sinh ra, hoặc giả dùng thực nghiệm (thí nghiệm) bằng kỹ thuật khoa học, hoặc do suy luận mà phân tích các thành phần kết hợp thành sự vật hay hiện tượng. Như nước, phân tích thành ra Hydrô và Oxy, cái bàn thì do cây, đinh, sơn...hợp thành.

Dùng Trí phân tích phải trải qua nhiều giai đoạn suy luận, qua phân tích, qua thí nghiệm, hoặc qua tưởng tượng mà nhận diện được sự vật là không có thực thể mà do các thành phần khác tạo ra nó. Kỳ thực, trên mặt lý thuyết ta thấy cái bàn, nước ngay trước mặt thì cái gì không thật là chúng nó? Ta chỉ tưởng tượng rằng cái bàn, nước chỉ là giả lập vì dựa trên sự phân tích thì đúng như thế. Phân tích sự vật là tiến trình trở về quá khứ của chủ khách. Thời gian bất khả đắc.

2- Trí Phân Biệt

Cái nhìn từ Trí Phân Biệt qua Thời tính, ta thấy ngay và rõ ràng tính chất của sự vật.

Thí dụ: Ở T1 (thời gian) ta thấy ông A1, Ở T2 ta thấy ông A2 không phải là A1 nữa.

Nếu ta nhìn ông A từ thời điểm T1 đến T2 thì ông A đã biến đổi theo thời điểm (T2 - T1) ; ông A đã thêm (T2-T1) tuổi rồi.

Vậy ông A2 không thật là A1, và A3 không thật là ông A 2, cứ như thế tiệm tiến thành ra huyền hoá sự vật theo thời gian.

Dùng Trí Phân Biệt thì nhìn thấy sự vật chỉ là thực tại giả lập, huyền hóa hay tướng hoa đốm theo thời gian mà thôi. Đó là lịch trình huyền hóa sự vật qua Trí Phân Biệt. Phân biệt dữ kiện ở tương lai là thấy tướng giả lập của nó mà thôi, cũng là quá trình tri nhận của chủ khách. Thời gian bất khả đắc.

3.- Trí Vô Phân Biệt

(Trí Vô Phân Biệt hay Vô Thời Không): Vượt qua chủ khách, Tánh Giác (Hư không) hay Tâm trực nhận thể không của sự vật. Tánh không của Tánh Giác thể nhập hay đồng nhứt với thể không của sự vật, mà không qua tiền ngũ căn.

Nhìn một vật trong không gian, thật ra nhìn ảnh của nó ở nhãn căn, tức là thấy hiện tượng giả lập, vì phân biệt được ý thức (biết) vật đó qua cảm quan (chủ tri). Cái biết của cảm quan thì còn sai lầm, vì nhận hình ảnh của sự vật cho là sự vật. Còn như dùng Tâm trực giác (không do cảm quan) mà thể nhận ngay tánh không hay thể không của sự vật chiếm cứ không gian --- thì tánh không của (Tâm) trực giác và tánh không của vật là đồng một thể, thì có gì phân biệt nữa. Lúc đó Tánh không (Hư không) là thiệt tánh giác vì thiệt tánh giác là Hư không. Sở dĩ nói Thiệt Hư không là nói đến đồng thể của Tướng không của sự vật. Thể không của Trực giác, Tánh giác hay Chơn tâm hay sự vật đều thật là Hư không. Còn thể không của hình ảnh của sự vật trong võng mạc mà ta thấy là không thật là ảo ảnh. Cho nên Phật đã nói, Tánh Giác là Thiệt Hư không và Hư không là Thiệt Tánh giác là ý đó. Đó là Tánh Toàn Giác vì Tánh Giác có nhiều bực như Tánh Giác từng phần...

Tánh Giác toàn diện là Tự Tính Tuyệt Đối của Tâm, là Chơn Trí hay Chơn Tâm vậy.

---o0o---

E).TRUYỆN NÀNG BHADDA

(Trích trong tập Truyện Cổ Phật Giáo do N.H. Lộc chép)

Câu truyện này rất hay có tình có lý, diễn tả đầy đủ từ Lý Duyên Khởi, Thực Tại Giả Lập hay Giả Danh đến Thực Tại Tuyệt Đối, một triết lý cốt lõi của Phật Pháp về phủ định tính của vùng trời Sở Tri để nắm bắt Thực tướng của vạn hữu. Đó là Trung Đạo hay Tự Tính Tuyệt Đối tức là Chân Lý Nhất Nguyên, Tối Hậu.

Thuở xưa, tại Vương Xá Thành có cô con gái, con quan đại thần, nàng mang sắc đẹp lộng lẫy, thông minh và kiêu hãnh. Đến tuổi gieo cầu, không có vị vương tôn công tử nào lọt vào cặp mắt xanh của nàng. Vã chãng, con tạo vốn trớ trêu, nàng lại si tình một chàng trai vũ phu, có học nhưng lại là tên cướp khét tiếng, can tội tử hình, không có ai giúp đỡ cho nàng trước mỗi tình vô vọng ấy. Thế là Bhadda, tên nàng, nằm lăn trên giường bệnh.

Thương con, vị quan đại thần lo lắng chạy chữa thuốc thang nhưng thấy đều vô hiệu.

--- Cha ôi! Nàng nói thêu thào --- Buổi sáng con tim nó nói gì với cha?

--- Nó nói rằng, nó xót xa lắm con ơi!

--- Cha ôi! Buổi tối con tim nó nói gì với cha?

--- Nó nói rằng con ơi! Con đau thì nó cũng đau.

Yên lặng giây lát, một hạt lệ rỉ ra từ đôi mắt uyên ương, nàng thì thầm: Cha ôi! Con tim con cũng đau buổi sáng, buổi tối và cả ban đêm nữa. Thì ích gì những thuốc thang hử cha?

--- Phải rồi, ích gì những thuốc thang này khi con tim nó đau! Nhưng mà nó nói gì hả con?

Nàng Bhadda vói nhập đề như vậy, vói chuyển đề như vậy, rồi đưa vị cha già nua vào một chiếc thòng lọng:

--- Nó có tâm sự riêng của nó chứ, phải vậy không hả cha?

--- Phải lắm, nó có tâm sự của nó mà!

--- Vậy thì cha ôi! Nàng khóc lớn--- khi mà chiếc đao tử thần rơi xuống đầu Satthuka, tên cướp, thì trái tim con vĩnh viễn bị tử thương không bao giờ lành nữa!

Vị quan già nua thoát hiểm, đứng bật dậy, những sợi tóc dựng ngược trên đầu.

--- Con nói sao? Satthuka ư? Tên đại tướng cướp ấy? Và tim con...?

--- Phải! nàng Bhadda cứng cỏi đáp: Cha ôi! Sự sống của chàng chính là sự sống của con. Cha phải cứu chàng. Đôi mắt của vị quan đại thần đại diện như mê sảng giấy lát, nhưng vì thương con, trái tim ông xót xa rung động.

--- Nhưng mà con ơi! Sáng mai y lên máy chém rồi, ta làm sao cứu được?

Cô gái thấy cha mềm lòng, bèn ngồi dậy, đôi mắt xanh tươi cười, khẽ ôm chiếc đầu bạc phều của cha.

--- Cha yêu quý! Tiền bạc bước lọt dễ dàng vào các cửa đóng kín. Nó làm hữu lý những cái gì phi lý, nó là vị quan tòa vạn năng, tha tội tử hình dẫu đã bị tuyên án. Thương con, cứu con, cha chỉ quảng cho quý ăn một chút xíu linh hồn thôi mà! Vị đại thần rung giọt lệ, tự nghĩ: Dẫu có mất một nửa linh hồn để đánh đổi sự sống cho con thì cũng nên lắm, huống hồ là một chút xíu thôi.

Sau đó, ông lấy tiền bạc đút lót cho quan ngục, và lính áp giải, tên cướp Satthuka được thả ra một cách dễ dàng.

Bhadda trang điểm rực rỡ chói ngời bằng bảy loại ngọc nụ cười dịu hiền như đóa hoa nở trong cuộc gặp gỡ lần đầu với Satthuka. Tên cướp như mê đi, nhưng bảy loại ngọc trang điểm trên người nàng Bhadda lại càng làm cho y mê hơn. Đôi mắt của Satthuka không rời đi đâu được nữa. Một mưu kế thâm hiểm đã đến với hắn. Y nói:

--- Bhadda nàng hỏi! Vinh quang thay là những hạnh phúc bất ngờ này. Số mệnh của anh từ nay do em an bày. Em là Thượng Đế chí tôn của anh. Nhưng trước khi chung hưởng hạnh phúc, em hãy hứa khả cho anh được thỏa một ước nguyện chưa tròn.

--- Hãy nói đi! Sattuka! Con sư tử lông vàng của em. Bhadda hỏi lòng dạ, trái tim nàng như nở ra trong nụ hoa màu hồng thắm. Sattuka là tên cướp vũ phu nhưng có học, y hiểu tất cả những điều ấy bèn nói xa xôi:

--- Mỗi người có quyền có một tín ngưỡng, hay có quyền không có một tín ngưỡng nào phải thế không, nàng Bhadda trí tuệ?

--- Phải rồi Sattuka?

--- Như vậy mỗi người vốn có một vùng đất thánh ở bên trong tâm hồn hay ở ngoài tâm hồn. Cái đó là tự do thiêng liêng chứ, phải không Bhadda--- con mèo diêm lệ của anh!

--- Chí lý thay! Sattuka.

--- Cho nên đây là một tên cướp, nhưng cũng có một vùng đất thánh thiêng liêng để tôn sùng và ngưỡng mộ. Vùng đất ấy ở phía tây Vương Xá Thành, mọi người thường gọi là Hòn núi của kẻ trộm, nhưng đây là nơi tôn thờ vị tổ sư của các anh, vị tổ sư đạo tặc.

--- Và sao nữa Sattuka?

--- Trước khi bị bắt, anh có phát thệ như sau, kính lạy vị tổ sư chí thiêng chí kính! Con đang lâm nạn, Ngài hãy cứu con, Ngài hãy dùng mọi oai lực làm cho con thoát khỏi tử hình, con sẽ đến lễ tạ Ngài 100 con cừu, 100 dê, cùng vàng bạc 10 mâm, Bhadda yêu quý! Nếu thương anh, nếu muốn cùng anh chung hưởng hạnh phúc, em hãy giúp anh thỏa nguyện lời hứa thiêng liêng ấy!

--- Hãy thực hiện đi, Sattuka, lời hứa của anh chính là lời hứa của em. Vàng bạc không phải là hạnh phúc. Cái mà vàng bạc đánh đổi mới là hạnh phúc.

Sau khi triết lý ba hoa như vậy chàng cùng nàng mang lễ vật lên đường. Đến chân Hòn núi của kẻ trộm, Sattuka cho tôi tớ trở về, chỉ có chàng và nàng leo lên đỉnh núi cao. Suốt cuộc hành trình Sattuka chẳng có một lời thân ái với nàng. Đôi mắt của Sattuka như dán chặt vào bảy loại ngọc mà nàng trang điểm trên người. Cho dầu nàng mệt lã hoặc vấp té mà Sattuka vẫn không nhìn thấy hướng hồ là một lời vớ về an ủi. Một thoáng nghi ngờ khởi lên, Bhadda hỏi:

--- Sattuka, tại sao chàng lại cho chúng về? Vậy ai là người giữ cừu dê và vàng bạc?

Sattuka lăm lè không nói. Nàng đâu có hiểu rằng thủ hạ của y đã làm việc ấy. Đến đỉnh, sát một bờ vực Sattuka quay lại:

--- Bhadda hãy cởi áo ra!

Vị tiểu thư con quan đại thần mặt tái ngắt, nói không ra lời:

--- Sattuka! Anh...Anh định làm gì?

--- Làm gì nữa! Người ngọc tuy quý, nhưng không quý bằng bảy loại ngọc mà người ngọc đang mang trên người. Đừng hỏi nữa! Hãy cởi áo ra và gói tất cả đồ trang điểm ấy lại.

Đến đây thì Bhadda không còn lý do gì mà không hiểu, nhưng nàng cũng hỏi:

--- Sattuka, em có lỗi gì với chàng? Phải chăng yêu chàng là một cái tội hờ Sattuka? Bảy loại ngọc này...

--- Nàng tưởng ta mang bảy loại ngọc đó là để cúng dường vị tổ cướp thiêng liêng ở núi này chăng? Thông minh như nàng mà cũng có lúc ngu si mù quáng vậy thay; vị tổ sư cướp thiêng liêng ấy chính là ta đây Ha, ha, ha...

Bhadda với tình yêu chết ngắt trong lòng: Sự thông minh bừng sáng nơi nàng như mặt trời vừa ra khỏi hang thẳm tối tăm. Trần tình phi thường, nàng nói:

--- Vậy thì Satthuka chàng hỏi! Bảy loại ngọc này phần nào của chàng và phần nào của em?

--- Của ta hết.

Bhadda giả vờ nhìn Satthuka một cách đăm đăm rồi ngay dại, rồi thở dài nói:

--- Vậy thì chàng hỏi! Dầu thế nào em cũng yêu chàng cho đến chết. Trước khi vĩnh biệt anh hãy cho em thỏa một ước nguyện cuối cùng.

--- Hãy nói đi--- Tên cướp bực bội nói lớn: Hãy nói đi cô gái si tình ngu ngốc kia. Nói rồi chết.

Bhadda cất giọng thản nhiên:

--- Chàng hãy cho phép em hôn chàng với nguyên vẹn bảy loại ngọc trang điểm trên người.

Satthuka cười nhạt:

--- Thôi nhanh đi!

Thế là nàng thực hiện được mưu kế. Nàng ôm hôn Satthuka đầu như ôm cục đá cũng phải tỏ ra dịu dàng âu yếm. Nàng hôn mắt, hôn má, rồi lần lượt hôn đến tai đến gáy, phía sau lưng. Dù là tên tướng cướp đã mất hết nhân tính, nhưng sự vuốt ve vòng tay thơm hương của người ngọc, cũng làm cho y ngây ngất. Lợi dụng cơ hội hiếm có ấy, Bhadda dùng hết sức bình sanh đẩy tên cướp xuống vực thẳm trước mặt. Satthuka biết ra thì đã muộn rồi. Thân thể to lớn của y băng băng rơi xuống và đập đầu vào đá, cây vọng lên như tiếng núi và một hồi chẳng còn tăm hướng rồi đòi một tên cướp.

Một vị thiên trên núi chứng kiến từ đầu đến cuối câu chuyện, cảm thán thốt lên bài kệ:

Mưu kế tự mưu kế

Kẻ ác phải đền tội

Nhân quả lạnh lùng thay,

Biết chẳng thế gian hời!

Nàng Bhadda thấy lòng mình nguội lạnh như đóng tro tàn. Nàng ngộ: Vô vọng, dối trá, và rỗng không thay là lòng người--- là tình yêu! Trái đắng và mật đen đã quyện lên đầu lưỡi ta. Đời người vui ít, khổ nhiều. Từ rày, ta không còn mặt mũi nào trở lại gia đình nữa.

Từ núi cao, quên bằng ngoại giới, nàng chìm trong tư duy suốt mấy ngày đêm. Từ núi cao, cuộc phẫn tĩn kỳ lạ đã chuyển hướng cuộc đời nàng. Bình minh hôm kia, nàng đứng bật dậy như loài mãnh sư sau giấc ngủ ngàn năm, nàng quăng bỏ y trang ngọc ngà châu báu, khoác manh áo vải tầm thường tìm thầy học đạo.

Đầu tiên nàng đến một nhóm khổ hạnh phái Ni Kiên Tử

--- Hãy cho tôi xuất gia!

Chúng tò mò nhìn cô gái trẻ tuổi dáng dấp tiêu thư khuê các một hồi rồi nói:

--- Phép tu khó lắm, nữ nhân tay yếu chân mềm như nàng làm sao kham nổi cuộc đời gió mưa khổ ải?

--- Tôi kham nhẫn được.

--- Đến mức độ nào?

--- Vào hạng tối thượng!

Nhóm khổ hạnh sư thấy vẻ mặt đanh rắn, ẩn tiềm một nghị lực sắt thép của nàng, bèn chấp thuận. Vì nàng xuất gia vào hàng tối thượng nên chúng đã nhổ từng sợi tóc của nàng thay vì cạo bằng nữa.

Y áo rách rưới, mặt mày chân tay đầy máu me và bùn đất ; nàng bắt đầu học hỏi giáo lý và thực hành Con đường thoát khổ với ý chí tối thượng. Tuy thế, một thời gian sau không còn học hỏi gì ở đây được nữa, các bậc thầy của chúng bất lực và bối rối trước những câu hỏi của nàng.

--- Chẳng có gì đặc biệt - nàng nghĩ. Cái mớ giáo lý lẫn thực hành này chỉ đưa đến rỗng không và hạ liệt, nó không rành rẽ cho kẻ trí, nó chỉ rành cho kẻ ngu.

Từ đây nàng Bhadda lang thang từ xứ này đến xứ khác để tìm kiếm, tham vấn các bậc minh sư. Nàng xuất hiện trước họ như những gì sâu sắc của trí tuệ, nói thẳng vào những tối tăm và ngu dốt của giới Bà La Môn truyền thống và kinh viện. Không ai tranh luận nổi với nàng. Có những đồng cát được nàng vun lên rồi cắm ở đây một nhánh diêm phù đề (nhánh dương liễu) trên lối vào các thành. Đây là dấu hiệu thách thức khiêu chiến, luận tranh của nàng đối với thiên hạ đạo học.

Suốt một tuần như thế, nhánh diêm phù đề vẫn sừng sững ngạo mạn. Chẳng có vị giáo chủ minh sư nào dám nhổ lên để chấp nhận cuộc luận chiến này.

--- Ở đây không có người - nàng nghĩ "Ôi! Thiên hạ mênh mông nhưng đâu là bậc thầy tối thượng, soi sáng con đường thoát khổ cho ta?"

Thế rồi, Bhadda lại nhổ lên...đi phương khác, trên lối đi vào thị trấn, làng mạc, xứ này, xứ kia, nhánh diêm phù đề của nàng vẫn nghiễm nhiên bất khả xâm phạm.

Đã ngày tháng tuyết sương mòn mỏi, hôm kia nàng đã du hành Xá Vệ. Đức Thế Tôn lúc đó đang thuyết giảng tại tịnh xá Kỳ Hoàn, chúng đệ tử vây quanh. Buổi sáng tôn giả Xá Lợi Phất đắp y mang bát đi vào cổng thành. Thấy nhánh diêm phù đề trên đồng cát trên cao, Ngài dừng chân lại.

--- Của ai thế? Ngài hỏi một người.

--- Của nàng Bhadda, một khổ hạnh Ta Bà Ni Sư tối thượng. - Người ta trả lời.

Tôn giả đa mắt tìm kiếm, không bao xa dưới cội cây một Ta Bà nữ đang ngồi kiết già, với gậy với bát bên chân, dung sắc phi phạm, cao ngạo lạnh lùng.

Có xứng đáng cho ta nhổ nhánh cây để tranh luận chẳng? Ngài Xá Lợi Phất thầm nghĩ- Nhưng mà được gì? Ích lợi gì? Giáo lý tối thượng này không phải để luận chiến, đấu khẩu hơn thua tại các ngã ba đường, nơi chợ búa, nơi đám đông. Giáo lý này, giáo lý vô dục, tịch tịnh chỉ để dành cho nhân duyên, kẻ có tai, mắt và trí tuệ. Nghĩ xong, tôn giả bước đi. Những kẻ hiếu sự xung quanh la lên:

--- Đệ tử ông Thích Ca Đại Sa Môn thua rồi!

--- Ta Bà Ni Sư khổ hạnh nghiêm nhiên vô địch

Vẫn không quay lại, Tôn giả Xá Lợi Phất cất giọng điềm đạm với đám đông: Chưa có ai dám đánh bại ta về tư tưởng, kiến thức, trí tuệ...lần sở chứng... cho đâu là các bậc minh sư, giáo chủ...cho đâu là vua quan, chư thiên, Phạm thiên...huống hồ Ta bà Ni này. Trên trời dưới đất, duy nhất chỉ có Đức Tôn Sư của ta là bậc thầy ưu việt và tối thắng. nhưng thật rộng không và vô vị là những cuộc tranh luận, khẩu tranh, được danh và mất danh này chỉ tự ta biết là ta thắng hay bại mà thôi.

Tôn giả dươn chân bước đi, nhưng Ngài phải dừng lại. Nàng Bhadda đã để ý đến vị Sa Môn trẻ tuổi từ khi Ngài xuất hiện. Nàng nghĩ: Chẳng có ai mang vẻ đẹp khác phàm và thanh thoát đến thế! Chàng Sa Môn trẻ tuổi này đã làm cho ta bị nhiếp phục bởi dung mạo, dáng đi, cử chỉ. Lại càng bị nhiếp phục hơn bởi thái độ và ngôn ngữ. Vậy thì người này, đáng này phải có một trí tuệ phi thường?

--- Dừng lại, ông Sa Môn! Nàng nói-Nếu ông không tự ý nhỏ nhánh điềm phù đề luận chiến thì tự ta thách thức một cuộc luận chiến vậy.

--- Để làm gì hỏi Ta Bà Ni Sư?

Bhadda cất giọng như tiếng vua loài chim giữa núi cao:

--- Nay chàng Sa Môn đáng kính trọng, ta khao khát tri thức và hiểu biết, lại càng khao khát hơn là những tri thức và hiểu biết dẫn đến tịch lặng và chân phúc. Nhưng đã mòn trán, ta bà khắp thế gian, chưa ai cho ta một câu trả lời đúng đắn, hoàn hảo, chỉ là những tri thức phù phiếm rộng không dẫn đến ngu độn và hạ liệt. Ở nơi tôn giả, ta thấy toát ra cái gì khác thế, biết đâu đó là hào quang trí tuệ thượng đẳng? Ta cần biết, vậy hãy luận tranh cùng ta,

Tôn giả Xá Lợi Phất tự nghĩ: Nghe nói rằng tri thức cùng lý luận của nàng như lưỡi dao sắc nhọn đi đến xứ này xứ khác như chỗ không người. Đức Thế Tôn đã giáng thế, khi mặt trời vừa lên, không còn ai mà cầm đèn đi giữa ban ngày. Vậy hãy nhiếp phục nàng. Đặt nàng vào chánh đạo. Đặt nàng vào quy giới. Đây cũng là lợi ích cho nàng, tăng trưởng đức tin cho tứ chúng và thấp lên ngọn đuốc trí tuệ của giáo pháp thù thắng vô địch.

Thế là tôn giả Xá Lợi Phất cho nhỏ nhánh diêm phù đề, bá cáo một cuộc tranh luận sẽ khởi vào buổi chiều.

Nàng Bhadda nghĩ rằng cuộc luận chiến sẽ không mang lại kết quả nếu như không có sự tham dự đông đủ của Sa Môn, Bà La Môn, các tầng lớp gia chủ, trưởng giả cùng quần chúng hâm mộ. Vả chăng đại danh đệ tử trưởng của Phật cùng với lời đồn đãi về Ta Bà Ni Sư khổ hạnh đủ để tạo một cơn lốc hiếu kỳ râm rộ.

Với đại ý ngang vai, tôn giả Xá Lợi Phất xuất hiện giữa đám đông như ngôi sao rực rỡ, vàng chói, khuôn mặt bình an, tự tin đến độ làm cho nàng Bhadda phải rung động.

Lần đầu tiên nàng cảm thấy sợ hãi trước một đối thủ trẻ tuổi. Tuy thế nàng đã trấn tĩnh kịp thời, lấy lại bản lãnh để đi vào cuộc tranh luận có một không hai này.

--- Thừa tôn giả, nàng nói --- Trước tiên tôi xin được hỏi cuộc tranh luận này lập ngôn ở đâu? Lập ý ở đâu? Lập nghĩa ở đâu? Xin Ngài cho biết?

