

Cảnh Giới Đức Mạn Thù

The Spirit of Manjushri



Đức ĐALAI LAMA đời thứ XIV



---o0o---

Nguồn

<http://www.hoavouu.com>

Chuyển sang ebook 10-05-2014

Người thực hiện :

*Thu Đình - Diệu Hương Thủy -
thuhoaidinh.hn@gmail.com*

Nam Thiên - namthien@gmail.com

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

Mục Lục

Thời Thuyết Pháp Thứ Nhất

Thời Thuyết Pháp Thứ Hai

Thời Thuyết Pháp Thứ Ba

Thời Thuyết Pháp Thứ Tư

Đối Thoại Giữa Đại Sư Thánh Nghiêm (Sheng Yen) và
Đức Đạt Lai Lạt Ma

---o0o---



Thư Viện Nalanda - Vietnamese Nalanda Library

<http://nalanda.batnha.org>

ẤN BẢN ĐIỆN TỬ

SÁCH ẤN TỔNG – KHÔNG BÁN

copyright • His Holiness the Dalai Lama 14th 1998
Vietnamese translation © Hồng Như Thubten Munsel
2008

Tùy nghi phổ biến trên mạng Internet với điều kiện giữ nguyên nội dung và không bán.

Muốn in sách ấn tống, xin vui lòng liên lạc về banbientap@batnha.org

Nguyên bản Anh ngữ: *The Spirit of Manjushri*, đức Đalai Lama thuyết giảng tại New York City năm 1998, đánh máy và lưu trữ tại:

<http://www.lamayeshe.com/otherteachers/hhdl/manjushri/manjushri.shtml>

Hồng Như Thubten Munsel chuyển Việt ngữ tháng 8 năm 2007, với sự đồng thuận của Nick Ribush.

---o0o---

Thời Thuyết Pháp Thứ Nhất

Khi nói đến Phật Pháp, ta nên biết chữ Pháp ở đây có nghĩa là Pháp cứu cánh, là niết bàn. Vậy muốn hiểu về Phật giáo thì phải hiểu chính xác về pháp diệt và về niết bàn giải thoát. Phương pháp tu nào có khả năng hóa giải vọng tâm và phiền não thì phương pháp đó mới đúng là Phật Pháp, còn pháp nào không có khả năng hóa giải vọng tâm phiền não thì không phải là Phật Pháp.

Đặc điểm của Phật Pháp là gì? Là pháp tu dựa trên ý thức biết rõ vọng tâm và phiền não mới thật là kẻ thù của mình. Toàn bộ phương pháp hành trì đều nhắm vào sự phá bỏ phiền não. Còn việc tìm cầu kiếp tái sinh thuận tiện, tìm cầu chuyện toàn hảo trong đời sống, nhân duyên mang lại thọ mạng tốt đẹp, tất cả những điều này đương nhiên đều là việc thiện, nhưng không thể xem là mục tiêu tối hậu của Phật tử. Mục tiêu và tâm nguyện

của Phật tử phải là giải thoát khỏi toàn bộ sinh tử luân hồi.

Vì toàn bộ cõi sinh tử luân hồi này, thực chất chỉ toàn điều bất như ý, và vì giải thoát luân hồi mới thật đáng mong cầu, cho nên người tu cần phát tâm buông xả sinh tử, cầu giải thoát luân hồi. Tâm này còn được gọi là tâm buông xả. Để có thể phát khởi tâm nguyện thoát khỏi sinh tử, người tu cần phải hiểu ít nhiều về niết bàn giải thoát. Muốn hiểu về niết bàn giải thoát, phải biết sau khi giải thoát sẽ như thế nào. Và muốn biết điều này thì phải thấy rằng vọng tâm phiền não có thể triệt bỏ khỏi tâm thức. Ở đây, hiểu về tánh không là điều không thể thiếu.

Nói chung, khái niệm giải thoát – còn gọi là moksha – nhiều tôn giáo khác cũng có nói đến. Ví dụ như truyền thống tôn giáo Ấn Độ cổ gọi là Số Luận [Samkhya] có giải thích về khái niệm giải thoát một cách chi li phức tạp. Thuyết Số Luận nói đến hai mươi lăm đối tượng của nhận thức [gọi là 25 đế -ND], đều là những sắc thái hiện hành của bản thể nguyên sơ. Khi tất cả mọi sắc thái này tan vào bản thể nguyên sơ, lúc ấy phiền não tận diệt, đạt giải thoát chân chính. Ngoài ra, Kỳ na giáo thời Ấn Độ cổ cũng có nói về giải thoát, cho rằng đây là một cõi thanh tịnh, các bậc giác ngộ chuyển sinh về chốn ấy, như vậy gọi là giải thoát.