Chỉ một câu hỏi mở đầu, đám đông quần chúng đã nín thở, hồi hộp. Chỉ một câu hỏi người ta đã tiên liệu cuộc đụng độ sẽ hào hứng cho tri thức và luận lý dường bao. Chàng Sa Môn kia quá trẻ tuổi, quá non nớt, sợ rằng chỉ một câu này thôi chàng sẽ xin rút lui, đầu hàng vô điều kiện.

Nhưng kìa. Khuôn mặt vị Sa Môn vẫn bình an tự tại và dường như trên môi có thoáng nụ cười.

--- Nay Ni Sư khổ hạnh -Tôn giả Xá Lợi Phất chậm rãi đáp--- Bản đạo xin được trả lời.

--- Ngôn lập tại ý, ý lập tại nghĩa, nghĩa lập tại ngôn. Nó tương quan, lập, duyên khởi lập. Cái này sanh thì cái kia sanh, cái này diệt, thì cái kia diệt, thừa bà.

Ồ! Mọi người chột reo lên một tiếng thoải mái, bởi câu hỏi dường như kiêu kỳ, tối tăm, khó hiểu. Câu trả lời không những chính xác mà làm cho câu hỏi trở nên sáng nghĩa hơn. Nàng Bhadda giật thót mình, nàng không thấy một khe hở nào, dầu chỉ bằng sợi tóc để đả phá nó. Tuy thế, sẽ tung ra những câu hỏi hóc búa, không có đường mà đón đỡ, nàng nghĩ:

--- Tôn giả đã đáp rất tuyệt vời--- nàng nói--- Vậy giờ xin được hỏi:

--- Tôi đang hân hạnh nói chuyện với ai đây? Đó là câu hỏi thứ hai.

--- Câu hỏi này đáng lý bản đạo không trả lời--- Ngài Xá Lợi Phất nói--- vì nó thuộc lý luận, phù phiếm luận, không đưa đến yêm ly giác ngộ thắng trí, niết bàn. Nhưng Ta Bà Ni Sư đã hỏi, bản đạo sẽ trả lời cho tuyệt bật mọi tư duy tương tự, làm cho rỗng không mọi tri thức xa rời mục đích thực tế của Sa Môn hạnh. Mọi câu hỏi đi sau cũng thế. Nàng Bhadda! Bây giờ bản đạo xin được vào câu trả lời. Người ta gọi bản đạo là Xá Lợi Phất! Hãy nghe cho kỹ đây! Giáo pháp của đức Thế Tôn soi rọi cái rỗng không của các pháp, dấu tâm hay vật, làm cho vô tự tính mọi thực tại tính, làm cho vô ngã tính mọi hữu tồn đều là Atman, Brahman hay đại ngã. Hãy nghe cho kỹ đây!

Giáo lý ấy không trườn uốn như con lươn, không chẻ sợi tóc làm tư, không sợ kẹt trên ngôn ngữ rằng đây là thường kia là đoạn, giáo lý ấy dành cho người tu chứng, kẻ có trí nghe ắt hiểu. Hãy nghe cho kỹ đây! Không những là Xá Lợi Phất, cái tên gọi giả danh nhằm chỉ vào cái thực. Nhưng mọi cái thực ấy, đều là Sắc, Thọ, Tưởng, Hành, Thức phải được nhìn cho rõ ràng bằng trí tuệ như thực, như chơn là nó không phải ta, không phải là ta, không phải của ta, không phải tự ngã của ta. Nay nàng Bhadda! Câu hỏi của nàng thuộc lý luận rỗng không phù phiếm, câu trả lời của bản đạo đã đặt chúng trên thực tế, chánh đạo, hãy nghe và hãy thọ trì.

--- Chưa ai dám tự tin như thế Nàng Bhadda thăm nghĩ. Người này đã có sẵn những cái kết luận ở đâu đó, như từ một kho tàng, bây giờ chỉ việc đưa ra, không cần dựa theo một suy luận nào đó của sở tri. Tuy thế mọi khe hở đều được bịt kín. Ý có tu chứng của mình. Vậy thì ta sẽ hỏi ngay nơi cái thực ấy.

--- Nay ông Sa Môn! Câu trả lời của ông chẳng phải xa lạ gì. Ta đã từng nghe những con vẹt cũng đã hét lên như thế, chỉ có điều ông tự tin và vững chãi hơn, do ông có cái thực ở nơi sự tu chứng của mình. Hãy nghe đây! Bây giờ ta sẽ hỏi ngay chính nơi cái thực ấy. Hy vọng rằng ông không trườn uốn như kiêu là không phải ta, không phải của ta. Hy vọng rằng ông trả lời khác, giản dị và uyên áo hơn. Hãy nghe đây! Đây là câu hỏi thứ ba. Cái thực ấy còn bị định luật nhân quả chi phối hay không, còn bị định luật nhân quả chi phối? Hãy trả lời ngay đi. Hãy trả lời mà đừng hủy hoại ngôn ngữ, như dao chém nước.

--- Này nàng Bhadda!--- Tôn giả Xá lợi Phất vẫn kiên định như phong thái của con mãnh sư--- chẳng cần phải lớn lối như thế. Hãy nghe đây, nếu cái thực ấy mà còn định luật nhân quả chi phối thì cái thực ấy chỉ là khổ đau, nhiệt não, tử sanh. Nếu cái thực ấy không còn bị định luật nhân quả chi phối thì đồng nghĩa với hư vô, cái không thực hữu, cái vô tự tính, cái ngoang không niết bàn.

Này nàng Bhadda, hãy nghe đây! Đây là cái dao chém nước như nàng muốn. Cái thực ấy là cái sáng suốt, mặt trời đại huệ. Cái thấy từ tâm, trí, tư tưởng trí mà có, từ tuệ, tuệ minh, cái tuệ minh ấy nó có trong tâm của bậc giác ngộ, bậc A La Hán, kẻ đã đoạn tận lậu, hoặc giải thoát khổ đau và phiền não ; này nàng Bhadda cứ như thế mà thọ trì!

--- Chưa thể thọ trì được--- Ta Bà Ni chột hét lên như con thú bị tử thương--
- Ta chưa chấp nhận điều ấy, hỏi ông Sa Môn đại ngôn kia. Hãy nghe đây! Đây không phải là câu hỏi thứ tư mà đây chỉ là phản vấn. Ông nói rằng có một cái tuệ minh, xin lỗi tôi có lầm chăng, một cái tuệ minh? Vậy thì giáo lý vô ngã, vô tự tính của Đức Tôn Sư của ông sẽ không còn chỗ đứng, bất khả lập, bất khả thuyết, và nó đã mâu thuẫn tự tiền căn? Vậy phải trả lời làm sao cho kẻ học nữ Ta Bà khổ hạnh này: một giáo thuyết thường kiến vậy kia?

--- Hãy bình tĩnh! Hãy bình tĩnh! Này nàng Bhadda đừng tự buộc vào mình những thằng thục! Đừng tự bịt mắt trước ngọn đèn sáng suốt tự tâm. Hãy nghe đây! Cho bản đạo hỏi một câu, với một câu thôi nàng sẽ tự giải quyết cho chính mình. Câu hỏi như thế này: Cánh của ngọn đèn trước mắt nó thường hay nó đoạn.

--- Chẳng phải thường--- Nàng nghĩ--- Thường sao được khi nó sinh diệt từng giây từng khắc! Chẳng phải đoạn, đoạn sao được khi nó đang hiện hữu!

Thấy nàng Bhadda im lặng, tôn giả Xá Lợi Phất tung câu hỏi thứ hai:

--- Này nàng Bhadda! đây là câu hỏi thứ hai nhằm gợi ý cho nàng để nàng bước ra khỏi cái lẩn quẩn, loanh quanh của các luận lý Thường, đoạn, có, không. Đây là câu hỏi: Thuở nàng 5 tuổi, nàng thấy một bông hoa. Thuở 30 tuổi nàng thấy một bông hoa. Nàng có thay đổi cái hoa dẫu có khác, quan niệm đẹp xấu dẫu có khác, nhưng cái thấy của nàng có thay đổi không?

--- Không thể thay đổi, thừa tôn giả.

--- Nó chẳng phải là thường không?

--- Bất khả thuyết --- Nàng Bhadda buộc miệng trả lời như vậy rồi tự nghĩ: Ta đã tự trói mình, vậy thì hãy vùng vẫy khi còn vùng vẫy được. Gã Sa Môn này đã bủa vây ta bằng một chiếc lưới quá kiên cố và quá chặt chẽ. Nhưng để gì ta chịu hạ phong.

--- Khá lắm, này ông Sa Môn hãy nghe đây! Ta sẽ chịu dừng với ông chung một vùng đất. Mặt đối mặt để trở tài sở tri Ta tạm thời chấp nhận cái thuyết tuệ minh ấy, nhưng ta muốn hiểu cái sở tri về bậc A La Hán ở nhiều phương diện khác nhau. Vị ấy làm thế nào bước ra khỏi giòng bộc lưu sanh tử.

--- Bước tới là lặn trôi. Dừng lại là chìm đắm. Bậc A La Hán không bước tới, không dừng lại, vị ấy ra khỏi giòng bộc lưu sanh tử! Này nàng Bhadda cái đáp số ấy thậm thâm vi diệu, vi tế, vượt ngữ ngôn, vượt suy luận, dành cho kẻ trí, kẻ thâm đại pháp, dành cho kẻ tu chứng. Có lên đường ai ăn mới biết no, chứ không phải để cho nàng--kẻ ngoại gio, kẻ đứng ngoài cuộc, kẻ với tri thức thuần túy--muốn dùng cái hiểu biết nông cạn, cái tự ngã kiêu căng và đa dục của mình, để nắm bắt cái siêu việt không thời gian, cái bất tử, cái chân phúc, cái niết bàn vô dục và tịch tịnh. Này nàng Bhadda!

Này nàng Bhadda! Nàng có kham nhẫn tịch lặng để lắng nghe những lời như vậy không?

Ta Bà Ni Sư tức giận đến tím mặt, run lấy bầy, những lời những chữ kia như lưỡi kiếm tàn bạo đục khoét vào tim cật nàng. Tuy thế, với trấn tĩnh phi thường, nàng mỉm cười:

--- Chớ có nương tay, thưa tôn giả--- Nàng nói--- Tạm thời ta chấp thuận rằng điều đó là có thực, nhưng điều đó thuộc vùng đất khác, tư duy khác, quan niệm khác, ta không biết lấy gì kiểm chứng. Bây giờ tôn giả có dám bước qua vùng đất của tôi, thuộc giáo lý khác, để đi cho cùng tận chân trời sở tri?

--- Dám lắm--- Ngài Xá Lợi Phất bình tĩnh trả lời--- Là đệ tử của Đức Tôn Sư vô năng thắng, ta sẵn sàng luận tranh, không khoan nhượng bất cứ một giáo pháp nào trong thiên hạ. im lặng thì im lặng như chánh pháp, nói năng thì nói năng như chánh pháp. Đây là chân ngôn của các đệ tử Đức Tôn Sư.

Thế là nàng Bhadda bắt đầu hỏi, Ngài Xá Lợi Phất tuần tự trả lời. Đầu tiên nàng mang ra ba tập Phệ Đà, đặt những câu hỏi thuộc lãnh vực tri thức thuần túy. Từ chương kinh viện, truyền thống, ngay cả danh nghĩa lễ nghi, giữ nguyên chú giải ngữ pháp, văn phạm, lịch sử. Người hỏi đã chứng tỏ một tri thức quăng bác thâm sâu. Người trả lời lại càng chứng tỏ thông hội vấn đề một cách minh bạch. Những điều thuận thế luận, đại nhân tướng, chiêm tinh, thiên văn, địa lý, bùa chú. Ngài Xá Lợi Phất lại càng chứng tỏ cho nàng Bhadda Thấy rõ sự nghèo nàn, hời hợt nông cạn, thô thiển của mình.

Ngài không những hiểu qua danh lý mà còn là nhà bác học về chúng đến cội nguồn. Hơn nữa điều quan trọng và đáng nói hơn, Ngài đã quăng chúng mà đi như quăng một mớ giẻ rách... Từng vấn đề, từng vấn đề... từng lúc, từng tế nhị, khó nắm bắt và khó lãnh hội. Nó đi từ gần đến xa, xa đến vô tận. Từ vô tận nó trở về và nhỏ lại như vi trần như mảnh lau vi trần, hư không, tư tưởng tâm niệm, sát na...

Thính chúng bàng hoàng, ngỡ ngàng nàng Bhadda bàng hoàng ngỡ ngàng. Nàng không biết hỏi gì nữa. Nàng không còn nhìn thấy một đóm lửa nào nữa khi mặt trời kia đã chói lợi. Nàng đã hoàn toàn bị nhiếp phục.

Tôn giả Xá Lợi Phất với thiên nhãn, Tha tâm thông, thấy rõ tâm địa nàng, đưa ra một câu hỏi kết thúc. Một câu hỏi vút bỏ sở tri để dẫn nàng về với giáo lý thiết thực hiện tại.

--- Bây giờ tới phiên ta hỏi, này nàng Ta Bà Ni Sư khổ hạnh: Thế nào gọi là Một?

Thời gian lặng lẽ trôi qua khi câu hỏi được đặt xuống. Quần chúng nín hơi, nghệt thở. Vùng trán nàng Bhadda từng hạt mồ hôi to bằng hạt bắp không ngớt tuôn ra. Mái tóc lún phún đã bắt đầu điểm bạc. Một triệu kiếp tư duy cũng không trả lời được câu hỏi tầm thường, giản dị kia. Chỉ với một câu hỏi mà nàng Bhadda của chúng ta đã già đi ngàn năm.

--- Này nàng Bhadda! Nàng hỏi ta một câu, mười câu, trăm câu, ta đã trả lời nàng đầy đủ cả chặng đầu, chặng giữa, chặng cuối, thế mà ta chỉ hỏi một câu, nàng cũng không trả lời ta Một là gì? Một là thế nào? Mà nàng cũng không hiểu, không biết. Thế mà nàng lại đòi biết cho kỳ được cở kim thiên hạ sự, đòi hiểu cho hết chuyện trên trời dưới đất. Kinh như núi, chữ như rừng...thế đấy! Là trí tuệ của người đi cắm nhánh diêm phù đề khắp cả thiên hạ.

Như thân cây bị chặt đứt, nàng Bhadda chột phủ phục xuống bên chân bậc trí tuệ bậc nhất.

--- Kính lạy tôn giả con chịu thôi, không một câu hỏi nào mà con dám trả lời nữa. Với một tự ngã kênh kiệu vô tư, con đã đi đánh trống khắp cửa mọi nhà, để bây giờ biết rằng đất trời vô lượng. Tôn giả đã kham nhẫn, từ bi soi sáng cho con, chỉ đường cho con, đem đèn vào trong bóng tối để ai có mắt có thể nhìn thấy sắc. Cũng vậy, xin Ngài xá tội công cao ngã mạn của con, cho con trọn đời quy ngưỡng.

Nàng Bhadda phủ phục năm vóc sát đất. Quần chúng reo hò. Chư thiên hoan hỷ. Ngài Xá Lợi Phất chột đứng cao 10 tầm thốt nốt, thò tay đưng mặt trời, mặt trăng, cất giọng phạm âm với tâm tuyệt hảo:

--- Này hỡi Bhadda! mừng thay cho nàng vứt bỏ được sở tri và tự ngã, mừng thay cho nàng thức tỉnh sau đêm trường mộng, hé mở con mắt pháp để thấy rõ giáo lý vô dục thực tiễn, thậm thâm, có khả năng làm yên lặng khổ đau, phiền não. Hãy hướng đến Đức Tôn Sư của ta cùng tăng chúng thánh hạnh. Bậc cao cả đang ở tại tịnh xá Kỳ Hoàn. Nàng hãy đến nghe pháp rồi quy y với Ngài.

Sau đó nàng Bhadda đến kỳ viên đánh lễ Đức Phật rồi ngồi nép một bên phải lễ. Thấy căn cơ nàng đã thuần thực, Đức Thế Tôn chỉ nói vắn tắt một kệ:

Dầu nói ngàn câu kệ,

Nhưng không chút lợi ích

Tốt hơn nói một câu

Nghe xong được tịnh lạc.

Và tức khắc, ngay sát na ấy, nàng Bhadda đã chứng quả A La Hán với pháp Tín Thọ, nghĩa là tín thọ.

Đức Thế Tôn tự thân trao đại giới cho nàng. Nàng Bhadda được biết là vị tỳ kheo A La Hán im lặng, thiền duyệt và đi ta bà cả khắp quốc Độ.

Lý Giải:

Câu 1.

Hỏi: Cuộc tranh luận này lập Ngôn ở đâu? Lập Ý ở đâu? Lập Nghĩa ở đâu?

Đáp: Ngôn lập tại Ý, Ý lập tại Nghĩa, Nghĩa lập tại Ngôn. Nó tương quan lập, duyên khởi lập. Cái này sanh thì cái kia sanh, cái này diệt thì cái kia diệt.

* Câu này nói lên lý Duyên Khởi, thực tại do nhân duyên kiến lập.

Câu 2.

H: Tôi đang hân hạnh nói chuyện với ai đây?

Đ: Người ta gọi bần đạo là Xá Lợi Phát. Hãy nghe cho kỹ đây! Giáo pháp của đức Thế Tôn Sư rọi cái rỗng không của các pháp, dầu Tâm hay Vật, làm cho vô tự tính mọi thực tại tính, làm cho vô ngã tính mọi hữu tồn, dầu là Atman, Brahman hay Đại Ngã. Hãy nghe đây!

Giáo lý ấy không tròn uốn như con lươn, không chẻ sợi tóc ra làm tư, không kẹt trên ngôn từ rỗng đây là thường rỗng kia là đoạn, giáo lý ấy dành cho người tu chứng, kẻ có trí nghe ắt hiểu. Hãy nghe cho kỹ đây! Không những là Xá Lợi Phát, cái tên gọi giả danh nhằm chỉ vào cái thực, nhưng mọi cái thực ấy, dầu là sắc thọ tướng hành thức phải được nhìn cho rõ ràng bằng trí tuệ như thực, như chơn, là nó không phải là ta, không phải của ta, không phải tự ngã của ta. Nay nàng Bhadda! Câu hỏi của nàng thuộc lý luận rỗng không phù phiếm, câu trả lời của bần đạo đã đặt chúng trên thực tế, chánh đạo, hãy nghe và thọ trì.

**--- Câu hỏi về Ngã này được Ngã Xá Lợi Phát giải nghĩa rất rõ ràng. Xá Lợi Phát là một thực tại giả lập, ngay trong nó có cái thực. Thực tướng của thân ngũ uẩn là không. Sắc không khác không....Thê không của thân ngũ uẩn là thực tướng của nó.

Câu 3.

H: Nay ông Sa Môn! Câu trả lời của ông chẳng phải xa lạ gì. Ta đã từng nghe những con vẹt cũng đã hét lên như thế, chỉ có điều ông tự tin và vững

chải hơn, do ông có cái thực ở nơi sự tu chứng của mình. Hãy nghe đây! Bây giờ ta sẽ hỏi ngay chính nơi cái thực ấy. Hy vọng rằng ông không trườn uốn như kiêu là không phải ta không phải của ta! Hy vọng rằng ông trả lời khác, giản dị và uyên áo hơn. Hãy nghe đây! Cái thực ấy còn định luật nhân quả chi phối hay không? Còn định luật chi phối? Hãy trả lời ngay đi. Hãy trả lời đừng hủy hoại ngôn ngữ, như dao chém nước.

Đ: Này nàng Bhadda! Nếu cái thực ấy mà còn định luật nhân quả chi phối thì cái thực ấy chỉ là khổ đau, nhiệt não, tử sanh. Nếu cái thực ấy không còn định luật nhân quả chi phối thì đồng nghĩa với hư vô, cái không thực hữu, cái vô tự tính, cái ngoang không niết bàn.

Này nàng Bhadda, hãy nghe đây! Đây là cái dao chém nước như nàng muốn. Cái thực ấy là cái sáng suốt, mặt trời đại huệ. Cái thấy từ Tâm, Trí, tư tưởng Trí mà có, từ tuệ, tuệ minh ấy nó có trong tâm của bậc giác ngộ, bậc A La Hán, kẻ đã đoạn tận lậu, hoặc giải thoát khổ đau và phiền não, này nàng Bhadda cứ thế mà thọ trì!

***-- Câu này Xá Lợi Phất giải minh hai loại thực tại. Thực tại tương đối là thực tại giả lập hay tùy thuộc như khổ đau, nhiệt não, sanh tử v.v...đều phải bị định luật nhân quả chi phối. Còn thực tại tuyệt đối, không sanh không diệt, tự nó đầy đủ, không có gì áp đặt lên nó như hư không, vô tự tính v.v..., nên nó không bị định luật nhân quả chi phối. Thực tại tuyệt đối cũng là thiết tánh giác (tuệ minh). Cho nên, đối với các bậc giác ngộ, bậc A La Hán, hoặc những kẻ đã giải thoát khổ đau và phiền não, hoặc kẻ có trí, thì trong tâm họ có cái sáng suốt, cái tuệ minh, cái thực tại tuyệt đối, mà cái thực tại tuyệt đối này không bị định luật nhân quả chi phối.

Câu phản vấn.

--- Ta Bà Ni chọt thét lên như con thú bị tử thương: chưa thể thọ trì được! Ta chưa chấp nhận điều ấy, ông Sa Môn đại ngôn kia. Hãy nghe đây! Đây không phải là câu hỏi thứ tư mà đây chỉ là phản vấn. Ông nói rằng có cái tuệ minh, xin lỗi tôi có làm chăng, một cái tuệ minh? Vầy thì giáo lý vô ngã, vô tự tính của đức Thế Tôn Sư của ông sẽ không còn chỗ đứng, bất khả lập, bất khả thuyết và nó đã mâu thuẫn từ tiền căn? Vậy phải trả lời làm sao cho kẻ học nữ Ta Bà khổ hạnh này: một giáo lý thường kiến vậy kia?

--- Hãy bình tĩnh! Hãy bình tĩnh! Này nàng Bhadda đừng tự buộc mình vào những thẳng thức! Đừng bị bịt mắt trước ngọn đèn sáng suốt tự tâm. Hãy

nghe đây! Cho bản đạo hỏi một câu, với một câu thôi nàng sẽ tự giải quyết cho chính mình. Câu hỏi như thế này: Cánh cửa ngọn đèn trước mắt nó thường hay đoạn?

--- Chẳng phải thường--- Nàng nghĩ--- Thường sao được khi nó sinh diệt từng giây từng khắc! Chẳng phải đoạn, đoạn sao được khi nó đang hiện hữu!

Thấy nàng Bhadda im lặng, tôn giả Xá Lợi Phất tung câu hỏi thứ hai:

--- Nay nàng Bhadda! Thuở nàng 5 tuổi, nàng thấy một bông hoa. Thuở nàng 30 tuổi nàng thấy một bông hoa. Nàng có thay đổi dấu cái hoa có khác, quan niệm đẹp xấu có khác, nhưng cái thấy của nàng có thay đổi không?

--- Không thể thay đổi, thưa tôn giả.

--- Nó chẳng phải thường không?

***-- Câu này tả tánh thấy và cái bị thấy. Tánh thấy thường hằng bất biến, đó là năng tri. Cái bị thấy hay đối tượng là những thực tại giả lập, hay thay đổi, vô thường tức là cái sở tri.

Câu 4.

H: Ta muốn hiểu cái sở tri về bậc A La Hán ở nhiều phương diện khác nhau. Vị ấy làm thế nào bước ra khỏi giòng bực lưu sanh tử đang xiết chảy?

Đ: Bước tới là lăn trôi. Dừng lại là chìm đắm. Bậc A La Hán không bước tới, không dừng lại, vị ấy ra khỏi giòng bực lưu sanh tử! Nay nàng Bhadda, cái đáp số ấy thậm thâm vi diệu, vi tế, vượt ngữ ngôn vượt suy luận, dành cho kẻ trí, kẻ thâm đại pháp, dành cho kẻ tu chứng. Có lên đường ai ăn mới biết no, chứ không để cho nàng --- kẻ ngoại giáo, kẻ đứng ngoài cuộc, kẻ với tri thức thuần túy --- muốn dùng cái hiểu biết nông cạn, cái tự ngã kiêu căng và đa dục của mình, để nắm bắt cái siêu việt không thời gian, cái bất tử, cái chân phúc, cái niết bàn vô dục và tịch tịnh. Nay nàng Bhadda! Nàng có đủ kham nhẫn tịch lặng để lắng nghe những lời như vậy không?...

****--Câu thứ tư này diễn tả rất thâm diệu về thiệt tánh giác trong hai giai đoạn, hàng phục vọng tâm và an trụ tâm.

Hỏi: Làm thế nào ra khỏi giòng bực lưu sanh tử đang xiết chảy?

Trả lời: Bước tới là lăn trôi. Dừng lại là chìm đắm ; cho nên, không bước tới, không dừng lại ra khỏi giòng bộc lưu sanh tử đang chảy xiết.

*-Bước tới: tiến về phía trước mặt: tương lai, khoảng không gian phía trước.

Bước tới là lăn trôi theo thời gian huyền hóa, hay lăn trôi theo trần cảnh giả lập. Bước tới là lăn trôi theo sự vật huyền hóa, nhân duyên chằng chịt, sanh tử luân hồi khổ đau phiền não. Phủ định tương lai (bước tới) và phủ định quá khứ (dừng lại) là Trung Đạo, là vượt khỏi Thời Không.

Không bước tới là giai đoạn đầu của nhận thức đúng đối tượng giả lập và không chạy theo những ảo tưởng tức là giải thoát được khổ đau và phiền não (phủ định những sự vật giả lập).

Không bước tới là tri thức đúng được thực tại giả lập, đó là sự hiểu biết suông. Trong giai đoạn này chỉ thấy mọi sự giả vọng là không thật mà tránh nó đi, thì trạng thái tâm lúc bấy giờ thanh thản, không còn bận bịu, dính dáng gì đến phiền não khổ đau. Tuy nhiên, tri cũng chưa đủ mà cần phải hành. Trước tiên, khai mở đường đi đến thế giới chơn thật, thấy được con đường rồi tức là giai đoạn khai thị của tri thức. Đến giai đoạn hành, thì phải ngộ nhập như phải đi thì mới đến, ai ăn mới no. Tri thức đúng thực tại giả lập và phải thể nhập thực tướng của thực tại giả lập đó, là hai giai đoạn giác ngộ niết bàn tuyệt đối. Đó là trực nhận ngay thể không của sự vật. Sắc không khác không, Đưa tất cả thực tại giả lập vào thực tại tuyệt đối mà không còn thấy thực tại giả lập đó nữa.

* Dừng lại: Chận giòng thời gian phía sau lưng, là quá khứ. Dừng lại là trụ vào cái thực tại giả lập (quá khứ) mà chìm đắm trong vọng tưởng triền miên, trong sanh tử luân hồi của giòng sống đang xiết chảy theo thời gian không ngừng.

Không dừng lại là không trụ vào quá khứ cũng như không trụ vào tất cả các chỗ, vào các thực tại giả lập mà phải xa lìa bốn tướng (Ngã tướng, Nhơn tướng, Chúng sanh tướng, Thọ giả tướng).

Không bước tới và không dừng lại là vượt ra khỏi giòng bộc lưu sanh tử.

Tương lai hay quá khứ không thể nắm bắt, bắt khả đắc. Cho nên không nghĩ đến tương lai mà lăn trôi theo ảo giác, mà cũng không hồi tưởng quá khứ

hay trụ vào vọng tưởng hoặc là thực tại giả lập mà phải xa lìa bốn tướng. Vô thời không là thể trạng của một sát na hiện tiền, một khoảnh khắc hiện tại, thấp sáng được cái hiện hữu ấy cũng là khai mở con đường đi đến chân nguyên. Do đó, khi chúng ta không bước tới là dứt bật nhân duyên sanh diệt, và không dừng lại là không trụ vào cái giả lập, thì ngay đó vượt qua thời không rồi. Ngay lúc nắm bắt được cái vô thời không là giác ngộ niết bàn tuyệt đối, cũng là lúc ra khỏi giòng bực lưu sanh tử đang chảy xiết. Thực vậy, người có đi ắt có đến, người có ăn ắt có no, chó tri thức thuần túy chỉ là hí luận mà thôi.

Tôn giả Xá Lợi Phất với thiên nhân, Tha tâm thông, thấy rõ tâm địa nàng, đưa ra một câu hỏi kết thúc. Một câu hỏi vớt bỏ sở tri để dẫn nàng về với giáo lý thiết thực hiện tại.

--- Bây giờ tới phiên ta hỏi, này nàng Ta Bà Ni Sư khỗ hạnh: Thế nào gọi là Một?

Thời gian lặng lẽ trôi qua khi câu hỏi được đặt xuống. Quần chúng nín hơi, nghệt thở. Vòng trán nàng Bhadda từng hạt mồ hôi to bằng hạt bắp không ngớt tuôn ra. Mái tóc lún phún đã bắt đầu điểm bạc. Một triệu kiếp tư duy cũng không trả lời được câu hỏi tầm thường, giản dị kia. Chỉ với một câu hỏi mà nàng Bhadda của chúng ta đã già đi ngàn năm.

--- Này nàng Bhadda! Nàng hỏi ta một câu, mười câu, trăm câu, ta đã trả lời nàng đầy đủ cả chặng đầu, chặng giữa, chặng cuối, thế mà ta chỉ hỏi một câu, nàng cũng không trả lời ta Một là gì? Một là thế nào? Mà nàng cũng không hiểu, không biết. Thế mà nàng lại đòi biết cho kỳ được cổ kim thiên hạ sự, đòi hiểu cho hết chuyện trên trời dưới đất. Kinh như núi, chữ như rừng...thế đấy! Là trí tuệ của người đi cắm nhánh diêm phù đề khắp cả thiên hạ.

Như thân cây bị chặt đứt, nàng Bhadda chột phủ phục xuống bên chân bậc trí tuệ bậc nhất.

--- Kính lay tôn giả con chịu thôi, không một câu hỏi nào mà con dám trả lời nữa. Với một tự ngã kênh kiệu vô tư, con đã đi đánh trống khắp cửa mọi nhà, để bây giờ biết rằng đất trời vô lượng. Tôn giả đã kham nhẫn, từ bi soi sáng cho con, chỉ đường cho con, đem đèn vào trong bóng tối để ai có mắt có thể nhìn thấy sắc. Cũng vậy, xin Ngài xá tội cống cao ngả mạn của con, cho con trọn đời quy ngưỡng.

***** Xá Lợi Phát muốn nàng Bhadda vượt bỏ Sở Tri, dòng Tri Thức Vụn Vặt để trở về Tri Thức Nguyên Thủy hay Giác Trí Tuệ, hay Nhất Nguyên Tính Tuyệt Đối, tức là Chân Lý Tối Hậu.

---o0o---

V. PHƯƠNG CÁCH THỂ HIỆN THỰC TẠI

Đời người là cả một sự giao lưu hỗ tương các hoạt động không ngừng nghỉ giữa thân và tâm để được sống an vui và hạnh phúc. Biết rằng Vật lý và sinh lý ảnh hưởng đến tâm lý, cho nên con người cần phải thỏa mãn những nhu cầu cần thiết để ổn định sự sống bình thường. Thân xác là sự duyên hợp của đất nước gió lửa nói chung, thành hình là do sự trao đổi giữa năng lượng và vật chất được tạm thời ổn định. Vật lý là lực quán tính của sự vật bao gồm sự chuyển động và vật chất. Ngay cả sinh lý con người cũng bị hệ thống cân bằng giữa năng lượng và vật chất chi phối. Thân xác cần phải tiêu thụ thức ăn để nuôi dưỡng nó và duy trì sự sinh hoạt hàng ngày. Sự tồn tại của thân xác được coi là an lành khỏe mạnh khi hệ thống giao lưu giữa năng lượng và vật chất bên ngoài tạm thời ổn định. Con người khi sanh ra (Sanh), trưởng thành (Thành) tới 18 - 20 tuổi và sống trong thời gian (Trụ) từ 20 đến 55 hay 60 tuổi; từ 60 tuổi trở về sau già dần (Hoại) đến Chết (Diệt). Cả một chuỗi sống tạm thời như vậy chẳng lẽ không còn cái gì làm cho chúng ta phải nghĩ đến ngoài thân xác hay sao? Những cảm giác, ý thức, tri giác hay tư duy phải lệ thuộc vào thân xác mà Thân xác và Tinh thần đồng hiện hữu trong một con người. Tinh thần minh mẫn trong một thể xác khỏe mạnh. Vậy vai trò của thể xác rất quan trọng trong sự phát triển tinh thần. Nói một cách khác, tình trạng sức khỏe của xác thân hay sinh- vật- lý ảnh hưởng đến tâm lý con người. Con người muốn đạt đến hạnh phúc tuyệt đối là thân tâm được thường an lạc, trước hết là phải rèn luyện thân xác cho khỏe mạnh, sau mới trao dồi trí tuệ.

---o0o---

A). RÈN LUYỆN THÂN XÁC

Để rèn luyện thân thể khỏe mạnh, giảm trừ bệnh tật, có rất nhiều cách, tựu trung ở hai phương diện sau đây:

1). Ăn uống

Thân xác được tồn tại nhờ ở sự ăn uống hàng ngày. Những tế bào trong thân thể được sống còn là nhờ có sự trao đổi thức ăn vào trong cơ thể để nuôi dưỡng. Hoạt động của các cơ quan ngũ tạng có tầm quan trọng hơn hết trong việc trao đổi thức ăn là sự tiêu hóa và bài tiết cùng sự tuần hoàn của máu huyết. Phương pháp dinh dưỡng là vai trò quan trọng trong sự sống. Ăn như thế nào? và thức ăn nào cần thiết thích hợp của riêng mỗi người? Đó là tự mỗi cá nhân phải lo liệu, có thể qua học hỏi thêm hoặc tùy hoàn cảnh mà thích ứng. Thức ăn được tinh khiết là một dinh dưỡng tốt cho dòng tâm thức và là giảm bớt nghiệp thức kết tụ ở nội tâm. Đó là sống theo Chánh Mạng.

2). Hoạt động

Hoạt động là một nỗ lực mà con người cần ra sức. Trước hết, hoạt động nghề nghiệp. Trong sự sống ở xã hội nào cũng vậy, mọi người ai ai cũng phải làm việc để kiếm tiền nuôi sống bản thân. Làm việc gì? Làm như thế nào là do khả năng và hoàn cảnh cá biệt của từng người. Kế đến, hoạt động hay vận động thân thể là cần thiết để sự chuyển động hay giao lưu giữa năng lượng và vật chất (thức ăn) dễ dàng trao đổi để tạo sự cân bằng hệ thống dinh dưỡng cho thân thể.

Vận động thân thể thì có nhiều cách. Đi bộ, tập thể dục, chơi thể thao, học võ để kiện thân, tập các tư thế Hatha Yoga vv...Hoạt động nghề nghiệp và những hành vi tư cách con người hay những hành động cử chỉ đều có ảnh hưởng đến Chánh Nghiệp. Trong thân còn có miệng lưỡi, ngoài việc ăn uống và hoạt động còn có lời nói là biểu hiện của tư tưởng, hành động và tình cảm. Chánh ngữ là những lời nói trung thực hài hòa và lợi ích cho mọi người.

---o0o---

B). BỒI DƯỠNG TÌNH CẢM

Tình cảm, một mặt phát xuất từ vận động và sinh lý, một mặt do từ kho ký ức, là diễn trình tác động hỗ tương giữa tâm lý và sinh lý. Sự vận động, ăn uống điều hòa và sinh lý cân bằng là chỉ dấu của tâm lý bình thường. Những cảm thọ lâu đời chấp chứa trong ký ức và tàng thức cũng như ảnh hưởng của vận động và sinh lý là những phát khởi tình cảm. Tình cảm rất cần thiết và cần phải thể hiện trong nếp sống đạo đức của con người.

Trong thập nhị nhân duyên là dây móc xích trói buộc con người.: Vô minh, Hành, Thức, Danh Sắc, Lục nhập, Xúc, Thọ, Ái, Thủ, Hữu, Sinh, Lão, Tử. Cắt đứt được hai móc xích nối giữa Thọ và Ái là vòng nhân duyên không còn nữa tức sanh tử không còn và khổ đau được giải thoát. Khổ đau là hệ quả của thất tình lục dục khi được giải thoát thì tâm được an lạc. Sự sống con người liên hệ với mọi người và hoàn cảnh xung quanh, nên khi ta giải thoát khổ đau của chính mình thì phải tìm cách giải thoát khổ đau cho kẻ khác. Nếu như ta không làm việc đó, tức là ích kỷ, thì mọi sự phiền não của mọi người xung quanh cũng ảnh hưởng đến ta. Như vậy, tình đồng bào nghĩa gia tộc, lòng thương yêu con người, mọi loài mọi vật, nói chung là chúng sinh là một thứ tình cảm cao thượng.

Lòng thương yêu và giúp đỡ mọi người, từ tốn, khoan dung độ lượng, nhẫn nhục làm cho ta giảm bớt tham, sân, si, nghi, mạn ác kiến. Thực hành tứ vô lượng tâm: từ, bi, hỷ, xả là cao cả hơn hết. Khi đã giải thoát được khổ đau, tức là tám gió (Bát phong: Lợi hại, Vui buồn, Vinh nhục, Khen chê) không động, dòng tâm thức lúc bấy giờ không còn vẩn đục và tình cảm trở nên an lạc.

---o0o---

C). TRAU DÒI TRÍ TUỆ

Trau dồi trí tuệ-- nói theo thế tục, gọi là học hỏi ở trong trường hay ngoài đời để tư tưởng ngày thêm phát triển, nói theo đạo pháp, đó là thanh lọc dòng tâm thức vốn chứa những mầm móng của vô minh-- là hành trình tu dưỡng thân tâm theo Bát Chánh Đạo.

Tinh túy của trau dồi Trí Tuệ là thanh lọc dòng tâm thức luôn trôi chảy và giảm trừ nghiệp chướng trong Tầng Thức đã chắt chứa nhiều đời nhiều kiếp. Đó là một hành động thực hiện phương pháp chuyển Thức (Vô Minh: sự tối tăm) thành Trí (Giác Ngộ: sự sáng suốt).

Khi Ý Tác Động với đối tượng sản xuất Tri Giác, là dòng Tâm Thức luôn trôi chảy. Nhận thức Tri Giác này do Ý Tác Năng gọi là Tri Thức hay Tư Duy. Nếu không biết Chánh Tư Duy hay không biết thanh lọc thì dòng tri thức ấy biến thành Tri Thức vụn vặt hay Tư Tưởng vẩn vơ. Thanh lọc bằng cách nào? Chánh Tư Duy là sao?

Thật ra Chánh Tư Duy được thể hiện bằng sự nối tiếp Chánh Kiến. Thấy thực tướng của vạn hữu là vấn đề của Kiến Đại, mà nắm bắt được thực tướng mới là công việc của Chánh Tư Duy. Thí dụ, Mắt thấy một cái bình, thấy biết được cái bình này là giả lập và huyền hóa, không thật theo thời không, cái thấy biết đó là Chánh Kiến. Muốn nắm bắt thực tướng của cái bình, tâm trực nhận nơi thể không của cái bình là Chánh Tư Duy. Chánh kiến là thấy biết cái bình là thực tại giả lập. Chánh tư duy là nhận biết cái mình thấy biết đó, nghĩa là Biết cái mình biết hay biết tánh không của cái bình. Vậy khi chúng ta xuất Ý Tác năng ra khỏi kho chứa (Tàng thức) đúng cách thì nó giảm trừ nghiệp thức hay là nó soi mòn những chủng tử trong tàng thức. Nghiệp thức là những tư tưởng vẩn vơ, dòng tâm thức bất an luôn trôi chảy; dòng tâm thức khuấy động như vậy thì nó luôn vẩn đục. Thanh lọc tri thức vẩn vật này bằng thể hiện Giác Trí Tuệ, thì dòng tâm thức trở nên trong sáng và nghiệp thức (cặn bã) từ đó giảm dần.

Thiền, Chánh Tư Duy, hay Chánh Niệm, cả Bát Chánh Đạo là con đường giảm trừ nghiệp thức cũ mà còn tạo ra những dòng tâm thể trong sáng ở tương lai. Vậy ngay hiện tại, chúng ta hành Thiền là bài tập để diệt dần nghiệp chướng quá khứ và tạo nhân tốt cho tương lai vì hiện tại tâm thể trong sáng không vẩn đục, tâm được an định, không có nhân tố xấu trong tâm thì quả sẽ giải thoát cảnh phiền não khổ đau, mà đạt sự an lạc tự tại.

1). Đối Với Thế Tục.

Bài học ở trường, gia đình, xã hội, trường đời được phổ truyền những tiêu chuẩn chân lý đạo đức làm kim chỉ nam cho mọi người noi theo mà hành xử hầu tránh bất an trong tâm (phiền não khổ đau) để được sự sống an vui hạnh phúc.

Hành động ngôn ngữ tư tưởng được xem là Thiện hay Ác là do những động cơ thúc đẩy tốt hay xấu và kết quả hành động đó đem đến hạnh phúc hay đau khổ. Người ta có thể gọi đó là đạo đức hay luân lý nhưng thật ra chỉ là những cơ chế của hạnh phúc và đau khổ. Hạnh phúc hay đau khổ thường dính mắc với cái Ngã. Cái Ngã được hiểu là không thật có, thì không cần chấp nhận cái gì đang đến, mà là để hành động tự do hơn, không còn bị cái Tôi ràng buộc, một cái Tôi là đầu mối của một chuỗi dài thương và ghét. Thoát ra khỏi sự vị ngã sẽ cho ta tự do hành động hơn. Quá khứ đã qua rồi nhưng tương lai thì chưa đến. Quan điểm của Phật tử, theo cách nói của nhà Sư Tây Tạng Matthieu, chấp nhận hiện tại vì lẽ cái gì đang xảy ra là kết quả của việc làm xưa cũ. Nhưng tương lai thì tùy thuộc ở hãn. Người thế tục

không theo một tôn giáo nào thì tuân theo nếp sống đạo đức hay luân lý của xã hội thì cũng hợp lý hợp tình để được trong lòng thanh thản an vui và hạnh phúc, ít ra trên phương diện hình thức sống thanh bình trong gia đình và xã hội với tình thương yêu, lòng nhân ái, tính khoan dung và phải thật tâm kiên trì và nhịn nhục.

Còn đối với cư sĩ, có học hiểu Phật pháp, tin vào luật nhân quả thì nhận thức rõ ràng sự giả danh của Tự Ngã và sự vô thường của Sự Vật, nên có cái nhìn sâu sắc hơn. Sự Tỉnh thức của người Phật tử là bình tĩnh làm chủ được cái Ngã, là sáng suốt hơn, cương quyết hơn trong hành động. - "Nó sẽ mở rộng sự hiểu biết của chúng ta về nguyên nhân của hạnh phúc và đau khổ. Nó sẽ giúp ta hành động đúng hơn. Sự dính mắc vào cái Ngã không làm cho chúng ta nhận xét tốt hơn, trái lại nó làm mờ tối chúng ta. Nếu hành động của chúng ta không sáng suốt, thiếu can đảm là vì chúng ta là món đồ chơi của cái Ngã này. Có một câu nói: " Cái nhìn của thánh nhân xa hơn trời cao, sự thấu hiểu luật nhân quả của họ có tinh tế hơn bột mì." Chúng ta không chống lại được kết quả cái gì chúng ta đã gieo, nhưng chúng ta có thể xây dựng tương lai bằng cách biết phân biệt cái gì đưa đến tai họa và cái gì làm ta thoát ra được. Đối với người Phật tử, Hạnh phúc là cảm tưởng hiện thực hóa cái tiềm lực có sẵn ở mỗi con người và hiểu ra được bản thể tối hậu của tâm mình. Với một kẻ biết tìm cho đời mình một ý nghĩa, mỗi giây phút là một mũi tên bay đến mục tiêu. Nếu không biết đem lại một ý nghĩa cho cuộc đời thì sẽ rơi vào thụ động rồi sinh ra thất vọng cuối cùng có thể dẫn đến tự vẫn. Hạnh phúc dĩ nhiên là cần đến sự hiểu biết. Không có sự hiểu biết thì không làm sao chữa lành được nguyên nhân gây ra đau khổ là sự bất mãn triền miên luôn luôn dẫn dắt chúng ta. Sự bất mãn đó cũng nảy sinh từ chỗ chúng ta không chiến thắng được những tình cảm tiêu cực như lòng căm giận, sự ghen ghét, sự luyến ái, tham lam, ngã mạn tất cả đều do một cái nhìn duy ngã về cuộc đời, do sự dính mắc về cái "Tôi" quá ư là hùng mạnh. Một yếu tố cần thiết khác cho hạnh phúc chỉ gồm ba chữ: Lòng vị tha, tình yêu, và lòng nhân ái. Làm sao chúng ta hạnh phúc được khi quanh ta có bao người rên xiết. Hơn nữa, dù thế nào thì hạnh phúc của chúng ta cũng dính liền chặt chẽ với hạnh phúc của kẻ khác. Vì lẽ Phật giáo chủ trương một khoa học của tâm linh, một kỹ thuật thiền định cũng vì nó đề cập đến những cơ chế căn bản nhất của hạnh phúc và đau khổ. Tại sao phải tham thiền? Việc làm nhẹ đi đau khổ vật chất lại chưa đủ hay sao? Những điều kiện sinh hoạt bên ngoài có thể thuận lợi cho sự thoải mái của chúng ta, cho các tiện nghi đời sống, sức khỏe, tuổi thọ và ngay cho suốt cuộc đời chúng ta. Nhưng những thứ đó không đem lại cho ta sự an lạc nội tâm. Chính cái tâm là nguồn cội của sự thỏa mãn và bất mãn, hạnh phúc và đau khổ, thành công và thất bại.

Chính cái tâm quyết định thái độ chúng ta với cuộc đời. Khi chúng ta đã quyết định theo con đường tâm linh, sau nhiều năm tháng hành trì, chúng ta tự xét xem đã vượt thoát được lòng tham, sự kiêu căng, ghen ghét và nhất là những tình cảm vị ngã và vô minh là nguyên nhân của mọi đau khổ. Tu để làm gì? Là để xử dụng những chân lý căn bản của Phật giáo ngõ hầu làm hiển lộ Phật tính ở mỗi chúng ta - "(Su Mathieu).

Tu là bình tĩnh làm chủ mình, sáng suốt trước những phản ứng đối nghịch tương tình cảm và hành động của mình. Làm chủ chính mình là bình tĩnh quán xét phân tích nguyên nhân của Tham, Sân, Si, Nghi, Mạn và Ác kiến phát xuất từ Vọng tưởng của cái "Tôi" chủ thể giả lập này. Cho nên tu là làm thế nào không còn chấp vào cái Ngã thì được tự do tự tại (tức là Năng Sở song vong). Tu là vượt thoát màn vô minh của tâm thức (Ngã thức) luôn lăn trôi theo trần cảnh mà chịu phiền não khổ đau. Vượt thoát cái Thức Ngã, cái chấp chứa những chủng tử nhân duyên chẳng chịt vốn là gốc của luân hồi sanh tử, là để đến bến bờ giác ngộ. Người Phật tử hiểu rằng ngay trong hiện tại mình sống được tĩnh thức (nhân), tâm an bình đã là hạnh phúc mà hạnh phúc là thoát khỏi khổ đau, thì quả tương lai cũng sẽ trở cảnh tự tại an lạc như vậy mà thôi.

---000---

2). Đối Với Tu Sĩ

Ngoài cách tu thân như người thế tục và pháp học ra, tu sĩ Phật giáo còn phải giữ giới luật nghiêm túc. Thật ra giới luật chỉ là hướng dẫn thực hiện mà tu sĩ phải có sự tự giác, thật sự thực hiện giới luật. Người tu sĩ không những học hỏi giáo lý chuyên thâm, hành trì giới luật nghiêm minh mà còn phải thực hành Giác Trí Tuệ hay gọi là Hành Thiền. Mục đích hành Thiền như đã trình bày nêu trên trong Pháp học.

a). Tri nhận thực tại:

+ Người tu sĩ thực hành nghiêm chỉnh Bát Chánh Đạo. Làm con người tất nhiên là phải tu thân (nhân đạo) trước tiên, cần thiết hơn nữa là phải sống theo Chánh Nghiệp đối với tu sĩ Phật Giáo bao gồm mọi hoạt động của thân xác kể cả khẩu và ý là điều kiện hết sức chơn chánh không những tránh gây oan trái, gây hại hay bất lợi cho chúng sanh, mà còn phải tạo phước đức cho mọi loài. Chánh Nghiệp là hành động, cử chỉ và tư cách của tu sĩ hết sức gắng bó với giới luật. Ngoài ra Chánh Ngữ rất ư là quan trọng đối với tu sĩ trong sinh hoạt hàng ngày, trong tiếp xúc, đối xử hay đối thoại hoặc nói pháp

mỗi mỗi đều phải hết sức trung thực, khách quan hợp với chân lý, thành thật hài hòa và không hư dối. Mặt khác, thức ăn dinh dưỡng cho thân xác cần tinh khiết là sống theo Chánh Mạng. Đó là cách tu thân theo hình thức bên ngoài.

+ Trong nội tâm lúc nào cũng giữ Chánh Niệm, nghĩa là không khởi vọng niệm. Vọng niệm phát xuất từ tư tưởng vẩn vơ, ý tưởng so đo chấp trước. Chánh Kiến là thấy biết thực trạng của vạn pháp như nó là, tức bản tánh thực của tự tâm cũng là bản tánh thực sự của sự vật.. Chánh Tư Duy là nhận thức thực tướng các thiện pháp. Chánh Tinh Tấn là siêng năng tu tập bất thối chuyển. Và Chánh Định là giữ thân khẩu ý (tam nghiệp) thanh tịnh, tâm vắng lặng tịch tĩnh.

Tri nhận thực tại giả lập là sống theo Tĩnh Thức. Tĩnh là cái Biết của thâm tâm, Biết của Trí. Thức là cái Biết của căn trần. Vậy Tĩnh Thức là Biết về Cảm Giác, về đối tượng. Thí dụ, thấy cái bàn. Thấy là căn, cái bàn là trần. Thấy cái bàn là Thức, Biết thấy cái bàn là Tĩnh Thức. Tri nhận (Biết) thực tại giả lập (Thức) là Tĩnh Thức. Tĩnh thức là cái biết của Sở Tri, cái biết về đối tượng, hay là Giác Thức.

Tri nhận thực tại tuyệt đối là sống theo Tĩnh Giác. Tĩnh là cái biết của Trí, còn Giác là Tánh Biết của Cảm Giác, hay cái biết của Năng Tri, cái biết của chủ thể. Tĩnh Giác là Biết về Tánh Minh Biết. Thí dụ thấy cái bàn, Biết tánh Thấy; nghĩa là Biết Thấy Có, khi không có cái bàn thì Biết Thấy Không. Tánh Thấy thì thường hằng, cái bàn thì vô thường khi có khi không. Cho nên Tĩnh Giác là Biết lại Tánh mình thấy, cũng gọi là Giác Trí.

b). Thể hiện thực tại:

Người tu sĩ muốn đạt đến giác ngộ giải thoát cho mình và giác tha tất cần thiết phải thật hành Bát Chánh Đạo. Có thể tu theo Lục Độ hoặc giả theo tất cả lối tu không cần phân biệt Nguyên Thủy, Đại Thừa, Mật Tông, Tịnh Độ hay Thiền Tông, miễn là làm sao cho Tâm được an định và trong sáng thì Chân Tâm được hiển bày. Có hai phương pháp thực hành để thành tựu cho dòng Tâm Thức được tích lũy thanh lọc trong sáng và an định là: một là thực hành thường xuyên đầy đủ Bát Chánh Đạo trong suốt cuộc đời, hai là thực hành Thiền Định theo thời biểu hàng ngày liên tục theo kiếp sống. Việc thanh lọc dòng tâm thức rất quan trọng và càng thiết yếu hơn là cần Tâm được an định. Muốn Tâm An Định thì có rất nhiều cách, chúng tôi giới thiệu những trích dẫn bài khảo luận của những nhà đạo học và các bậc trí giả với những môn phái khác nhau nhưng cùng chung một mục đích.

b.1. Pháp Môn Niệm Phật. (Tịnh Độ, HT. T.Thiện Hoa)

Phương pháp tu về Cực lạc có nhiều lối, nhưng không ngoài các pháp niệm Phật. Đây lược kể bốn pháp niệm Phật:

b.1.1. Trì danh niệm Phật

Trì danh niệm Phật tức là giữ một lòng nhớ nghĩ danh hiệu Phật, là niệm "Nam mô A Di Đà Phật ". Khi đi, đứng, nằm, ngồi, ăn, uống cũng niệm. Niệm từ buổi mai khi mới thức dậy, cho đến buổi tối, trước khi đi ngủ. Niệm suốt cả ngày không xen hở. Khi gần đi ngủ, ngồi xếp bằng bán già hay kiết già, chấp tay mà nguyện rằng:

"Con tin lời của đức Phật A Di Đà, giữ một lòng niệm danh hiệu Ngài, nguyện đời này, bao nhiêu tội chướng thấy đều tiêu sạch, đến khi lâm chung được Phật và các vị Bồ Tát, đến tiếp dẫn chúng con về Cực lạc.

b.1.2. Tham cứu niệm Phật

Pháp niệm Phật tương tự pháp trì danh, nhưng mà có khác nghĩa, làm môi miệng không động, niệm không ra tiếng, mà trong tư tưởng có niệm Phật.

Khi niệm có tiếng thì xét tiếng ấy từ đâu mà sanh ra. Đến khi hết niệm không nghe nữa, thì xét tiếng ấy coi nó đi vào chỗ nào. Xét cho biết chỗ sinh ra, chỗ trở về là đã được một phần công phu khá cao rồi, cứ giữ như thế mà niệm, đừng cho tán loạn, thì chắc có ngày minh tâm kiến tánh.

b.1.3. Quán tưởng niệm Phật

Là quán tưởng hình dung đức Phật à ở trước mắt ta, mình cao một trượng sáu thước, đứng trên hoa sen, và quán thân ta cũng ngồi trên hoa sen, chấp tay hầu Phật. Phật thấy ta, ta thấy Phật. Quán như thss lâu ngày, đi, đứng, nằm, ngồi, nhắm mắt, mở mắt đều thấy Phật, tức là pháp quán đã thuần thục.

b.1.4. Thật tướng niệm Phật

Thật tướng niệm Phật là niệm Phật hợp với chân tâm. Vì tất cả các pháp đều do tâm biến hiện, bởi tâm biến hiện, nên tướng nó đều là hư vọng (phàm sở tướng, giai thị hư vọng), duy có chân tâm là chân thật, không sinh, không

diệt; không chứ, không lai, xưa nay thanh tịnh bình đẳng như như, không hư vọng, không biến diệt, cho nên mới gọi là thật tướng.

Ba pháp niệm Phật trước thuộc về Sự, có tánh cách tiệm tu và tiệm quán. Đến pháp thứ tư này, là thuộc về Lý tánh, cao siêu hơn cả. Niệm Phật đến đây, mới hoàn toàn rốt ráo, mới ngộ tánh mình là Phật A Di Đà, tâm mình là cảnh Tịnh độ.

Nhưng chúng ta phải luôn luôn nhớ rằng: nhờ có Sự mới hiển ra Lý. Trước hết cũng do Trì danh niệm Phật, Quán tưởng niệm Phật v.v...nhờ lối dụng công tu ba pháp trước, đến lúc thuần thục không còn thấy có mình là người niệm Phật và Phật là một vị mình niệm, chỉ còn có một chơn tánh vừa yên lặng, vừa chiếu soi không năng, không sở, không bị, không thử, không hữu, không vô. Chỗ này chính như trong Kinh tứ Thập Nhị Chương, Phật nói: "Niệm đến chỗ vô niệm"; hay trong kinh A Di Đà nói: "Được nhưt tâm bất loạn

b.2 Phép Niệm Phật Bằng Ba Tự Tính

b.2.1- Niệm Phật bằng Tướng.

Niệm ra tiếng là thể hiện tác động của căn trần. Miệng niệm ra tiếng lục tự, căn tai nghe tiếng lục tự. Khi ta đọc lục tự ít ra ta đã nghe tiếng lục tự phát ra và căn tai ta nghe, đó là động tác vạch sóng giữa dòng tâm thức mà nắm bắt lục tự. Khi ta theo dõi tiếng lục tự là ta tập trung vào tiếng đọc đó, dòng tâm thức ngoài lục tự đã phủ định (tha tính không); nghĩa là khi ta niệm Phật là mọi vọng tưởng tạm thời không quấy rối trong tâm ta, dù không hoàn toàn ngăn chặn hết tâm viên ý mã, ít ra ta đã thanh lọc phần ý tưởng vẩn vơ và làm cho tâm bớt vọng động. Niệm Phật theo Căn Trần là lối chủ thể tác động với đối tượng là trần là hiện tượng (tướng) ở ngoài tâm. Đối tượng ngoài là một thực tại giả lập, nó không có tự tính và không chắn chắn, hay thay đổi nên nó dễ bị vọng tưởng xen vào.

b.2.2.- Niệm Phật bằng Thức.

Khi ta niệm lục tự thâm trong tâm, tiếng được thâm hội chỉ là Tướng Thức. Mặc dù tướng thức cũng ở trong tâm được ý tác động để tướng niệm cũng cùng ở chung một tâm, và dầu cho tướng thức và ý tác động chung dòng nhất nguyên, nhưng nó cũng chỉ là tướng thức của lục tự là một thực tại tùy thuộc ở chung dòng nhất nguyên tương đối mà thôi. Tác dụng của cách niệm

Phật này là ở chỗ xâm nhập, tập trung và xoáy sâu trong dòng tâm thức đang trôi chảy mà làm nổi bật lực tự để phá tan đám mây mờ của tâm trí. Lợi ích thì nhiều hơn niệm bằng tiếng vì thuận trong tư oai nghi và khi đi ngủ.

b.2.3.- Niệm Phật bằng Trí.

Thật sự niệm Phật bằng Trí là chỉ dùng hai cách niệm Phật trên rồi chuyển thành trí. Vì niệm Phật bằng căn trần thức là niệm thực tại giả lập, và niệm Phật bằng thức là niệm thực tại tùy thuộc, tất cả hai phép trên chỉ niệm theo bóng dáng (thức) của lục tự mà thôi. Từ thực tại giả lập hay tùy thuộc ta chuyển thành trí tức thực tại tuyệt đối. Trí là cái biết của tâm nó toàn diện và thường hằng, nhiều hơn cái biết của căn trần hay căn thức vì bị giới hạn ở các căn. Vậy khi ta niệm lục tự ra tiếng hay niệm thầm, biết ta đang niệm. Biết (của Trí) cái mình biết (của Căn), tức là Tri Thức Đúng (Trí) cái tri thức sai lầm của nhị nguyên (chủ khách) là đã giải thoát mọi phiền não khổ đau.

b.3. Pháp Niệm Chú:

Chúng ta cần tìm hiểu hai thần chú nổi tiếng nhất của Tây Tạng là thần chú Padmasambhava, gọi là thần chú kim cang thượng sư (Vajra Guru Mantra):

OM AH HUM VAJRA GURU PADMA SIDDNI HUM, và thần chú của Quán Thế Âm, vị Phật của lòng bi mẫn, OM MANI PADME HUM. Hai thần chú này cũng như phần đông thần chú, đều bằng phạn ngữ, cổ ngữ thiêng liêng của Ấn Độ. (Trích trong Tạng thư Sống Chết, tr 522-528)

Thần Chú Kim Cang Thượng Sư:

Thần chú này được giải thích căn cứ lời giảng dạy của hai ngài Dudjom Rinpoche và Dilgo Rinpoche.

OM AH HUM - Những âm Om Ah Hum có nghĩa ngoài, nghĩa trong và nghĩa mật. Nhưng ở mỗi tầng như vậy, Om đều tiêu biểu cho thân. Ah lời và Hum là ý. Cả ba âm tiêu biểu năng lực ân sủng của chư Phật để chuyển hóa thân, lời, ý.

Theo nghĩa ngoài, Om tịnh hóa mọi ác nghiệp của nhân, Ah của thân, Ah của lời, và Hum của ý. Nhờ tịnh hóa thân, lời, ý, Om Ah Hum đem lại ân

sủng của thân, lời, ý chư Phật... Khi đọc thần chú này, là ta tịnh hóa hoàn cảnh cũng như bản thân và những người ở trong đó.

Theo nghĩa trong, Om tịnh hóa những huyết đạo vi tế, Ah tịnh hóa nội phong hay khí lực, và Hum tịnh hóa chất sáng tạo.

Ở tầng mức sâu hơn, Om Ah Hum biểu trưng ba thân của Liên Hoa Bộ. Om là Pháp thân, Phật A Di Đà, Đức Phật của ánh sáng vô lượng; Ah là Báo thân, Quán Thế Âm, vị Phật của Tâm Đại Bi; và Hum là ứng hóa thân, Liên Hoa Sanh. Điều này có nghĩa, trong trường hợp thần chú này, cả ba thân đều thể hiện trong một vị là Padmasambhava, Liên Hoa Sanh. VAJRA GURU PADMA Vajra được ví như kim cương, đá quý nhất và cứng nhất. Cũng như kim cương có thể cắt bất cứ gì, mà chính nó thì không gì phá hủy được, cũng thế trí tuệ bất nhị bất biến của chư Phật không bao giờ bị hoại hay bị phá hủy bởi vô minh, và có thể cắt được mọi vọng tưởng chướng ngại. Những đức tính và hoạt động thân, lời, ý của chư Phật có thể làm lợi lạc hữu tình với năng lực sắc bén vô ngại như kim cương. Và cũng như kim cương không bị vết, năng lực sáng chói của nó tuôn phát từ sự chứng ngộ bản chất pháp thân của thực tại, bản chất của Phật A Di Đà.

Guru có nghĩa là sức nặng, chỉ một người tràn đầy đức tin kỳ diệu, thể hiện trí tuệ, hiểu biết, từ bi và phương tiện thiện xảo. Cũng như vàng ròng là loại kim nặng nhất quý nhất, cũng thế những đức không lỗi, không thể nghĩ bàn của bậc thầy làm cho vị ấy không ai vượt qua được, thù thắng hơn tất cả. Guru tương đương với Báo thân và Quán Thế Âm, vị Phật của Tâm Đại Bi. Lại nữa, về Padmasambhava (Liên Hoa Sanh) giảng dạy con đường mật tông, biểu tượng là Kim Cương và nhờ thực hành mật tông mà Ngài đạt giác ngộ tối thượng, cho nên Ngài được biết dưới danh hiệu là Kim Cương Thượng Sư.

Padma hoa sen, có nghĩa là Liên Hoa Bộ trong ngũ bộ và nhưt là khía cạnh ngôn ngữ giác ngộ của chư Phật ấy. Liên hoa bộ là dòng họ Phật mà con người thuộc vào. Vì Padmasambhava là ứng thân trực tiếp của Phật A Di Đà, vị Phật nguyên ủy của Liên hoa bộ, nên Ngài được gọi là Padma, hoa sen. Danh hiệu Liên Hoa Sanh của Ngài kỳ thực ám chỉ câu chuyện Ngài sinh ra trên một đóa sen nở. Khi những âm thanh Vajra Guru Padma đi liền nhau, thì cũng có nghĩa là tinh túy và ân sủng của Kiến, Thiên, Hành. Vajra nghĩa là tinh chất của chân lý bất khả hoại, bất biến, cũng chắc như kim cương, mà chúng ta cầu mong thực hiện được trong Kiến của chúng ta. Guru tiêu biểu tính chất ánh sáng và sự cao quý của giác ngộ, mà ta cầu cho kiện

toàn trong thiên định của mình. Padma tiêu biểu bi mẫn, mà chúng ta cầu thể hiện trong Hành Động của chúng ta.

Vậy nhờ tụng đọc thần chú này mà ta nhận được ân sủng của tâm giác ngộ, những đức cao quý và lòng bi mẫn của Padmasambhava và tất cả chư Phật.

SIDDHI HUM Siddhi là thành tựu, đạt đến, ân sủng và chứng ngộ. Có hai thứ thành tựu: tương đối và tuyệt đối. Nhờ nhận được ân sủng tương đối, tất cả chướng ngại trong đời như bệnh tật tiêu trừ, mọi thứ nguyện tốt được thành tựu, những lợi lạc như sống lâu, tiền của tăng và mọi hoàn cảnh đều được tốt lành, giúp cho tu tiến và chứng ngộ, trạng thái thực chứng hoàn toàn của đấng Liên Hoa Sanh, để tự lợi và lợi tha. Bởi thế nhờ nhớ đến và cầu nguyện với những năng lực thân, lời, ý của Ngài, mà chúng ta sẽ được những ân sủng tương đối và tuyệt đối. Siddhi Hum được xem là thâm tóm vào tất cả ân sủng, như nam châm hút sắt. Hum tiêu biểu tâm giác ngộ của chư Phật, và là xúc tác thiêng liêng của thần chú. Giống như tuyên bố lên quyền năng và chân lý của thần chú: Hãy là như vậy! Ý nghĩa cốt yếu của bài là chú là: Con triệu thỉnh Ngài, đấng Kim Cang Thượng Sư, với ân sủng của Ngài, xin hãy ban cho con những thành tựu thế gian và xuất thế gian.

Dilgo Khientse Rinpoche giải thích:

Mười hai âm Om Ah Hum Vajra Guru Padma Siddhi Hum mang tất cả ân sủng của mười hai bộ kinh giáo của Phật, tinh túy của tám mươi bốn ngàn pháp môn. Bởi thế tụng một lần thần chú Kim Cang Thượng Sư cũng có phước như là đã đọc mười hai bộ kinh điển và thực hành các pháp môn khác. Mười hai bộ kinh điển là phương thức giải cứu chúng ta khỏi mười hai nhân duyên giam giữ chúng ta trong vòng sinh tử. Mười hai móc xích này là guồng máy của luân hồi sanh tử làm cho luân hồi tiếp nối. Nhờ tụng mười hai âm này của thần chú Kim Cang Thượng Sư, mười hai nhân duyên được tịnh hóa, tẩy sạch cấu uế của nghiệp cảm và giải thoát sanh tử.

Mặc dù ta không thể trông thấy đức Liên Hoa Sanh, nhưng tâm giác ngộ của Ngài đã thể hiện dưới hình thức thần chú này, thần chú này có được toàn thể ân sủng của Ngài, Bởi thế khi bạn kêu Ngài bằng cách tụng đọc mười hai âm thần chú này, thì bạn sẽ được ân sủng và công đức vô lượng.

---oOo---

THẦN CHÚ CỦA ĐẠI BI TÂM: OM MANI PADME HUM.

- Tạng ngữ đọc là Om Mani Pémé hung. Thần chú này tiêu biểu tâm đại bi và ân sủng của tất cả chư Phật, Bồ Tát, như là ân sủng của Quán Tự Tại, vị Phật của lòng bi mẫn. Quán Tự Tại (hay Quán Thế Âm) là hiện thân của Phật trong hình thức Báo Thân, và thần chú của Ngài được xem là tinh túy của lòng bi mẫn của chư Phật đối với hữu tình. Nếu Liên Hoa Sanh là bậc thầy quan trọng nhất của người Tây Tạng, thì Quán Tự Tại là vị Phật quan trọng nhất của họ, là vị thần hộ mạng của dân tộc này. Có câu nói nổi tiếng là vị Phật của lòng bi mẫn đã ăn sâu vào tiềm thức Tây Tạng tới nỗi một hài nhi vừa biết nói tiếng mẹ là đã biết đọc thần chú này, om mani padme hum.

Kalu Rinpoche viết: Một cách khác để giải thích thần chú này là, Om là tính chất của thân giác ngộ. Man Padme tiêu biểu ngữ giác ngộ; Hum tiêu biểu ý giác ngộ. Thân ngữ ý của tất cả chư Phật được tàng ẩn trong âm thanh của thần chú này. Thần chú này tịnh hóa những chướng ngại của thân lời ý, và đưa tất cả hữu tình đến trạng thái chứng ngộ. Khi tụng thần chú này, và phối hợp với đức tin và tinh tấn thiền định, thì năng lực chuyển hóa của thần chú sẽ phát sinh và tăng trưởng. Quả vậy, chúng ta có thể tịnh hóa bản thân bằng phương pháp ấy.

Đối với những người đã quen thuộc với thần chú này, suốt đời tụng đọc với nhiệt thành và niềm tin, thì Tử Thi Tây Tạng, ở trong cõi Trung Âm:

Khi âm thanh của Pháp tánh gầm thét như ngàn muôn sấm sét, nguyện cho tất cả tiếng này trở thành âm thanh của thần chú sáu âm. Tương tự Kinh Lăng Nghiêm cũng nói: Mâu nhiệm thay là âm thanh siêu việt của Quán Thế Âm. Đây là âm thanh tối sơ của vũ trụ...Đó là tiếng thì thầm âm i của thủy triều trầm lắng. Tiếng mâu nhiệm ấy đem lại giải thoát bình an cho tất cả hữu tình đang kêu cứu trong cơn đau khổ, và đem lại một sự an trú thanh tịnh cho tất cả những ai đang tìm sự thanh tịnh vô biên của niết bàn.

b.4. Pháp Thiền:

b.4.1. Thiền Tông với Thiền Tiểu Thừa (Trích trong Tự Gia Bảo, T. Thanh Từ).

Thiền Tiểu Thừa có nhiều lối tu, đại để đều căn cứ trên hình thức hiện có của thân căn, trần cảnh và tâm thức. Như pháp Thiền, tùy bệnh đối trị, người nặng bệnh tham dục dùng quán quán bất tịnh đối trị, người nặng bệnh sân hận dùng quán từ bi đối trị, người nhiều loạn tưởng dùng quán sở tức đối trị,

người nhiều ngu si dùng quán nhân duyên đối trị, người nhiều tham sân si đồng nhau dùng pháp quán Phật tam muội đối trị. Đó là y cứ tâm bệnh dùng pháp tu quán để đối trị. Hoặc lối quán tứ đại, quán đất, quán nước, quán gió, quán lửa, từ một đóm nhỏ cho đến trùm cả hư không. Hoặc lối quán màu sắc, màu xanh, màu vàng, màu trắng, màu đỏ, cũng từ một điểm nhỏ cho đến đầy đầy hư không. Hoặc trụ tâm vào một điểm trên đầu cây hương hay một vòng tròn nhỏ trên vách cho đến nó phát quang. Hoặc dùng chánh quán

Tứ niệm xứ, quán Tứ đế, quán mười hai nhân duyên v.v.. Đến kết quả được tứ thiền, bát định và tiến lên tứ gia hạnh, thành tựu tứ quả Thanh Văn. Bởi pháp thiền này cuộc hạn trên hình thức và tu chứng từng thứ bậc, nên khác hẳn với Thiền Tông. Thiền Tông chỉ thẳng tâm người thấy tánh thành Phật, không thuộc hình thức cũng không thứ bậc.(tr 390)

b.4.2. Thiền Nguyên Thủy hay Tiểu Thừa.

Lúc thực tập bạn có thể ngồi kiết già, hay bán già hoặc ngồi hai chân không chồng lên nhau. Nếu thấy ngồi dưới sàn nhà khó định tâm hay làm bạn khó chịu, bạn có thể ngồi trên ghế. Tóm lại, bạn có thể ngồi cách nào miễn thấy thoải mái là được.

---o0o---

1. Bài Tập Thứ Nhất

Hãy chú tâm vào bụng. Nên nhớ là chú tâm, chứ không phải chú mắt vào bụng. Chú tâm vào bụng bạn sẽ thấy được chuyển động phồng xẹp của bụng. Nếu không thấy rõ được chuyển động của bụng, bạn có thể đặt hai tay lên bụng để "cảm giác" sự phồng xẹp. Một lúc sau, bạn sẽ nhận rõ sự chuyển động vào ra của hơi thở. Bạn hãy ghi nhận sự phồng lên khi hít vào và xẹp xuống khi thở ra. Mọi chuyển động của bụng đều phải được ghi nhận. Từ bài tập này bạn biết được cách chuyển động của bụng. Bạn không cần để ý đến hình thức của bụng mà chỉ cần theo dõi cảm giác, sức ép do chuyển động của bụng tạo nên mà thôi.

Đối với những người mới tập thiền, đây là phương pháp rất có hiệu quả để phát triển khả năng chú ý, định tâm và tuệ giác. Càng thực tập lâu càng thấy sự chuyển động rõ ràng hơn. Khi tuệ giác phát triển trọn vẹn thì ta sẽ nhận thức được những diễn tiến liên tục của tiến trình tâm-sinh-lý qua mỗi giác quan. Vì là người sơ cơ hành thiền, sự chú ý và khả năng định tâm còn yếu

nên bạn sẽ thấy khó giữ tâm trên những chuyển động phòng xệp liên tục. Do đó bạn có thể nghĩ rằng: "Ta chẳng biết cách giữ tâm trên mọi chuyển động phòng xệp này". Bạn cần nhớ rõ đây là một tiên trình học hỏi vì vậy hãy yên tâm tiếp tục hành thiền. Chuyển động phòng xệp của bụng luôn luôn hiện hữu, vì vậy ta không cần tìm kiếm chúng. Thực ra, những thiền sinh mới chỉ cần đơn thuần chú tâm trên hai chuyển động phòng xệp mà thôi nên sự thực tập cũng không khó khăn lắm. Bạn hãy tiếp tục thực tập bài tập số một này bằng cách chú tâm vào chuyển động phòng xệp. Đừng bao giờ lập đi lập lại ra lời những chữ phòng xệp, chỉ cần niệm thầm mà thôi. Niệm thầm sẽ giúp quý bạn dễ chú tâm vào đề mục. Nhưng nếu niệm thầm cản trở sự chú tâm của bạn, thì bạn chỉ ghi nhận sự chuyển động của bụng mà không cần niệm thầm cũng được. Nên thở đều đặn tự nhiên tránh thở dài hay ngắn quá. Nhiều thiền sinh muốn thấy rõ sự phòng xệp nên hay thở dài hoặc thở nhanh, làm như thế sẽ khiến bạn mệt.

---o0o---

2. Bài Tập Thứ Hai

Trong khi thực tập quan sát sự phòng xệp của bụng những tư tưởng khác sẽ phát sinh làm bạn quên mất sự chú tâm. Tư tưởng, ham muốn, ý nghĩ, tưởng tượng, v.v... sẽ xuất hiện giữa những "phòng xệp". Bạn không nên bỏ qua những phóng tâm hay vọng tưởng này mà phải ghi nhận từng phóng tâm một khi chúng phát sinh.

Khi tâm bạn tưởng tượng điều gì, bạn phải biết mình đang tưởng tượng và ghi nhận: "tưởng-tượng, tưởng-tượng, tưởng-tượng". Khi bạn chỉ đơn thuần nghĩ đến điều gì phải ghi nhận: "nghĩ, nghĩ, nghĩ". Khi bạn suy gẫm, ghi nhận: "suy-gẫm, suy-gẫm, suy-gẫm". Khi bạn có dự định làm điều gì hãy ghi nhận: "dự-định, dự-định, dự-định". Khi tâm bạn đi lang bạc không để ý đến phòng xệp hãy ghi nhận: "phóng-tâm, phóng-tâm, phóng-tâm". Khi tưởng tượng hay đang đi đến một nơi nào phải ghi nhận: "đi, đi, đi". Khi đến thì ghi nhận: "đến, đến, đến". Khi nghĩ đến gặp người nào đó thì ghi nhận: "gặp, gặp, gặp". Khi nghĩ đến nói chuyện với ai thì ghi nhận: "nói, nói, nói". Khi bàn cãi thì ghi nhận: "bàn-cãi, bàn-cãi, bàn-cãi". Khi thấy hình ảnh màu sắc ghi nhận: "thấy, thấy, thấy". Mỗi một khi tâm thấy gì, nghĩ gì đều phải ghi nhận cho đến khi chúng biến mất. Sau khi chúng biến mất ta lại chú tâm vào sự phòng xệp. Phải chú tâm hành trì đừng chệnh mãng. Khi định nuốt nước bọt phải ghi nhận: "định, định, định". Khi nuốt phải ghi nhận: "nuốt, nuốt, nuốt". Muốn khạc nhổ, ghi nhận: "muốn, muốn, muốn" rồi lại trở về sự

phòng xẹp. Nếu bạn muốn khum cổ ghi nhận: "muốn, muốn, muốn"; trong khi khum cổ ghi nhận: "khum, khum, khum". Khi bạn định ngừng cổ lên, ghi nhận: "định, định, định". Khi ngừng cổ lên ghi nhận: "ngừng, ngừng, ngừng". Tác động ngừng cổ hay khum cổ phải làm từ từ.

Sau khi đã chú tâm ghi nhận mỗi một động tác đó, ta lại trở về với sự phòng xẹp.

---o0o---

3. Bài Tập Thứ Ba

Vì phải liên tục thiền trong một khoảng thời gian khá dài với một tư thế ngồi hay nằm nên bạn sẽ cảm thấy mệt và thấy mỏi tay chân. Trong trường hợp này, bạn hãy chú tâm vào nơi mỏi mệt và ghi nhận: "mỏi-mệt, mỏi-mệt, mỏi-mệt". Hãy ghi nhận một cách tự nhiên, không mau quá cũng không chậm quá. Cảm giác mệt mỏi sẽ dần dần giảm đi và cuối cùng hết hẳn. Nếu sự mệt mỏi kéo dài đến độ không chịu đựng nổi, lúc bấy giờ bạn hãy thay đổi tư thế. Tuy nhiên đừng quên ghi nhận "muốn, muốn, muốn" trước khi thay đổi tư thế. Mỗi một chi tiết chuyển động nhỏ đều phải được ghi nhận một cách trung thực và thứ tự.

Nếu dự định đưa tay hay chân lên hãy ghi nhận: "dự-định, dự-định, dự-định" trong khi đưa tay hay chân lên thì ghi nhận: "đưa-lên, đưa-lên, đưa-lên". Duỗi tay, chân ra; ghi nhận: "duỗi, duỗi, duỗi". Khi đặt tay xuống, ghi nhận: "đặt, đặt, đặt". Khi tay hay chân tiếp xúc nhau ghi nhận: "tiếp-xúc, tiếp-xúc, tiếp-xúc". Hãy thực hiện mọi động tác thật chậm để dễ ghi nhận. Ngay khi bạn đã ở trong tư thế mới, bạn phải tiếp tục chú tâm vào sự phòng xẹp của bụng ngay. Nếu thấy tư thế mới không thoải mái, muốn đổi tư thế thì cũng phải ghi nhớ như trên.

Nếu thấy ngứa một chỗ nào đó, chú tâm vào chỗ ngứa và ghi nhận: "ngứa, ngứa, ngứa". Sự ghi nhận phải tự nhiên đừng quá mau cũng đừng quá chậm. Khi cảm giác ngứa biến mất lại trở về với sự phòng xẹp. Nếu ngứa quá không chịu được muốn gãi, ghi nhận: "muốn, muốn, muốn", rồi lại từ từ đưa tay lên, ghi nhận: "đưa-lên, đưa-lên, đưa-lên". Khi tay đụng chỗ ngứa, ghi nhận: "đụng, đụng, đụng". Khi gãi nhẹ nhẹ vào chỗ ngứa, ghi nhận: "gãi, gãi, gãi". Khi đã ngứa, không muốn gãi nữa và muốn đưa tay về, hãy ghi nhận: "đưa-về, đưa- về, đưa-về". Khi tay trở về chỗ cũ và tiếp xúc với tay

hay chân, ghi nhận: "đụng, đụng, đụng". Rồi tiếp tục quan sát s? phòng xẹp của bụng.

Nếu thấy đau hay khó chịu, hãy chú tâm đến chỗ đau hay khó chịu đó. Hãy ghi nhận một cách rõ ràng và chính xác mọi cảm giác phát sinh, chẳng hạn, đau nhức, đè nặng, mệt, tê, cứng, v.v... Cần nhớ là những sự ghi nhận này phải tự nhiên; đừng vội vã quá cũng đừng trễ quá. Con đau, nhức có thể chấm dứt hay gia tăng. Khi cơn đau gia tăng cũng đừng hoảng hay lo sợ gì cả mà chỉ cần tiếp tục thiền và một lát sau cơn đau sẽ lắng đi. Nếu cơn đau nhức vẫn kéo dài không thể chịu đựng nổi thì hãy bỏ qua sự đau nhức và chú tâm vào sự phòng xẹp.

Khi thiền của bạn tiến triển, bạn sẽ có những cảm giác đau đớn khó chịu. Bạn có cảm giác khó thở, nghèn nghẹn, có khi như bị kim chích, thấy nhột nhạt như có côn trùng bò trên thân mình. Bạn cũng có thể thấy ngứa ngáy, đau đớn như bị con gì cắn, bị rét run. Khi bạn ngưng thiền thì những cảm giác trên biến mất ngay. Khi bạn tiếp tục thiền trở lại và cứ mỗi khi bắt đầu định tâm thì những cảm giác khó chịu trên lại xuất hiện. Những cảm giác này không có gì đáng lo ngại. Đây không phải là dấu hiệu của bệnh hoạn mà chỉ là những cảm giác bình thường vẫn hiện diện trong cơ thể ta nhưng chúng bị che lấp vì tâm ta đang mãi bận rộn với những đối tượng trước mắt. Khi thiền tiến triển, tâm ta trở nên bén nhọn, tinh tế nên dễ dàng nhận thấy những cảm giác này, khi mức độ thiền tiến triển hơn bạn sẽ vượt qua tất cả những chướng ngại này. Nếu tiếp tục và kiên trì thiền bạn sẽ không còn gặp những cảm giác khó chịu này nữa. Nếu bạn thiếu can đảm, thiếu quyết tâm và gián đoạn một thời gian thì bạn lại sẽ chạm trán với chúng lần nữa mỗi khi thiền của bạn tiến triển. Nhưng nếu gặp những cảm giác khó chịu này mà bạn vẫn quyết tâm và kiên trì tiếp tục hành thiền thì bạn sẽ chinh phục được chúng và bạn sẽ không bao giờ gặp những cảm giác khó chịu này nữa trong lúc hành thiền.

Nếu bạn dự định xoay mình hãy ghi nhận: "dự-định, dự-định, dự-định". Khi đang xoay ghi nhận: "xoay, xoay, xoay". Nhiều khi trong lúc đang hành thiền, bạn thấy thân thể mình lắc lư từ trước ra sau thì cũng đừng sợ hãi, đừng thích thú hay mong muốn tiếp tục lắc lư. Sự lắc lư sẽ chấm dứt nếu bạn chú tâm vào nó và tiếp tục ghi nhận: "lắc-lư, lắc-lư, lắc-lư" cho đến khi hết lắc lư. Nếu đã ghi nhận nhiều lần mà thân hình vẫn còn lắc lư bạn hãy dựa vào tường hay nằm xuống một lát và vẫn tiếp tục hành thiền. Khi thân bị lay chuyển hay run rẩy cũng chú tâm ghi nhận như trên. Khi thiền tiến triển đôi khi bạn cũng sẽ cảm thấy rờn rợn run lên hoặc ớn lạnh ở xương sống hay

toàn thân. Đó là trạng thái phi lạc, một thành quả đương nhiên khi thiền được tiến triển tốt đẹp. Khi tâm an trụ trong thiền thì bạn rất dễ bị giật mình bởi những tiếng động nhỏ. Lý do là tâm của bạn bây giờ rất bén nhạy trước mọi đối tượng của giác quan.

Trong lúc thiền nếu bạn cảm thấy khát nước, hãy ghi nhận cảm giác: "khát, khát, khát". Khi muốn đứng dậy, ghi nhận: "muốn, muốn, muốn" và chú tâm ghi nhận mỗi một tác động chuẩn bị đứng dậy, rồi chú tâm vào tác động đứng và ghi nhận: "đứng, đứng, đứng". Sau khi đứng dậy mắt bạn nhìn về phía có nước, ghi nhận: "nhìn, nhìn, nhìn". Khi muốn đi, ghi nhận: "muốn, muốn, muốn". Bắt đầu bước từng bước, ghi nhận: "đi, đi, đi" hay "trái, phải". Bạn phải tỉnh thức trong mọi bước đi từ lúc bắt đầu đi cho tới khi đứng lại. Khi đi tản bộ hoặc thiền hành bạn cũng phải theo những nguyên tắc ghi nhận như trên. Hãy cố gắng ghi nhận những bước chân qua hai tác động: "dỡ, đạp", "dỡ, đạp". Khi bạn đã thuần thục với cách này, hãy chú tâm ghi nhận ba tác động: "dỡ, bước, đạp", "dỡ, bước, đạp".

Khi bạn thấy hoặc đi đến chỗ để nước phải ghi nhận: "thấy, thấy, thấy" hay "nhìn, nhìn, nhìn".

Khi dừng chân, ghi nhận: "dừng, dừng, dừng".

Khi đưa tay ra, ghi nhận: "đưa, đưa, đưa".

Khi tay đụng vào chén, ghi nhận: "đụng, đụng, đụng".

Khi cầm chén, ghi nhận: "cầm, cầm, cầm".

Khi thọc tay vào lu, ghi nhận: "thọc, thọc, thọc".

Khi đưa chén lên môi, ghi nhận: "đưa, đưa, đưa".

Khi chén đụng vào môi, ghi nhận: "đụng, đụng, đụng".

Khi cảm thấy mát, ghi nhận: "mát, mát, mát".

Khi nuốt, ghi nhận: "nuốt, nuốt, nuốt".

Khi để chén xuống ghi nhận: "để-xuống, để-xuống, để-xuống".

Khi thu tay về, ghi nhận: "thu-về, thu-về, thu-về".

Khi thông tay xuống, ghi nhận: "thông, thông, thông".

Khi tay đung vào đùi, ghi nhận: "dung, dung, dung".

Khi muốn quay lui, ghi nhận: "muốn, muốn, muốn".

Khi quay lui, ghi nhận: "quay, quay, quay".

Khi đi, ghi nhận: "đi, đi, đi".

Khi đến nơi, muốn dừng lại, ghi nhận: "muốn, muốn, muốn".

Khi dừng lại ghi nhận: "dừng, dừng, dừng".

Nếu đứng một thời gian lâu, thì hãy chú tâm vào sự phòng xep của bụng. Nhưng khi bạn muốn ngồi hãy ghi nhận: "muốn, muốn, muốn". Khi đi đến chỗ ngồi, phải ghi nhận: "đi, đi, đi". Đến chỗ ngồi, ghi nhận: "đến, đến, đến". Xoay người trước khi ngồi, ghi nhớ: "xoay, xoay, xoay". Ngồi xuống ghi nhận: "ngồi, ngồi, ngồi". Phải ngồi xuống chậm chậm và ghi nhận mọi chuyển động của sự ngồi. Bạn phải chú ý đến từng tác động một của tay chân khi ngồi. Ngồi xong lại tiếp tục theo dõi sự phòng xep của bụng.

Khi bạn muốn nằm, ghi nhận: "muốn, muốn, muốn"; rồi lại ghi mọi tác động của sự nằm: nghiêng người, chống tay, đặt đầu, duỗi chân, nằm... tất cả những động tác này phải làm chậm chậm. Lúc nằm xuống rồi lại tiếp tục theo dõi sự phòng xep. Trong khi nằm nếu cảm thấy đau nhức, mệt mỏi, ngứa ngáy... Đều phải ghi nhận. Ghi nhận mọi cảm giác, suy nghĩ, ý kiến, cân nhắc, suy xét và mọi tác động của tay chân và thân thể. Nếu thấy không còn cảm giác gì đặc biệt đáng ghi nhận thì hãy tiếp tục ghi nhận sự phòng xep. Khi buồn ngủ, ghi nhận: buồn ngủ. Nếu bạn có đủ năng lực tập trung trong thiền, bạn có thể vượt qua sự buồn ngủ và cảm thấy tươi tỉnh, lúc bấy giờ bạn hãy tiếp tục theo dõi sự phòng xep, nếu bạn không thắng được cơn buồn ngủ hãy tiếp tục niệm phòng xep cho đến khi ngủ. Giác ngủ là sự liên tục của luồng hộ kiếp hay tiềm thức, giống như trường hợp của tâm lúc tái sanh hay của tâm lúc chết, cái tâm lúc này rất yếu ớt không thể nhận thức được gì cả... Khi bạn thức, tâm này tiếp tục xuất hiện giữa những lúc bạn nhìn, nghe, nếm, ngửi, xúc chạm và suy nghĩ. Nhưng tâm này xuất hiện rất yếu và không tồn tại lâu nên khó nhận thấy. Tâm này sẽ duy trì liên tục khi

bạn ngủ. Khi bạn thức dậy, thì mọi tư tưởng và mọi đối tượng sẽ được nhận thức rõ ràng liền.

Vào lúc thức giấc, bạn phải hành thiền ngay. Là thiền sinh mới vì vậy bạn khó có thể tỉnh thức vào những giây phút đầu tiên lúc mới thức dậy. Nhưng bạn phải giác tỉnh ngay lúc bạn nhớ lại rằng mình đang hành thiền. Chẳng hạn lúc thức dậy, bạn nghĩ tưởng đến điều gì thì phải tỉnh thức mà ghi nhận ngay: "nghĩ-tưởng, nghĩ-tưởng, nghĩ-tưởng". Rồi tiếp tục với phòng xệp. Khi thức dậy bạn phải chú tâm đến những chi tiết của hoạt động cơ thể. Mọi tác động của tay chân và thân thể phải được ghi nhận một cách tỉnh thức. Lúc thức dậy bạn có nghĩ rằng bây giờ là mấy giờ không? Nếu nghĩ đến giờ thì phải ghi nhận: "nghĩ, nghĩ, nghĩ". Bạn chuẩn bị rời khỏi giường ngủ hãy ghi nhận chuẩn bị. Khi từ từ ngồi dậy phải ghi nhận: ngồi dậy. Lúc đang ở tư thế ngồi, ghi nhận: "ngồi, ngồi, ngồi". Nếu còn ngồi ở giường một lúc lâu mới đứng dậy đi thì phải chú tâm đến phòng xệp, tiếp theo đó. Lúc rửa mặt hay tắm, cũng phải để tâm ghi nhận mọi chi tiết; chẳng hạn, nhìn, ngấm, duỗi, cầm, nắm, ấm, lạnh, chà xát, v.v... Lúc trang điểm, lúc làm giường, lúc đóng cửa, cầm nắm vật gì đều phải chú tâm ghi nhận theo thứ tự.

Bạn cũng chú ý từng tác động một trong lúc ăn:

Khi nhìn thức ăn ghi nhận: "nhìn, nhìn, nhìn".

Khi múc thức ăn ghi nhận: "múc, múc, múc".

Khi đưa thức ăn lên miệng ghi nhận: "đưa, đưa, đưa".

Khi thức ăn đụng môi, ghi nhận: "đụng, đụng, đụng".

Khi thức ăn vào đến miệng, ghi nhận: "vào, vào, vào".

Khi miệng ngậm lại, ghi nhận: "ngậm, ngậm, ngậm".

Khi bỏ tay xuống, ghi nhận: "bỏ xuống, bỏ xuống, bỏ xuống".

Khi tay đụng đĩa, ghi nhận: "đụng, đụng, đụng".

Khi nhai ghi nhận: "nhai, nhai, nhai".

Khi biết mùi vị ghi nhận: "biết, biết, biết".

Khi nuốt, ghi nhận: "nuốt, nuốt, nuốt".

Khi thực phẩm vào trong cuống họng chạm vào cuống họng, ghi nhận: "đụng, đụng, đụng".

Hãy chú tâm theo dõi mỗi khi bạn múc một muống cơm cho đến khi xong bữa ăn. Lúc mới thực hành sẽ có rất nhiều thiếu sót. Đừng ngại điều đó, sau một thời gian kiên trì tập luyện, sự thiếu sót ghi nhận sẽ giảm đi. Khi mức thiền tập của bạn tiến triển đến mức độ cao hơn bạn sẽ còn ghi nhận được thêm nhiều chi tiết hơn những điều đã đề cập ở đây.

---oOo---

BÀI TẬP THIỀN HÀNH CĂN BẢN

Giữa hai lần thiền tọa là khoảng thời gian từ bốn mươi đến chín mươi phút để thiền hành. Thiền hành xen kẽ giữa thiền tọa để quân bình năng lực và những yếu tố của sự định tâm, đồng thời để tránh buồn ngủ. Bạn có thể thiền hành trong phòng hay ngoài sân. Lúc thiền hành bạn nên đi chậm hơn lúc bình thường và đi một cách tự nhiên. Trong lúc thiền hành bạn phải chú tâm vào sự chuyển động của chân. Bạn phải chú tâm khi bàn chân phải (mặt) bắt đầu nhấc lên khỏi mặt đất, ghi nhận: dờ; Khi đưa chân tới ghi nhận: bước; khi chân đặt xuống đất, ghi nhận: đạp. Chân trái cũng làm như thế...

Cũng như lúc ngồi thiền; khi đi, mọi phóng tâm hay cảm giác phải được ghi nhận. Chẳng hạn chợt nhìn một vật gì đó trong khi bạn đang đi hãy ghi nhận tức thì: "nhìn, nhìn, nhìn", rồi trở về với những chuyển động của chân. Mặc dầu trong khi đi những vật bạn nhìn thấy không liên quan gì đến thiền hành nhưng nếu bạn vô tình để tâm đến nó thì phải ghi nhận ngay: "nhìn, nhìn, nhìn".

Khi đi đến mức cuối của đoạn đường kinh hành dĩ nhiên bạn phải trở bước để đi ngược trở lại; lúc còn vài bước đến bước cuối cùng đoạn đường, bạn phải ghi nhận: "muốn quay, muốn quay, muốn quay". Ý định muốn quay có thể khó ghi nhận lúc ban đầu nhưng khi thiền của bạn tiến triển, bạn sẽ thấy dễ dàng. Sau khi ghi nhận ý định bạn phải ghi nhận tất cả chi tiết của tư tưởng và tác động liên quan đến việc quay... ở bước cuối của con đường, bạn bắt đầu quay mình, phải ghi nhận: "quay, quay, quay", khi chân chuyển động phải kịp thời ghi nhận dờ... bước... đạp, v.v... Trong lúc quay thường vì

sự cảm dỗ của bên ngoài nên bạn có ý định muốn nhìn xem chung quanh có cái gì lạ không, phải ghi nhận ngay: "dự-định, dự-định, dự-định" hay "muốn, muốn, muốn", rồi lại chú tâm đến bước chân.

Thông thường đối với những thiền sinh mới, chú tâm đến ba giai đoạn dở, bước và đạp rất có hiệu quả. Tuy nhiên, tùy theo khả năng của từng người, thiền sư có thể khuyên họ nên chú ý ít hay nhiều giai đoạn hơn. Nhiều lúc thấy sự đi chậm bất tiện, nhất là lúc đi ra ngoài khu vực hành thiền bạn có thể đi nhanh hơn và ghi nhận: trái, phải mỗi khi chân trái hay chân phải đặt xuống đất. Ghi nhận nhiều hay ít giai đoạn không quan trọng, điều cốt yếu là bạn có chú tâm tinh thức trong từng bước đi hay không?

---oOo---

THIỀN MỨC CAO HƠN

Sau một thời gian hành thiền, định lực của bạn phát triển và bạn đã dễ dàng theo dõi sự phòng xệp của bụng, lúc bấy giờ bạn sẽ nhận thấy có một thời gian, hay khoảng hở giữa hai giai đoạn phòng xệp. Nếu bạn đang ngồi thiền bạn hãy ghi nhận: "phòng, xệp, ngồi". Khi ghi nhận ngồi, bạn hãy chú tâm vào phần trên của thân. Khi bạn đang nằm thiền hãy ghi nhận: "phòng xệp, nằm".

Nếu bạn thấy có khoảng thời gian hở giữa phòng, xệp, và xệp, phòng, bạn hãy ghi nhận: "phòng, ngồi, xệp, ngồi". Nếu bạn đang nằm hãy ghi nhận: "phòng, nằm, xệp, nằm". Nếu thực hành một lát mà thấy sự ghi nhận ba hay bốn giai đoạn như trên không dễ dàng đối với bạn, hãy trở về với hai giai đoạn phòng, xệp.

Trong khi chú tâm theo dõi chuyển động của cơ thể, bạn không cần phải chú ý đến đối tượng thấy và nghe. Khi bạn có khả năng chú tâm vào chuyển động phòng xệp thì bạn cũng có khả năng chú tâm vào đối tượng nghe và thấy. Tuy nhiên, khi chú ý nhìn một vật gì đó thì bạn phải đồng thời ghi nhận ba lần: "thấy, thấy, thấy" sau đó trở về với sự chuyển động của bụng. Giả sử có một người nào đó đi vào trong tầm nhìn của bạn, bạn để ý thấy thì phải ghi nhận: thấy hai hay ba lần, rồi trở về với sự phòng xệp. Bạn có nghe tiếng nói không? Bạn có lắng nghe không? Nếu bạn nghe hay lắng nghe thì phải ghi nhận: "nghe, nghe, nghe" hay "lắng-nghe, lắng-nghe, lắng-nghe"; sau đó trở về với sự phòng xệp. Giả sử bạn nghe những tiếng động lớn như tiếng chó sủa, nói chuyện to, tiếng hát bạn phải tức khắc ghi nhận hai hay ba

lần: nghe, rồi trở về với bài tập phòng, xếp. Nếu bạn quên không ghi nhận khi đang phóng tâm vào sự nghe, điều này có thể khiến bạn suy tưởng hay chạy theo chúng mà quên chú ý vào sự phòng xếp. Lúc bấy giờ sự phòng xếp sẽ trở nên yếu đi hay không phân biệt được rõ ràng. Gặp những trường hợp bạn bị lôi cuốn bởi những phiền não chấp chông như thế, bạn hãy ghi nhận hai hay ba lần: "suy-tưởng, suy-tưởng, suy-tưởng" rồi trở về với sự phòng xếp. Nếu quên ghi nhận những chuyển động của cơ thể, tay chân, v.v.. thì phải ghi nhận: "quên, quên, quên" rồi trở về với sự chuyển động của bụng. Bạn có thể cảm thấy lúc bấy giờ hơi thở sẽ chậm lại hay chuyển động phòng xếp không rõ ràng. Nếu điều đó xảy ra và lúc ấy bạn đang ngồi thì hãy chú tâm ghi nhận: ngồi, đứng. Nếu lúc bấy giờ đang nằm hãy ghi nhận nằm, đứng. Khi ghi nhận đứng, không phải bạn chỉ chú tâm vào một điểm của cơ thể đang tiếp xúc, mà phải chú tâm vào nhiều điểm kế tiếp nhau. Có nhiều chỗ đứng; ít nhất sáu hay bảy chỗ bạn phải chú tâm đến. Một trong những điểm đó là: đùi, đầu gối, hai tay chạm nhau, hai chân đứng nhau, hai ngón cái đứng nhau, chóp mắt, lưỡi đứng miệng, môi chạm nhau.

---o0o---

4. Bài Tập Thứ Tư

Cho đến bây giờ bạn đã hành thiền được nhiều giờ rồi. Bạn có thể bắt đầu cảm thấy làm biếng khi nghĩ rằng mình chưa tiến bộ được bao nhiêu. Đừng bỏ dở, hãy tiếp tục ghi nhận: "làm biếng, làm biếng, làm biếng".

Trước khi thiền của bạn đủ sức mạnh để phát triển khả năng chú ý, định tâm và tuệ giác, bạn có thể nghi ngờ không biết cách thức hành thiền như thế này có đúng, có hữu ích không. Gặp trường hợp này hãy ghi nhận: "nghi-ngờ, nghi-ngờ, nghi-ngờ". Bạn có ao ước hay mong muốn đạt được thành quả tốt trong thiền không? Nếu bạn có tư tưởng như thế thì hãy ghi nhận: "ao ước, ao ước, ao ước" hay "mong muốn, mong muốn, mong muốn". Bạn có suy nghĩ xét lại cách thức thực tập để bạn đạt được mức độ này không? Nếu có, bạn hãy ghi nhận: "xét lại, xét lại, xét lại". Có trường hợp nào bạn xem xét đối tượng thiền và phân vân không biết đó là tâm hay vật chất không? Nếu có, bạn hãy ghi nhận: "xem xét, xem xét, xem xét". Có khi nào bạn tiếc nuối vì mình không đạt được sự tiến bộ nào không? Nếu có, bạn hãy chú tâm ghi nhận cảm giác: "tiếc nuối, tiếc nuối, tiếc nuối".

Ngược lại, bạn có cảm thấy sung sướng khi mức độ thiền của bạn tiến triển hay không? Nếu có, bạn hãy ghi nhận: "sung sướng, sung sướng, sung

sương". Đây là cách thức bạn ghi nhận mỗi một trạng thái của tâm hồn, nếu không có những tư tưởng hay quan niệm được ghi nhận thì bạn hãy trở về với sự phòng xep.

Trong một khóa hành thiền tích cực thì thời gian hành thiền bắt đầu từ lúc thức dậy cho đến khi đi ngủ. Bạn cần nhớ là phải luôn luôn thực hành hoặc bài tập căn bản, hoặc là thực hành sự chú tâm liên tiếp suốt ngày cho đến đêm, nếu bạn chưa buồn ngủ. Chẳng có nghỉ ngơi phút nào. Khi thiền của bạn đạt được mức tiến bộ cao thì bạn sẽ không còn cảm thấy buồn ngủ mặc dù bạn phải hành thiền rất nhiều giờ; lúc bấy giờ bạn có thể tiếp tục thiền cả ngày lẫn đêm.

Tóm lại trong thời gian hành thiền, bạn phải để tâm ghi nhận tất cả những trạng thái của tâm, dù đó là trạng thái tốt hay xấu; bạn cũng phải chú tâm đến những sự chuyển động của cơ thể, dù đó là những chuyển động lớn hay nhỏ; bạn phải

chú tâm đến mỗi một cảm giác, dầu cảm giác ấy dễ chịu hay khó chịu. Trong suốt thời gian hành thiền nếu không có những gì đặc biệt xảy ra khiến bạn phải ghi nhận, thì hãy chú tâm vào sự phòng xep của bụng. Nếu bạn đi làm một việc gì đó, chẳng hạn, đi uống nước, bạn phải chú ý đến những tác động cần thiết của sự đi, bạn phải chú tâm tinh thức ghi nhận từng bước đi một, chẳng hạn: đi, đi, hay trái, phải. Lúc đến nơi bạn hãy niệm: đ?ng, cầm, nắm, uống v.v... Nhưng khi bạn thực tập thiền hành bạn phải chú ý đến ba giai đoạn của bước đi: dõ, bước, đạp. Thiền sinh phải nỗ lực tập luyện suốt ngày đêm mới có thể sớm khai triển tâm định đến tuệ giác thứ tư (tuệ biết được sự sinh diệt) và từ đó đạt đến những tuệ giác cao hơn.

Hòa Thượng Mahasi Sayadaw

Dịch Giả: Tỳ khuru Khánh Hỷ

Hiệu Đính: Tỳ Khuru Kim Triệu

b.4.3. Thiền Tông với Thiền Đại Thừa.

Thiền Đại Thừa cũng có nhiều lối tu, cần yếu từ tướng thẳng vào bản tánh. Tuy có những đề mục đồng với Tiểu Thừa, như Bồ Tát Tu Ngũ Pháp: Bồ Tát quán Phật tam Muội, Bồ Tát quán bất tịnh tam muội, Bồ Tát quán Từ tam muội, Bồ Tát quán nhơn duyên tam muội, Bồ Tát quán Lục diệu pháp

môn. Song đối mỗi pháp này, Bồ Tát quán từ tướng đi thẳng vào tánh, tức là từ giả tướng đến Phật tướng. Hoặc Thiền theo Tông Thiên Thai của Ngài Trí Giả Đại Sư, ứng dụng pháp tam quán: quán không, quán giả, quán trung, y cứ bài kệ trong quyển Trung Quán Luận của Bồ Tát Long Thọ. Bài Kệ:

Nhơn duyên sở sanh pháp
Nhơn duyên sanh các pháp

Ngã thuyết tức thị không

Diệc danh vi giả danh

Diệc danh trung đạo nghĩa

Dịch nghĩa:

Ta nói tức là không

Cũng gọi là giả danh

Cũng gọi là trung đạo

Thấy các pháp do nhơn duyên sanh, thể tánh đều không, tức là quán không. Thể tánh các pháp là không, song duyên hợp giả có, tức là quán giả. Không Giả đều buông, chỉ còn nhất tâm chơn như, tức là Quán Trung Đạo đệ nhất nghĩa. Bồ Tát tu nhơn như thế, đến kết quả sẽ chứng từng bậc từ Thập tín, Thập Trụ, , Thập Hạnh, Thập Hồi Hướng, Thập Địa đến Đẳng Giác, Diệu Giác là Phật. Thiền Đại Thừa đã gần với Thiền Tông, song Thiền Đại Thừa còn thấy có pháp để tu, thấy có quả để chứng, nên còn khác biệt. Bởi vì, Thiền Tông không thấy có pháp để dạy người, không thấy có một quả để chứng. (Tự Gia Bảo, 391, 92)

b.4.4 và Thiền của Giáo Lý Nguyên Thủy

HT. Thích Thanh Từ

Tất cả chúng ta đều đồng ý là, pháp tu của Đạo Phật, dù phương tiện có thể khác song cứu cánh phải gặp nhau. Nếu hai pháp tu mà phương tiện và cứu cánh đều khác biệt nhau thì, pháp này là Đạo Phật, pháp kia hẳn không phải Đạo Phật. Phật giáo Việt Nam đã mang sẵn hai pháp tu Thiền: Thiền Tông và Thiền Nguyên Thủy. Vậy sự gặp gỡ nhau như thế nào? Đây

là mục tiêu chúng ta phải nghiên cứu. Theo thiền kiến chúng tôi thấy có những điểm gặp nhau, như dưới đây:

A.- Chủ Đích Ban Đầu Gặp Nhau

Thiền Tông và Thiền Nguyên Thủy đều thừa nhận đức Phật Thích Ca là Giáo Chủ, đồng kính thờ Ngài. Đậm nét nhất là mục đích xuất gia khi Ngài còn làm Thái Tử. Sau khi đạo bốn cửa thành, hình ảnh sanh già bệnh chết đã đập mạnh vào mắt Ngài, đã in sâu vào tâm não Ngài, sự bất lực của con người với luật vô thường, khiến Ngài phải băn khoăn thắc mắc. Ngài cương quyết tìm phương pháp giải thoát sanh già bệnh chết. Đây là vấn đề không tiền khoáng hậu, mà Ngài tự đặt ra cho mình. Từ đây, "phương pháp giải thoát sanh già bệnh chết" là vấn đề bức xúc nhất, thúc bách Ngài phải tìm phương giải quyết. Chính là động cơ chủ yếu thôi thúc Ngài vượt thành xuất gia. Sau khi xuất gia, Ngài gặp các Đạo Sĩ dạy tu Thiền định, cho đến cái định cuối cùng là Phi tướng phi phi tướng, song vẫn chưa giải quyết hoài bão Ngài cru mang từ buổi ban đầu. Ngài từ giã họ, rồi bao nhiêu năm dò dẫm săn tìm, đến phút giây quyết định là đêm thứ 49, Ngài ngồi dưới cội Bồ Đề được giác ngộ viên mãn. Đến đây, Ngài đã thấy tường tận manh mối trói buộc lôi kéo chúng sanh vào đường sanh tử và biết rành rẽ phương pháp diệt trừ cắt đứt mọi mối dây trói buộc giải thoát sanh tử. Bài pháp Tứ Đế Ngài giảng đầu tiên tại vườn Lộc Uyển đủ minh chứng điều này. Thế là Ngài giải quyết xong vấn đề ôm áp từ thuở ban sơ, tuyên bố thành Phật.

Thiền Tông nhắm thẳng mục đích ấy, thực hiện theo sở hành của Phật mà không hoàn toàn theo lời dạy của Phật. Lấy phương châm "Giải thoát sanh tử" làm kim chỉ nam. Đặt vấn đề "Làm sao giải thoát sanh tử?" làm công án, trần trở thao thức nghiền ngẫm mãi vấn đề này, đến bao giờ vỡ tung mới thôi. Phải đạt đến cứu cánh thành Phật là mục tiêu cuối cùng. Vì thế, Tổ Bồ Đề Đạt Ma (Bodhidharma) đồng dục tuyên bố: "Giáo ngoại biệt truyền bất lập văn tự, trực chỉ nhân tâm, kiến tánh thành Phật ". Lấy "Giải thoát sanh tử" làm chủ đề, đặt nghi vấn làm phương tiện tu, do dùi mài hun đúc mãi vấn đề này, khiến mọi tâm niệm lằng xằng tự phải dừng lại, đến khi thuần thực chín muồi vấn đề nổ tung là giác ngộ "giải thoát sanh tử". Chỗ này rất thích hợp với các nhà khoa học xưa nay, bởi nghi vấn nên tìm tòi nghiên cứu đến lúc chín muồi liền phát minh. Có khi vấn đề đặt ra chìm ngằm trong tiềm thức, như mạch nước chảy ngầm dưới đất, nhờ công phu thiền định đến mức tột cùng, bỗng dung phát sáng, thấy rõ vấn đề mình ôm áp từ trước, như nhờ đào sâu xoi thủng trúng mạch thì dòng nước vọt lên. Chính đây là hương thực hành của Thái Tử Tất Đạt Đa thuở xưa.

Thiền Nguyên Thủy cũng nhằm mục đích giải thoát sanh tử. Phương tiện tiến tu dồn hết tư tưởng vào một đề mục, đi sâu mãi cho đến chứng sơ thiền, nhị thiền, tam thiền, tứ thiền, bước sang tam minh, cuối cùng giác ngộ "giải thoát sanh tử", cụ thể bằng thấy rõ Tứ Đế. Như đoạn kinh Phật dạy:

"Với tâm định tĩnh, thuần tịnh, không cấu nhiễm, không phiền não, nhu nhuyến, dễ sử dụng, vững chắc, bình thản như vậy, vị ấy dẫn tâm, hướng tâm đến lậu tận trí. Vị ấy biết như thật: "Đây là khổ", biết như thật: "Đây là nguyên nhân của khổ", biết như thật: "Đây là sự diệt khổ", biết như thật: "Đây là con đường đưa đến diệt khổ", biết như thật: "Đây là những lậu hoặc", biết như thật: "Đây là nguyên nhân của lậu hoặc", biết như thật: "Đây là đoạn trừ các lậu hoặc", biết như thật: "Đây là con đường đưa đến sự diệt trừ các lậu hoặc". Nhờ hiểu biết như vậy, nhận thức như vậy, tâm của vị ấy thoát khỏi dục lậu, thoát khỏi hữu lậu, thoát khỏi vô minh lậu. Đối với tự thân đã giải thoát như vậy, khởi lên sự hiểu biết: "Ta đã giải thoát". Vị ấy biết: "Sanh đã tận, phạm hạnh đã thành, những việc cần làm đã làm; sau đời hiện tại không có đời sống nào khác nữa" (Trung bộ i., 278-279)

---o0o---

B.- Giới Định Tuệ Gặp Nhau

Thiền Tông đặt giới luật lên trên, cụ thể là Lục Tổ Huệ Năng ngộ đạo rồi vẫn thọ giới, sau mới hoằng hóa.

Thiền Tông ứng dụng theo hai lối tu:

- 1) Đặt nghi vấn để theo dõi
- 2) Nhìn lại mình, không theo vọng tưởng.

Đặt nghi vấn để theo dõi là khán Công Án hay Thoại Đầu. Khi theo dõi công án, mọi niệm lự dễ dừng lặng. Như khi ta đang thắc mắc về một vấn đề quan trọng thì mọi suy nghĩ khác đều tan. Dồn hết tâm tư trong một công án thì đối với dục lạc thế gian ta sẽ lơ là, giới luật đã nằm sẵn ở đây. Giống như nhiều nhà khoa học khi mải mê nghiên cứu một đề tài gì có lúc quên cả vợ con, ăn uống. Khi vấn đề đã thành khối thì ý thức chết lịm trong ấy, đây là Định. Đến lúc chín muồi gặp duyên khối nghi tan vỡ, là thấu suốt được vấn đề mình bao năm theo dõi, gọi là ngộ đạo. Tức là giác ngộ mục đích mình

tìm kiếm, đây là Huệ. Hầu hết những vấn đề đặt ra đều tối quan trọng như: Thế nào là Phật? Thế nào là Đại ý Phật Pháp? Thế nào là Kiến tánh thành Phật? Thế nào là ý Tổ Sư từ Tây sang?

Nhìn lại mình "Không theo vọng tưởng" gọi là "Phản quan tự kỷ", cũng gọi "Hồi quan phản chiếu", dùng trí quán sát tâm tư của mình. Mọi người đều nhận ý nghĩ lăng xăng là tâm mình, chạy theo nó tạo nghiệp không cùng. Ở đây hành giả trong mọi oai nghi tĩnh táo quán sát tâm niệm mình, "Thấy nó không theo", hoặc tìm xem nó phát xuất từ chỗ nào? Không theo thì nó lặng, tìm lại thì nó mất. Vận dụng trí tuệ quán sát thường xuyên khiến vọng tưởng không có cơ hội dong chạy, là giữ Giới. Vọng tưởng cùng đường không lối thoát, buộc chúng phải lặng yên là Định. Vọng tưởng đã sạch, trí tuệ hiện tiền là Huệ. Chỗ này Thiên Sư Hoài Hải (724-814) nói: "Tâm địa nhược không, huệ nhật tự chiếu". Đất tâm nếu không, mặt trời trí tuệ tự sáng. Lối tu này xuất phát từ Tổ Đạt Ma chỉ dạy Ngài Huệ Khả. Huệ Khả hỏi: "Tâm con không an, xin thầy dạy pháp an tâm". Tổ Đạt Ma bảo: "Đem tâm ta an cho". Huệ Khả sững sốt tìm tâm không được, thưa: "Con tìm tâm không được". Tổ Đạt Ma bảo: "Ta an tâm cho ngươi rồi". Ngay đây Ngài Huệ Khả biết được lối vào. (Sử 33 vị Tổ, tr. 163)

Thiên Sư Đức Sơn (780-865) dạy chúng: "Các ông chớ cuồng, khuyên các ông không gì hơn Thôi Hết đi, Vô Sự đi. Tâm vừa khởi một niệm tức là quyến thuộc nhà ma, là kẻ tục phá giới" (Trung Hoa Chư Thiên Đức ii, 138). Cụ thể hóa lối tu này bằng hình ảnh "Mười Mực Chăn Trâu Thiên Tông" (Thập Mực Ngưu Đồ Thiên Tông).

Thiên Nguyên Thủy lấy Giới Định Huệ làm căn bản. Thiếu giới thì không định, không định thì chẳng phát huệ. Chúng ta đọc đoạn này trong kinh Sa Môn Quả (Trường Bộ i, 71):

"Vị ấy, với giới uẩn cao quý này, với sự hộ trì các căn cao quý này, với chánh niệm tự giác cao quý này, với hạnh biết đủ cao quý này, lựa một chỗ thanh vắng, tịch tịch, như rừng, gốc cây, khe núi, hang đá, bãi tha ma, lùm cây, ngoài trời, đông rơm. Sau khi đi khát thực về và ăn xong, vị ấy ngồi kiết già, lưng thẳng tại chỗ nói trên, và an trú chánh niệm trước mặt"... Với tâm định tĩnh, thuần tịnh, không cấu nhiễm, không phiền não, nhu nhuyến, dễ sử dụng, vững chắc, bình thản như vậy, vị Tỳ Kheo dẫn tâm, hướng tâm đến lậu tận trí. Vị ấy biết như thật: "Đây là Khổ"; biết như thật: "Đây là nguyên nhân khổ"; biết như thật: "Đây là sự diệt khổ"; biết như thật: "Đây là con đường đưa đến diệt khổ", biết như thật: "Đây là những lậu hoặc"; biết như thật:

"Đây là nguyên nhân của lậu hoặc"; biết như thật: "Đây là sự diệt trừ các lậu hoặc". Nhờ hiểu biết như vậy, nhận thức như vậy, tâm của vị ấy thoát khỏi dục lậu, thoát khỏi hữu lậu, thoát khỏi vô minh lậu. Đối với tự thân đã giải thoát như vậy, khởi lên sự hiểu biết: "Ta đã giải thoát". Vị ấy biết: "Sanh đã tận, phạm hạnh đã thành, những việc cần làm đã làm; sau đời hiện tại, không có đời sống nào khác nữa" (Trường Bộ i. 82-83).

Đọc hai đoạn trên, chúng ta thấy từ Giới luật đầy đủ mới tu Thiên Định, từ Thiên Định đầy đủ mới phát Trí huệ sáng suốt thấy đúng như thật cội nguồn sanh tử và xuất ly sanh tử.

Thiền Tông và Thiền Nguyên Thủy đều gặp nhau ở chỗ khai thác Trí Vô Sư. Giáo lý nhà Phật chia hai thứ trí: Trí Hữu Sư và Trí Vô Sư. Trí Hữu Sư do học hỏi mà được, là sản phẩm của người khác truyền sang. Trí Vô Sư sẵn có nơi mình, chỉ khi nào mọi tâm lự đình chỉ thì tự phát hiện. Nếu con người tự mãn với Trí Hữu Sư mai kia chúng ta sẽ không thông minh bằng người máy. Vì khoa học ngày nay đã bắt chước tế bào não con người, chế biến các vi điện tử cũng có khả năng ghi nhớ những dữ kiện như não bộ con người. Nếu người ta phát vào não bộ người máy thật nhiều dữ kiện, nó sẽ biết nhiều, nhớ nhiều hơn chúng ta. Bao nhiêu kiến thức chúng ta thu thập được đều thuộc bên ngoài đưa vào, không phải là sự phát minh của Trí Vô Sư của chúng ta.

Thiền Tông bắt buộc thiền giả phải phát minh Trí Vô Sư, mọi kiến thức tiếp thu được bên ngoài đều thuộc vô thường, thuộc người khác, không phải chính mình. Qua câu chuyện đối đáp của hai Thiền Sư Nham Đầu Toàn Khoát (826-887) và Tuyết Nghĩa Phong Tồn (822-908) thấy rõ điều này.

- Tuyết Phong nói: "Tôi thật còn chưa ổn".

- Nham Đầu bảo: "Nếu ông thật như thế cứ chỗ thấy của ông mỗi mỗi thông qua, chỗ phải tôi sẽ chứng minh cho ông, chỗ không phải tôi sẽ vì ông đuổi dẹp".

- Tuyết Phong: "Khi tôi mới đến Diêm Quan thấy thượng đường nói nghĩa sắc không liền được chỗ vào".

- Nham Đầu: "Từ đây đến ba mươi năm rất kỳ không nên nói đến".

- Tuyết Phong: "Tôi thấy bài kệ của Động Sơn qua sông: Thiết kỳ tùng tha mịch, điều điều dữ ngã sơ, cừ kim chánh thị ngã, ngã kim bất thị cừ".

- Nham Đầu: "Nếu cùng ấy tự cứu cũng chưa tốt".
- Tuyết Phong, sau, hỏi Đức Sơn: Việc trong tông thừa từ trước con có phần chẳng?
- Đức Sơn đánh một gậy hỏi: Nói cái gì? Tôi khi đó giống như thùng lũng đáy.
- Nham Đầu nạt: Ông chẳng nghe nói: "Từ cửa vào chẳng phải cửa báu trong nhà?"
- Tuyết Phong: Về sau làm thế nào mới phải?
- Nham Đầu: Về sau, nếu muốn xiển dương Đại Giáo, mỗi mỗi từ trong hông ngực mình lưu xuất, sau này cùng ta che trời che đất đi!

Tuyết Phong nhơn câu ấy đại ngộ liền đánh lễ, đứng dậy kêu luôn: Sư huynh! Ngày nay mới là thành đạo ở Ngao Sơn (Trung Hoa Chư Thiên Đức ii. 203)

Thiền Nguyên Thủy cũng do mọi tâm niệm đều lặng sạch mới phát sanh trí tuệ. Trí tuệ này do định phát sanh nên thuộc Trí Vô Sư. Chúng ta nghe một đoạn Phật kể lại sự tu chứng của Ngài: "... Xả lạc xả khổ, diệt hỷ ưu đã cảm thọ trước, chứng và trú thiên thứ tư, không khổ không lạc, xả niệm thanh tịnh... với tâm định tĩnh, thuần tịnh, không cấu nhiễm, không phiền não, nhu nhuyến, dễ xử dụng, vững chắc, bình tĩnh như vậy, Ta dẫn tâm, hướng tâm đến Túc Mạng Minh. Ta nhớ đến các đời sống quá khứ, như một đời, hai đời..." (Trung Bộ i. 247).

Sau khi được xả niệm thanh tịnh, hướng tâm về quá khứ thì thấy rõ nhiều đời của quá khứ... Trí tuệ thấy rõ này không phải do suy xét mà được. Chỉ nhờ xả niệm thanh tịnh, nên thuộc Trí vô Sư.

---o0o---

C. Gặp Nhau Trên Lộ Trình Tu Tập

Thiền Tông nghiên cứu công án hay đề khởi thoại đầu cốt phải đến chỗ niêm mật, cho đến cô đọng thành một khối gọi là nghi tình. Khi nghi

tình tan vỡ là thành tựu đáp án, cũng có nghĩa là ngộ đạo. Nếu dùng "Thấy vọng không theo" (phản quan tự kỷ) cũng phải hằng tỉnh hằng giác cho đến khi nào vọng niệm lặng hết thì kiến tánh ngộ đạo. Thiền sư Triệu Châu Tung Thủm (778-897) nói: "Một tâm chẳng sanh muôn pháp không lỗi. Ông cứ nghiên cứu lý này, ngồi quán sát hai ba mươi năm, nếu chẳng hội, chặt đầu lão tăng đi. Nhọc nhằn nắm bắt mộng huyễn không hoa, tâm nếu chẳng khác thì muôn pháp nhất như". (Trung Hoa Chư Thiền Đức i. 397)

Thiền Nguyên Thủy quán Tứ Niệm Xứ phải chuyên tâm cột niệm trong bốn Pháp sẽ được kết quả. Chúng ta nghe Phật dạy trong bài kinh Tứ Niệm Xứ:

"Này các Tỳ Kheo, đây là con đường độc nhất, đưa đến thanh tịnh cho chúng sanh, vượt khỏi sầu não, diệt trừ khổ ưu, thành tựu chánh trí, chứng ngộ Niết Bàn. Đó là Bốn Niệm Xứ".

"Thế nào là bốn? Này các Tỳ Kheo, ở đây vị Tỳ Kheo sống quán thân trên thân, tinh cần, tỉnh giác, chánh niệm để chế ngự tham ưu ở đời; sống quán thọ trên các thọ, tinh cần tỉnh giác, chánh niệm để chế ngự tham ưu ở đời; sống quán tâm trên tâm, tinh cần tỉnh giác, chánh niệm để chế ngự tham ưu ở đời; sống quán pháp trên các pháp, tinh cần tỉnh giác, chánh niệm để chế ngự tham ưu ở đời." (Trung Bộ i. 56 -57).

Cũng kinh Tứ Niệm Xứ Phật nói kết quả của Tỳ Kheo nào tinh cần như sau:

"Này các Tỳ Kheo, vị nào tu tập Bốn Niệm Xứ này như vậy trong bảy năm, vị ấy có thể chứng một trong hai quả sau đây: Một là chứng chánh trí ngay trong hiện tại, hay nếu còn hữu dư y, chứng quả Bất Hoàn.

Này các Tỳ Kheo không cần gì bảy năm, một vị Tỳ Kheo tu Bốn Niệm Xứ này như vậy trong sáu năm, trong năm năm, trong bốn năm, trong ba năm, trong hai năm, trong một năm, vị ấy có thể chứng một trong hai quả sau đây: Một là chứng chánh trí ngay trong hiện tại, hay nếu còn hữu dư y, chứng quả Bất Hoàn.

Này các Tỳ Kheo không cần gì một năm, một vị nào tu tập Bốn Niệm Xứ này trong bảy tháng, vị ấy có thể chứng một trong hai quả sau đây: Một là chứng chánh trí ngay trong hiện tại, hay nếu còn hữu dư y, chứng quả Bất Hoàn.

Này các Tỷ Kheo, đây là con đường độc nhất, đưa đến thanh tịnh cho chúng sanh, vượt khỏi sầu não, diệt trừ khổ ưu, thành tựu chánh trí, chứng ngộ Niết Bàn. Đó là Bốn Niệm Xứ". (Trung Bộ i. 62A)

Tuy phương pháp ứng dụng tu có khác, song đều phải nhiệt tâm tinh cần, kết quả sẽ đến không nghi. Thiền Tông nhìn thẳng tâm niệm mình, Thiền Nguyên Thủy tựa vào Tứ Niệm Xứ, dụng công tu cũng phải thiết tha thành khẩn như nhau, kết quả tâm niệm lắng hết sẽ ngộ đạo hay chứng Niết Bàn.

---o0o---

D. Thiền Tông Gặp Giáo Lý Nguyên Thủy.

Thiền Tông tu bằng cách xoay sáu căn trở về tự tánh của nó (Hồi quang phản chiếu). Bằng chứng khi Lục Tổ Huệ Năng (638-713 T.L) nghe Ngũ Tổ giảng kinh Kim Cang, đến câu: "Bất ưng trụ sắc sanh tâm, bất ưng trụ thanh hương, vị, xúc, pháp sanh tâm, ưng vô sở trụ nhi sanh kỳ tâm". Chẳng nên dính sắc sanh tâm, chẳng nên dính thanh, hương, vị, xúc, pháp sanh tâm, nên không chỗ dính mà sanh tâm kia: Tâm Vô Thượng Chánh Đẳng Chánh Giác. Lục Tổ phát ngộ la lên: "Đâu ngờ tánh mình xưa nay thanh tịnh! Đâu ngờ tánh mình vốn tự đầy đủ...". (Kinh Pháp Bảo Đàn, Phẩm Hành Do). Sáu căn không dính mắc với sáu trần là nguyên nhân đưa đến giác ngộ. Chính Trúc Lâm Đầu Đà (Trần Nhân Tông) định nghĩa Thiền Tông một cách đơn giản và cụ thể. Trong bài kệ Hán văn kết thúc bài phú "Cư Trần Lạc Đạo " câu chót "Đối cảnh vô tâm mặc vấn thiên". Đối cảnh không tâm là sáu căn tiếp đối sáu trần mà không dấy niệm chạy theo, Thiền là ngay nơi đó.

Các kinh Nguyên Thủy, Phật thường dạy sáu căn tiếp xúc sáu trần phải biết như thật tập khởi, sự chấm dứt, vị ngọt, sự nguy hại và sự xuất ly khỏi sáu căn. Nếu biết như thật rồi thì đâu còn chạy theo sáu trần, cũng là nguyên nhân chứng A La Hán hay Vô Thượng Chánh Đẳng Chánh Giác. Như bài kinh Phật dạy sau đây:

..." Này các Tỷ Kheo, có sáu căn này. Thế nào là sáu? Nhãn căn.... ý căn "

"Cho đến khi nào, này các Tỷ kheo, Ta chưa như thật chứng tri sự tập khởi, sự chấm dứt, vị ngọt, sự nguy hại và sự xuất ly khỏi sáu căn này, cho đến khi ấy, này các Tỷ Kheo. Ta không có biết rõ về sự chứng ngộ Vô Thượng Chánh Đẳng Chánh Giác, đối các thế giới, Ma giới, Phạm Thiên giới, với

các chúng Sa môn, Bà La Môn, Chư Thiên và loài người. Cho đến khi nào, này các Tỷ Kheo, Ta như thật chứng tri sự tập khởi, sự chấm dứt, vị ngọt, sự nguy hại và sự xuất ly khỏi sáu căn này, cho đến khi ấy này các Tỷ Kheo. Ta mới nhận biết rõ ý nghĩa về sự chứng ngộ Vô Thượng Chánh Đẳng Chánh Giác, đối với các thế giới, như Thiên giới, Ma giới, Phạm Thiên giới, với các chúng Sa môn, Bà La Môn, Chư Thiên và loài người." (Tương Ưng Bộ V. 218-219)

Thiền Tông phản quan nội tâm, không theo vọng tưởng, không có pháp môn để tu. Mã Tổ Đạo Nhất (709-788) dạy chúng: "Các ông mỗi người tin tâm mình là Phật, tâm này tức là tâm Phật. Tổ Đạt Ma từ Nam Ấn sang Trung Hoa truyền pháp thượng thừa nhất tâm, khiến các ông khai ngộ. Tổ lại dẫn kinh Lăng Già để ấn tâm địa chúng sanh. Sợ e các người điên đảo không tự tin pháp tâm này mỗi người tự có, nên kinh Lăng Già nói "Phật nói tâm là chủ, cửa không là cửa pháp" - Phật ngữ: tâm vi tông, vô môn vi pháp môn" (Trung Hoa Chư Thiên Đức i. 90). Thiền Sư Vô Nghiệp (760-821) đáp những câu hỏi của các Thiền khách, sư thường sử dụng câu: "Chớ vọng tưởng". Sư dạy chúng: "Chư Phật chưa từng ra đời, cũng không có một pháp dạy người, chỉ tùy bệnh cho thuốc nên có 12 phần giáo, như lấy chuỗi ngọt nhét thuốc đắng vào, cốt gột sạch gốc nghiệp cho các ông (Trung Hoa Chư Thiên Đức i. 237)". Đức Sơn Tuyên Giám (780-865) nói: "Tông ta không ngữ cú, thật không một pháp cho người".

Giáo lý Nguyên Thủy cũng có bài kinh "Có pháp môn nào?" tương tự Thiền Tông:

"Có pháp môn nào, do pháp môn ấy, Tỷ Kheo, ngoài lòng tin, ngoài ưa thích, ngoài lắng nghe, ngoài suy tư về phương pháp (akàraparitakka), ngoài kham nhẫn, thích thú biện luận (ditthini khànakhanti), có thể xác chứng chánh trí. Vị ấy biết rõ: "Sanh đã tận, Phạm hạnh đã thành. Những gì nên làm đã làm. Không còn trở lui trạng thái này nữa"?

-"Bạch Thế Tôn, đối với chúng con, pháp lấy Thế Tôn làm căn bản... "

"Có một pháp môn, này các Tỷ kheo, do pháp môn ấy, Tỷ kheo ngoài lòng tin, ngoài ưa thích, ngoài lắng nghe, ngoài kham nhẫn, thích thú biện luận, có thể xác chứng chánh trí. Vị ấy biết rõ: "Sanh đã tận... trạng thái này nữa"?"

- "Pháp môn ấy là gì, do pháp môn ấy... không còn trở lui trạng thái này nữa".

"Ở đây này các Tỷ Kheo. Tỷ kheo mắt thấy sắc, biết rõ rằng: "Nội tâm ta không có tham, sân si". Nội tâm có tham, sân, si biết rõ rằng: "Nội tâm ta có tham, sân, si"; hoặc biết rõ nội tâm không có tham, sân, si: "Nội tâm ta không có tham, sân, si". Đây các Tỷ kheo khi mắt thấy sắc, hoặc nội tâm có tham sân si biết rõ: "Nội tâm ta có tham sân si"; nội tâm không có tham sân si biết rõ: "Nội tâm ta không có tham, sân, si". Đây các Tỷ Kheo biết rõ chúng có mặt hay không có mặt trong tâm vị ấy, có phải chúng là những pháp do lòng tin được hiểu biết, hay do ưa thích được hiểu biết, hay do lắng nghe được hiểu biết, hay do suy tư về phương pháp được hiểu biết, hay do kham nhẫn, thích thú về biện luận được hiểu biết? "

- "Thưa không, bạch Thế Tôn ".

" Có phải pháp này, do thấy chúng với trí tuệ, nên được hiểu biết? "

- " Thưa phải, Bạch Thế Tôn.

"Đây là pháp môn, này các Tỷ Kheo, do pháp môn này, ngoài lòng tin, ngoài ưa thích, ngoài lắng nghe, ngoài suy tư về phương pháp, ngoài kham nhẫn, thích thú biện luận, có thể xác chứng với chánh trí. Vị ấy biết rõ: "Sanh đã tận.....không còn trở lui trạng thái này nữa"... (Tương ưng bộ iV. 146-147)

Qua bài kinh này, chúng ta thấy cụ thể có lối tu không dựa vào pháp môn. Chỉ phản quan lại tâm mình thấy đúng như thật, có tham sân si hay không tham sân si. Chủ yếu là đến không tham sân si. Tham sân si, Thiên Tông gọi là vọng tưởng, không tham sân si là hết vọng tưởng. Thế là hai bên gặp nhau ở chỗ "Phản quan tự kỷ" và kết cuộc đều đến chỗ giải thoát sanh tử. Chính quán sát nội tâm là trí tuệ, nhờ trí tuệ không bị phiền não dẫn, từ từ chúng lặng sạch.

---o0o---

E.- Chỗ Cứu Cánh Gặp Nhau

Thiền Nguyên Thủy tu qua tứ Thiền đến giác ngộ tứ đế là giải thoát sanh tử. Thiền Tông khi ngộ được Phật Tánh sạch hết mọi tập khí vọng tưởng cũng giải thoát sanh tử. Đây là chỗ cứu cánh hai bên gặp nhau. Chỉ

khác nhau chỗ, Thiền Tông nói Phật Tánh, Pháp Thân, Bản Lai Diện Mục... còn Thiền Nguyên Thủy chỉ nói giải thoát không còn tái sinh đời sau. Tuy nhiên vẫn có bài kinh trong hệ Nguyên Thủy nói rõ có cái để giải thoát (Duk. 11.6) (it.37):

"Điều này đã được Thế Tôn nói đến, đã được bậc A La Hán nói đến, và tôi đã được nghe.

"Này các Tỷ Kheo, có cái không sanh, không hiện hữu, không tác thành, không làm ra (asankhatam). Này các Tỷ Kheo, nếu không có cái không sanh, không hiện hữu, không tác thành, không làm ra, thì ở đây không thể trình bày được sự xuất ly khỏi sanh, khỏi hiện hữu, khỏi tác thành, khỏi làm ra. Đó vì, này các Tỷ Kheo, có cái không sanh, không hiện hữu, không tác thành, không làm ra, nên có thể trình bày được sự xuất ly khỏi sanh, khỏi hiện hữu, khỏi tác thành, khỏi làm ra. Thế Tôn đã nói ý nghĩa này. Ở đây điều này được nói đến" (Tiểu Bộ i. 442 - 443).

Bao nhiêu cũng đủ minh chứng hệ Nguyên Thủy có cái để giải thoát khỏi sanh tử, mặc dù không nói tên ra. Như vậy Thiền Tông và Thiền Nguyên Thủy chỗ cứu cánh là gặp nhau. Chỉ có một điều, Thiền Tông đến chỗ giải thoát rồi không chịu an trụ nơi đó mà vẫn lưu nguyện lăn lộn độ sanh. Như trong "Mười mục chấn trâu", mục thứ chín là nhập Phật giới: Lá rụng về cội, mục thứ mười là vào Ma giới: Buông thõng tay vào chợ.

Để kết thúc bài này, chúng tôi nhận thấy từ mục đích ban đầu Thiền Tông và Thiền Nguyên Thủy đã gặp nhau, cho đến cứu cánh hai bên cũng gặp nhau. Chỉ có phương tiện hai bên có khác nhau. Trên lộ trình tu hành có gặp nhau cũng có khác nhau. Tuy nhiên trọng tâm hành đạo mục đích và cứu cánh gặp nhau, là chung một mục tiêu, chung một lý tưởng rồi. Phương tiện sai biệt, chỉ vì trình độ khác nhau thôi. Với thời gian ngắn ngủi, chúng tôi không đủ thì giờ nghiên cứu chín chắn, có nhiều điều sai sót không thể tránh được, mong quý vị chỉ bảo cho,

(Trích: "Thiền nguyên Thủy và Thiền Phát triển", Thiền Viện Vạn Hạnh, Sài Gòn 1994)

b.4.5. THIỀN DZOGCHEN (Tạng Thư Sống Chết): PHẬT GIÁO TÂY TẠNG

Sự thực tập tu luyện Dzogchen được mô tả là Kiến, Thiền, Hành. Thấy được một cách trực tiếp trạng thái tuyệt đối, cảnh hay nền tảng của bản thể chúng ta - tự tánh, tánh bản nhiên - đó là Kiến; cái cách để làm cho cái thấy ấy không gián đoạn gọi là Thiền; và hội nhập cái thấy ấy vào trong toàn thể thực tại và cuộc đời chúng ta, gọi là Hành.

a). KIẾN: Vậy Kiến là gì? Đây là thấy được thực trạng của vạn pháp như nó là, đây là biết được rằng bản tánh thực của tự tâm cũng là bản tánh thực sự của sự vật, và đây là chân lý tuyệt đối. Dudjom Rinpoche nói: Kiến là sự bao gồm của trạng thái tĩnh thức sơ nguyên, trong đó mọi sự được chứa đựng: nhận thức giác quan và hiện tượng bên ngoài, sinh tử và niết bàn. Sự tĩnh thức ấy có hai khía cạnh: Không là cái tuyệt đối, và Tướng hay nhận thức là cái tương đối. Điều này muốn nói lên rằng toàn thể lãnh vực tướng có thể hiện ra, và tất cả hiện tượng trong mọi thực tại khác nhau, dù sinh tử hay niết bàn, tất cả vẫn luôn luôn và sẽ mãi mãi toàn vẹn, đầy đủ trong bầu trời bao la của tự tánh tâm. Nhưng mặc dù tinh túy của vạn pháp là trống rỗng, và oõthanh tịnh từ khởi thủy, bản chất của nó vẫn đầy đủ đức tính cao quý và sung mãn mọi khả năng. Đó là một môi trường sáng tạo vô biên năng động không ngừng nghỉ và luôn luôn tự nhiên toàn hảo.

Bạn có thể hỏi: Nếu trực nhận cái thấy ấy là chứng ngộ bản tâm, thế thì bản tâm là gì? Hãy tưởng tượng một bầu trời trống rỗng bao la, trong sáng từ khởi thủy, tinh túy (Thể) của nó là như thế. Hãy tưởng tượng một mặt trời sáng, trong, không bị mây che, hiện diện một cách tự nhiên:

Bản chất (Tướng) của nó như thế. Hãy tưởng tượng mặt trời ấy chiếu ra một cách vô tư trên tất cả người và vật, đi vào mọi hướng; năng lực (Dụng) của nó, biểu hiện của tâm đại bi - là như thế - không gì làm chướng ngại nó được, và nó thâm nhập tất cả...

b). THIÊN: Thế thì Thiền định trong Dzogchen nghĩa là gì? Đây chỉ là an trú trong Kiến không xao lãng, một khi đã được khai thị. Dudjom Rinpoche mô tả: Thiền là trú tâm vào trạng thái Tâm bản lai (Rigpa), không hết thảy mọi tạo tác của Tâm, trong khi hoàn toàn buông xả, không xao lãng cũng không bám víu. Vì người xưa đã nói rằng Thiền không phải là nỗ lực, mà tự nhiên thấm vào trong đó.

Toàn thể mục đích của Thiền trong pháp Dzogchen là tăng cường và an trú trạng thái tâm bản nhiên (Rigpa), khiến cho nó phát triển toàn vẹn. Cái tâm bình thường theo tập quán, đây những dự phóng, thật là mảnh liệt vô cùng.

Nó cứ luôn luôn trở lại, và tóm lấy ta một cách dễ dàng, khi ta không chú ý hoặc xao lãng. Dudjom Rinpoche thường nói: Bây giờ tâm bản nhiên (Rigpa) của ta như một hài nhi bé bỏng bị mắc kẹt trên một bãi chiến trường vọng tưởng nổi lên rất mạnh. Tôi muốn nói rằng chúng ta khởi sự công việc giữ em, giữ cái tâm bản nhiên ở trong môi trường bảo đảm của Thiền định Tinh yếu của hành Thiền Dzogchen được đề ra trong bốn điểm như sau:

-- Khi một niệm quá khứ đã chấm dứt mà niệm vị lai chưa sanh, trong khoảng hở đó giữa hai niệm, có phải là có một ý thức về thực tại, mới mẽ, nguyên sơ, không bị thay đổi một tơ tóc khái niệm nào, thuần là một sự tĩnh giác nguyên vẹn hay không? Đấy! Tâm bản nhiên là thế đấy!

--Tuy nhiên nó không ở mãi trạng thái như vậy, bởi vì một niệm khác lại khởi lên, phải không?

Đấy là ánh sáng chiếu ra của Tâm bản nhiên.

-- Nhưng nếu bạn không nhận ra niệm ấy đúng như bản chất nó (nghĩa là khi có tâm, thì tự nhiên có ý tưởng nổi lên -DG) ngay khi nó khởi, thì nó sẽ trở thành một ý tưởng khác, như trước. Đây gọi là dây chuyền vọng tưởng, và là nguồn gốc của sinh tử.

-- Nếu bạn có thể nhận chân được bản chất thật sự của ý tưởng (niệm) ngay khi nó khởi lên, và cứ để yên nó đừng theo đuổi thêm, thì bất cứ ý tưởng nào khởi lên đều tự động tan trở lại vào trong khoảng bao la của tâm bản nhiên, và được giải thoát.

Có lẽ điểm quan trọng nhất là Dzogchen trở thành một dòng liên tục của tâm bản nhiên như một con sông chảy liên tục ngày đêm không gián đoạn. Dĩ nhiên đây là trạng thái lý tưởng, vì sự an trú vào Kiến một cách không xao lãng ấy, sau khi được khai thị và nhận chân --chính là phần thưởng của nhiều năm tu tập kiên trì.

Giả sử bạn thấy mình ở trong trạng thái yên lặng sâu xa, thông thường trạng thái ấy không kéo dài, một ý niệm, một chuyển động luôn luôn khởi lên, như sóng trong biển. Đừng chối bỏ sự chuyển động hay đặc biệt ôm lấy sự yên tĩnh, mà cứ tiếp tục dòng hiện trú thuần túy ấy của tâm bạn. Trạng thái an bình lan khắp của Thiền định ấy chính là tâm bản nhiên, mọi sự khởi lên trong tâm không gì khác hơn là tâm ấy chiếu ra. Đây là trái tim, là nền tảng của pháp hành thiền Dzogchen. Một cách để tưởng tượng điều này là, như

thể bạn đang cỡi trên tia mặt trời để trở về mặt trời. Bởi theo dõi ngay những niệm khởi trở về căn nguyên của chúng, nên tảng tâm bản nhiên. Khi bạn thể hiện sự bền vững của Kiên, thì bạn không còn bị đánh lừa và chia trí bởi bất cứ gì sanh khởi, và do đó không thể làm mồi cho vọng tưởng.

Dĩ nhiên trong biển có sóng to, sóng nhỏ, có những cảm xúc mạnh kéo đến như giận dữ, dục vọng, ganh tị. Hành giả thực thụ sẽ nhận chân những thứ này không phải quấy rầy hay chướng ngại, mà cơ hội lớn. Phản ứng lại những sinh khởi như thế với khuynh hướng thông thường là chấp nhận và chối bỏ chính là những dấu hiệu chứng tỏ không những bạn chia trí, mà còn không nhận ra được, và đã mất dấu Tâm bản nhiên. Phản ứng lại cảm xúc bằng cách đó thì chỉ làm cho chúng có thêm năng lực, và trói buộc chúng ta chặt chẽ hơn vào dây xích vọng tưởng. Bí quyết lớn của Dzogchen là nhìn suốt những cảm xúc khi chúng khởi lên, để thấy mặt thực của chúng là biểu hiện sống động như điện chớp của chính năng lực Rigpa, Tâm bản nhiên. Khi bạn tập dần cách làm này, thì ngay cả những cảm xúc rầy rà nhứt cũng không thể tóm lấy bạn, mà tan biến như sóng lớn dậy lên rồi lùi lại chìm vào đại dương yên tĩnh.

Hành giả khám phá - và đây là một cái nhìn đảo lộn, mà sự vi tế và năng lực của nó không thể suy lường - rằng không những cảm xúc mạnh không thể kéo bạn đi, lôi bạn trở lại vào dòng nước xoáy của sự thác loạn trong bạn, mà chúng có thể thực sự hữu ích để đào sâu, làm mạnh thêm tăng cường Rigpa, trạng thái Tâm bản nhiên. Năng lực vũ bão trở thành nguyên liệu để nuôi dưỡng cái năng lượng đã được đánh thức của tâm bản nhiên. Cảm xúc càng mạnh, càng bốc lửa, thì trạng thái tâm bản nhiên càng được tăng cường. Tôi thấy rằng phương pháp độc đáo này của Dzogchen có mãnh lực ghê gớm để giải tỏa ngay những vấn đề tâm lý và cảm xúc đã ăn sâu, thâm căn cố đế.

Bây giờ tôi đưa ra cho bạn một lối giải thích giản dị về tiến trình này hoạt động ra sao. Điều này sẽ vô giá về sau, khi ta xét đến những gì xảy ra vào lúc chết.

Trong Dzogchen, bản chất nội tại tự nhiên của mọi sự gì là Ánh sáng căn bản hay Ánh sáng mẹ. Nó lan khắp lãnh vực kinh nghiệm của chúng ta, và bởi thế cũng là bản chất nội tại của những tư tưởng và cảm xúc khởi lên trong tâm ta nữa, mặc dù chúng ta không nhận ra điều đó. Khi bậc thầy khai thị cho chúng ta bản chất chân thật của tâm, tức là trạng thái Rigpa hay Tâm

bản nhiên, thì điều ấy giống như thầy cho ta một cái chìa khóa. Trong Dzogchen chúng ta gọi chìa khóa ấy--sẽ mở cho chúng ta đến tri kiến toàn vẹn --là Ánh sáng đạo lộ hay Ánh sáng con. Ánh sáng căn bản và Ánh sáng đạo lộ thực ra chỉ là một, nhưng vì mục đích giảng dạy mà phân ra như thế. Nhưng một khi có được chìa khóa Ánh sáng đạo lộ nhờ sự khai thị của bậc thầy, thì ta có thể sử dụng nó tha hồ để mở vào cánh cửa Bản tánh tự nhiên của thực tại --sự mở cửa này được gọi theo Dzogchen là Gặp gỡ giữa Ánh sáng căn bản và Ánh sáng đạo lộ hay Mẹ con gặp gỡ. Một cách nói khác là, vừa khi một ý tưởng hay cảm xúc khởi lên, Ánh sáng đạo lộ-Rigpa- nhận ra ngay bản chất của nó, tính nội tại của nó, là Ánh sáng căn bản. Trong giây phút nhận ra nhau ấy, hai ánh sáng tan hòa vào nhau, tư tưởng và cảm xúc được giải phóng ngay tại nền tảng của nó. Điều cốt yếu là kiên toàn sự tập luyện hội nhập hai Ánh sáng này và giải tỏa những móng tâm động niệm ngay khi đang sống, bởi vì điều này xảy ra vào lúc chết, với tất cả mọi người là: Ánh sáng căn bản xuất hiện trong vẻ huy hoàng rộng lớn, và mang theo nó một cơ hội để giải thoát hoàn toàn--nếu, và chỉ nếu, làm thế nào để nhận ra nó.

Danh từ duy nhất có thể diễn đạt được cái này là Không-Thiền. Trong trạng thái ấy, theo lời các bậc thầy, dù bạn có đi tìm vọng tưởng cũng không còn sót lại cái nào. Cho dù bạn muốn kiếm một hòn sỏi bình thường trên một hòn đảo vàng ngọc, thì bạn cũng không cách nào tìm được. Khi Kiến đã hiện diện liên tục, dòng tâm bản nhiên không gián đoạn, sự hòa nhập hai Ánh sáng là tự nhiên, liên tục, thì mọi vọng tưởng khả hữu đều được giải tỏa ngay tại gốc của nó, và toàn thể nhận thức của bạn khởi lên liên tục là tâm bản nhiên.

Những bậc thầy nhấn mạnh rằng muốn ổn định được Kiến trong thiền định, điều cốt yếu trước hết là hoàn tất sự luyện tập này trong một khung cảnh đặc biệt của nhập thất, ở đây mọi điều kiện thuận lợi đều sẵn có. Còn ở giữa sự tán loạn rộn ràng của thế gian, thì dù bạn có thiền bao nhiêu, kinh nghiệm thực thụ cũng không phát sinh được trong tâm bạn.

Thứ hai, mặc dù trong Dzogchen không có sự khác biệt giữa thiền và đời sống thường nhật, song khi bạn chưa có được sự an trú vững vàng nhờ thiền tập vào những thời khóa hảnh hời, thì bạn không thể nào hội nhập tuệ giác của thiền định vào kinh nghiệm hàng ngày. Thứ ba, ngay cả khi bạn thực hành, bạn có thể an trú dòng tương tục Tâm bản nhiên với niềm tin của Kiến. Nhưng nếu bạn không thể tiếp tục dòng ấy vào mọi lúc và mọi tình huống, hòa lẫn sự tu tập với đời sống hàng ngày của bạn, thì nó sẽ không

làm phương thuốc cứu bạn được, mỗi khi hoàn cảnh khó chịu nổi lên, và bạn sẽ bị ý tưởng, cảm xúc dẫn cho lạc vào mê vọng.

Có câu chuyện thú vị về một hành giả Dzogchen sống không khoe khoang, nhưng lại có một đám đông đồ đệ. Có một ông thầy tu rất kiêu hãnh về học vấn đa văn của mình, đâm ra ganh tị với hành giả mà ông biết là không đọc sách nhiều. Ông ta nghĩ: Sao một người tầm thường như thế dám dạy đệ tử? Sao y dám tự xưng thầy? Ta sẽ đến thử tri kiến của y, cho lộ cái giả dối của y, và làm nhục y trước mặt đệ tử, để bọn này bỏ mà theo ta. Bởi vậy y đến viếng vị hành giả, và hỏi với vẻ khinh miệt: Này đồng bạn Dzogchen, có phải ông chỉ có thiền mà thôi không?

-- Thế thì ông không thiền định gì cả sao?

Vị hành giả trả lời một câu bất ngờ:

-- Có gì để thiền?

-- Thế thì ông không thiền định gì cả sao? vị học giả nói một cách đắc thắng.

-- Nhưng có bao giờ tôi tán loạn đâu?, vị hành giả đáp.

c). HÀNH: Khi sự an trú trong Tâm bản nhiên trở nên một thực tại, thì bắt đầu thấm nhuần sự sống hàng ngày của hành giả, nuôi dưỡng một sự ổn định, và niềm tin sâu xa. Dudjom Rinpoche nói:

-Hành có nghĩa là thật sự ngắm nhìn những ý tưởng của chính bạn, xấu hay tốt, nhìn suốt bản chất thật sự của bất cứ ý tưởng nào có thể khởi lên, không truy tầm quá khứ cũng không mời mọc tương lai, không để cho tâm bám víu vào một kinh nghiệm hạnh phúc, cũng không để cho nó tràn ngập những tình cảm đau buồn. Khi làm như vậy, bạn cố đạt đến và an trú trong đại xả, trong đó mọi tốt xấu, an nguy đều không có lai lịch gì chân thực.

Sự trực ngộ Kiến một cách tinh vi toàn triệt, sẽ thay đổi cái nhìn của bạn đối với sự vật. Càng ngày tôi càng nhận rõ rằng chính ý tưởng và khái niệm đã ngăn cản không để cho chúng ta luôn an trú trong tuyệt đối. Bây giờ tôi mới hiểu vì sao thầy tôi dạy: Hãy cố gắng đừng tạo ra quá nhiều hy vọng hay lo sợ vì chúng chỉ tổ gây thêm sự bám víu trong tâm. Khi Kiến có mặt, thì những ý tưởng được nhìn thấy đúng như bản chất chúng, đó là phù du, trong suốt, và chỉ có tính cách tương đối. Bạn thấy suốt mọi sự một cách trực tiếp

như thể là bạn có con mắt X-quang. Bạn không bám víu cũng không xua đuổi những ý tưởng cảm xúc, mà chào tất cả chúng trong vòng ôm lớn rộng của Tâm bản nhiên. Những gì mà trước đây bạn coi là rất quan trọng--những tham vọng, kế hoạch, mong đợi, hoài nghi, đam mê--không còn khống chế bạn một cách sâu xa nữa, vì chánh kiến đã giúp bạn thấy được cái tổng rộng, phi lý của tất cả chúng nó, nhờ vậy phát sinh trong bạn một tinh thần từ bỏ thật sự.

An trú trong niềm tin và ánh sáng của Tâm bản nhiên làm cho ý tưởng cảm xúc bạn được giải tỏa một cách tự nhiên không cần nỗ lực, vào trong không gian rộng lớn của Tự Tính Tâm, giống như là viết chữ trên mặt nước hay vẽ trên nền trời. Nếu bạn thật sự tu tập như thế đến chỗ toàn vẹn, thì nghiệp không còn cơ hội để tích lũy, và trong trạng thái buông xả hoàn toàn ấy, định luật nhân quả trong vòng nghiệp báo không còn cách nào trói buộc bạn.

Đừng tưởng điều dễ. Thật vô cùng gây go để an trú không xao lãng trong tự tánh của tâm, dù chỉ trong chốc lát, chứ đừng nói giải tỏa một ý niệm hay cảm xúc ngay khi nó sinh khởi. Chúng ta thường cho rằng chỉ vì mình hiểu được một điều gì trên phương diện tri thức, hoặc tưởng mình đã hiểu, mà việc ấy có nghĩa rằng mình đã thật sự đạt ngộ. Đây là một ảo tưởng lớn lao. Cần phải có sự lắng nghe, tư duy, quán tưởng, thiền định và thực hành kiên trì. Và nhưt là thực hành Dzogchen luôn luôn cần sự hướng dẫn và khai đạo của một bậc thầy đủ tư cách.

Nếu không, thì sẽ có một mối nguy mà truyền thống này gọi là Kiến nuốt mất Hành. Một giáo lý cao siêu mảnh liệt như Dzogchen kéo theo một nguy cơ trầm trọng. Khi tự lừa dối mình --tưởng mình đã giải thoát hết tư tưởng cảm xúc, mà kỳ thực tuyệt nhiên bạn chưa có khả năng làm chuyện ấy; hoặc tưởng mình đang hành động một cách tự nhiên như thiền sư Dzogchen thực thụ -- thì bạn chỉ có đang kết nạp, tích lũy vô số ác nghiệp. Như Padmasambhava nói, và điều này chúng ta đều nên có, là:

- Mặc dù Kiến ta bao la như bầu trời, mà hành động và niềm tôn kính đối với nhân quả nơi ta nhỏ nhiệm, vi tế như hạt bụi.

Ngay trong một hành giả Dzogchen cao cấp nhất, nỗi buồn niềm vui hy vọng sợ hãi vẫn còn nổi lên như trước. Cái khác nhau giữa một người thường với một hành giả là cái cách họ nhìn cảm xúc của họ và phản ứng đối với những cảm xúc đó. Một người thường sẽ theo bản năng mà chấp nhận hay chối bỏ ngay những cảm xúc, và thế là khơi dậy ràng buộc hoặc chán ghét, kết quả là

tích lũy thêm ác nghiệp. Nhưng một hành giả Dzogchen thì nhận ra mọi sự khởi lên trong trạng thái trong sáng tự nhiên của nó, không để cho sự chấp thủ khởi lên trong nhận thức của mình.

Dilgo Khientse Rinpoche mô tả một hành giả lang thang qua một khu vườn. Ông hoàn toàn tĩnh giác trước vẻ đẹp huy hoàng của những đóa hoa, thưởng thức màu sắc, hình dáng, mùi hương của chúng. Nhưng không có một dấu vết nào của sự bám víu ở nơi ông, hay bất cứ một hậu ý nào trong tâm. Như Dudjom Rinpoche nói:

- Bất cứ nhận thức gì khởi lên, bạn hãy nên làm như một đứa trẻ đi vào một ngôi chùa trang hoàng lộng lẫy. Nó nhìn mà sự bám víu tuyệt nhiên không đi vào nhận thức của nó. Cứ thế bạn để mọi sự ở nguyên trong trạng thái mới mẻ, tự nhiên, sống động, vô nhiễm của nó. Khi bạn để mọi sự ở nguyên trạng thái nó, thì hình dáng nó không thay đổi, màu sắc không phai nhạt, vẻ sáng sủa của nó không biến mất. Bất cứ gì xảy đến không bị ô nhiễm bởi chấp thủ nào, bởi thế tất cả gì bạn thấy đều khởi lên như là trực giác trần tục của (Rigpa) Tâm bản nhiên, và vốn là sự át khả phân của ánh sáng và hư không.

Sự hài lòng, tin tưởng, sự trong sáng khoáng đạt, sức mạnh và tính hài hước sâu xa, niềm xác tín khởi lên do sự trực nhận chánh kiến về Tâm bản nhiên, là kho tàng vĩ đại nhất của cuộc đời, là hạnh phúc tối thượng, mà một khi đã đạt đến, thì không có gì phá hủy, ngay cả cái chết.

Dilgo Rinpoche nói:

- Một khi bạn đã có chánh kiến, thì dù cho những nhận thức lừa dối của sinh tử vẫn còn khởi lên trong tâm, bạn vẫn như bầu trời: khi một cầu vồng xuất hiện trước mặt, nó cũng không lấy làm hãnh diện, mà khi mây mù xuất hiện, nó cũng không lấy làm buồn bực. Có một cảm giác sâu xa về sự hài lòng. Bên trong bạn cười thầm khi thấy mặt tiền của niết bàn và sinh tử. Chánh kiến làm cho bạn luôn luôn vui vẻ, một nụ cười hàm tiếu luôn nở trong tâm.

Dudjom Rinpoche nói:

- Khi đã thanh lọc ảo tưởng lớn, bóng đen của tâm thức, thì tia sáng của mặt trời không bị ngăn bít cứ liên tục chiếu ra. (tr.218 - 237)

VI. KẾT LUẬN

Dòng Tâm Thức luôn trôi chảy không có khởi điểm cũng như không có kết thúc. Khi thanh lọc, dòng tâm thức ấy không còn vẩn đục, sự trong sáng cũng vẫn hiện hữu trong Tâm Trí con người. Mây vẫn trôi không làm bầu trời thay đổi. Tâm thức luôn biến diệt, Trí tuệ vẫn bản nhiên trong sáng. Đời người sẽ đi về đâu? Cho dù thân tứ đại có tan rã theo thời gian sanh lão bệnh tử, cái Tuệ Minh, cái Bản Giác hay Tri Kiến Phật vẫn thường hiển lộ đó không phải là sự sống tự tại đời đời hay sao?

Cái vẩn đục vẫn có trong tính trong sáng Mây che khuất tưởng chừng như bầu trời đen tối, kỳ thật chỉ là trạng thái đen tối của mây còn bầu trời vẫn là bầu trời bản nhiên trong sáng và thanh tịnh bất biến, vì khi mây tan bóng tối không còn thì bầu trời hiển lộ như tính bản nhiên của nó, không có một mây may thay đổi.

Nhận thức được Tánh Không của vạn hữu, thực tại của Duyên Khởi và Giả Danh, thì Trung Đạo là con đường Cứu Cánh cho mọi vượt khỏi dòng bực lưu sanh tử. Trung Đạo hay Tự Tánh Tuyệt Đối là Phủ Định Tính của vạn hữu kể cả tâm thức con người. Con đường Giác Ngộ là con đường sáng soi rọi các pháp làm cho vô tự tính mọi hữu tồn. Phủ định tha tính của sự vật và phủ định cả tự tính của sự vật cũng chưa phải là cứu cánh, mà phủ định luôn cái mình phủ định.

Con đường đi đến Giác Ngộ theo kiểu của Bồ Tát Long Thọ là những chặng đường phủ định tuyệt đối để cuối cùng không còn gì phủ định, chỉ còn Tự Tính Tuyệt Đối, vùng trời của Vô Ngôn là Trung Đạo.

Một phương pháp khác trong Duy Thức Học quan niệm như là Thể Cách Nhận Thức Sự Vật. Theo Bồ Tát Di Lạc và Vô Trước,

Thực tại luận và giải thoát luận của Duy Thức dựa trên nhận thức về thực tại. Nói cách khác, đối với tư tưởng gia Duy Thức, liên hệ của chúng ta với thực tại là một liên hệ nhận thức (và giải thích). Do đó trong thực tại luận Duy Thức bản tính của Phật (tức là một sinh linh giác ngộ) và bản tính của chúng sinh hay con người bình thường (tức là những sinh linh chưa giác ngộ) cũng như sự dị biệt giữa Phật và con người, cốt yếu được qui định bằng những phạm trù nhận thức. Sự dị biệt giữa Phật và con người chính yếu là sự dị biệt giữa hai thể cách tri nhận thực tại.

Tri giác của Phật được định nghĩa là vô phân biệt, một thể cách nhận thức vượt trên dự kiến (presupposition), nằm ngoài sự qui kỷ (nonegocentric), tri nhận thực tại như chính nó, nghĩa là trong thực tính của nó. Do đó, Phật-tính- - hay từ một viễn cảnh tri thức luận, Phật-tâm (hay Phật-trí, tức là thể cách nhận thức của sinh linh đã giác ngộ) - - cũng được đề cập đến như là tâm [nhận thức] thực tại chân thực. Trong hầu hết các kinh luận Đại Thừa, tâm (Phật) được mô tả là thanh tịnh và trong sáng tự bản tính.

Tri giác thực tại của con người, trái lại, là một thể cách nhận thức qui kỷ (egocentric) và do đó bị giới hạn. Thể cách nhận thức này có xu hướng tri nhận thực tại như là gồm có một chủ thể nhận thức tự hữu và các thành tố cấu tạo thực tại - - tức là các đối tượng - - cũng hiện hữu một cách độc lập. Trong ngôn ngữ của Duy Thức, đây chính là sự áp đặt tự tính lên chủ thể (tức là phương diện chủ thể) và (các hiện tượng, tức là phương diện khách thể) mà Duy Thức xem là một tiến trình giả tưởng. Thứ duy thức luận phác tồ (naïve realism) này tự căn bản đã mâu thuẫn với giáo lý nền tảng của Phật Giáo về duyên khởi, theo đó thì thực tại thuần túy, tức là, cái thực tại trước khi có sự áp đặt của bất cứ những ý nghĩa nào giới hạn nào đó, là một sản phẩm của một mạng lưới của những tác động hỗ tương (có tính cách liên hệ) nhân quả của những thành tố tâm lý và vật lý. Nói cách khác, tất cả mọi hiện tượng đyu hiện hữu một cách hỗ tương hệ thuộc và do đó không có tự tính hay là không trong thuật ngữ của Phật Giáo (TC Triết 1, tr 39).

Con đường đi đến Chân Nguyên thật lắm chông gai qua nhiều chặng đường phủ định để đến bờ Trung Đạo, hoặc giả thể cách Tri Nhận Thực Tại với Trí Vô Phân Biệt để Trực Nhận Thực Tính của sự vật. Hành trình chuyển hóa Tâm Thức thành Tâm Trí cũng cùng một nguyên lý từ Nhị nguyên chuyển thành Nhất Nguyên. Đó là chúng ta đứng trên khía cạnh không gian. Vượt khỏi không gian chỉ đạt đến Chân lý tương đối mà thôi. Công việc cuối cùng là phải thể hiện ngay khi nhận thức vượt khỏi không gian là phải vượt khỏi luôn thời gian hay phủ định thời gian mới mong đạt đến Thực Tại Tuyệt Đối hay Chân Lý Tối Hậu.

Có thể kết luận như sau:

+ Nhị bội phủ định nhận thức Giác Thức Nguyên Sơ của sự vật là Khẳng định nhận thức Tánh không của chúng ; đó là Nhất Nguyên Tính Tuyệt Đối, Chân lý Tối Hậu hay Trung Đạo, cũng là hai giai trình Hàng phục Vọng Tâm và An trụ Tâm.

+ Nắm bắt được thực tướng của vạn hữu là sự vượt khỏi Thời-Không làm cho Tâm trở nên trong sáng thanh thản, tức là giải thoát khổ đau, nhân quả, luân hồi.

---o0o---

THAM KHẢO

01. Bát Nhã Tâm Kinh Qua Cái Nhìn Của Duy Thức, HT.T.Thắng Hoan, 1996
02. Chuyện Cổ Phật Giáo, tập chép tay do Đ.H Nguyễn Phước Lộc Vững Tàu
03. Chuyển Hóa Tâm, Shamar Rinpoche, A. R, Palmo, Lục Thạch dịch
04. Đối thoại giữa Triết Học và Tôn giáo, Revel, Ricar. B>S Hồ Hữu Hưng dịch
05. Kinh Duy Ma Cát, dịch giả T. Huệ Hưng, 1970
06. Human Behavior, James V. McConnell, 1983
07. Personality, William Samuel, 1991
08. Tạng Thư Sống Chết, Sogyal Rinpoche, Trí Hải dịch, 1996
09. Tạp Chí Triết 1 (1995): -Tàng Thức, Như Hạnh, TS Triết và Tôn Giáo;
10. Thiên Nguyên Thủy, HT. Mahasi Sayadaw, Tk Khánh Hỷ dịch
11. Thiên của Giáo Lý Nguyên Thủy, HT Thích Thanh Từ
12. Thực Tại và Chí Đạo, Phó Nguyệt Ph.D. 2002

---o0o---

Hết