Phật giáo khác với những tôn giáo khác ở chỗ Phật giáo nói rằng muốn hiểu đúng về giải thoát thì phải thâm hiểu tánh không. *Trung Quán Luận* của ngài Long Thọ có một câu kệ rất cô đọng, nêu rõ tri kiến của ngài về giải thoát. Ngài Long Thọ nói rằng bao giờ dòng luân chuyển của nghiệp và phiền não tận diệt thì đó là giải thoát.

Nghiệp và phiền não tận diệt ở đây không phải diệt vì vô thường có sinh có diệt, mà vì chủ động áp dụng pháp tu. Sinh tử luân hồi do nghiệp mà có. Nghiệp do phiền não tham, sân, si v.v... làm chất xúc tác sinh ra. Phiền não sinh từ nền tảng của nhận thức sai lầm về thực tại, đặc biệt là khuynh hướng phóng đại của nhận thức. Nhận thức sai lầm về thực tại thì lại được sinh ra từ vọng niệm vô minh căn bản, luôn thấy sự vật có tính chất cố định thường còn. Đây là cái được gọi là khái niệm phân biệt, trong cái nghĩa không ngừng phân biệt tạo tác. Tâm phân biệt này, còn được gọi là vọng-tâm-căn-bản, chỉ có thể diệt tận gốc rễ nhờ trí tuệ chứng tánh không, nhìn rõ hư vọng, thấu suốt được chân tướng của thực tại.

Câu chót trong đoạn kệ nói trên có thể được đọc thành hai cách, hoặc là nói khái niệm phân biệt tận diệt *nhờ* tuệ giác tánh không, hoặc là nói tận diệt *vào trong* tánh không. Khi nói diệt nhờ tuệ giác tánh không, như vậy có nghĩa là nhờ phát triển tuệ giác chứng tánh không mà làm cho khái niệm phân biệt tận diệt. Còn khi nói diệt vào trong tánh không, như vậy có nghĩa là chính trí tuệ trực nhận chân tánh của tâm là điều khiến cho vọng tâm tan rã. Có thể nói rằng chính tâm tự thanh tịnh hóa tâm.ⁱ

Suy xét cho tận tường sẽ thấy giải thoát thật ra chỉ là một trạng huống tâm thức, là chân tánh của tâm. Chân tánh của tâm là tánh không của tâm, có khi được gọi là “tánh tịnh niết bàn”. Tánh không của tâm là tâm đạt đến trạng huống thanh tịnh mọi vọng tâm ô nhiễm, đó chính là niết bàn, là moksha.

Kinh Phật nói đến bốn loại niết bàn. Thứ nhất là tánh tịnh niết bàn, ứng vào với tánh không của tâm. Nói cho

chính xác, vì có tánh tịnh niết bàn làm nền tảng nên tâm mới có thể giải thoát được. Ba niết bàn còn lại là hữu dư niết bàn, vô dư niết bàn và vô trú niết bàn.

Khái niệm bình đẳng giữa luân hồi và niết bàn, phái Sakya có nói đến khi giải thích về tánh không, bình đẳng ngay từ những hợp thể vật lý như chiếc bình v.v... Tuy vậy, ý nghĩa thật sự của sự bình đẳng giữa luân hồi và niết bàn phải nằm ở chân tánh của tâm.

Điểm then chốt của mười hai chi duyên khởi là phải hiểu rõ sự khác biệt giữa vô minh và các chi còn lại của bánh xe luân hồi. Có một mối tương quan nhân quả, khi diệt được vô minh thì sẽ diệt toàn bộ bánh xe luân hồi. Kinh Phật nói rằng khi thuyết về mười hai nhân duyên, Phật nêu ra 3 điểm trọng yếu:

Vì điều này hiện hữu, nên điều kia hiện hữu. Nói vậy có nghĩa là bất cứ điều gì, đã là nhân tạo sinh điều khác thì chắc chắn phải có hiện hữu.

Vì điều này khởi sinh, nên điều kia khởi sinh. Nói vậy có nghĩa là bất cứ điều gì, đã là nhân tạo sinh điều khác thì không những phải hiện hữu, mà còn phải là quả, từ nhân khác sinh ra. Không có điều gì không nhân sinh ra mà lại có khả năng tạo sinh vật khác. Tất cả mọi sự đều chỉ là vô thường sinh diệt.

Vì có vô minh nên hành khởi sinh. Nói vậy có nghĩa là bất cứ điều gì, đã là nhân tạo sinh việc khác, không những chính điều ấy phải có hiện hữu, phải là vô thường sinh diệt, mà còn phải có sự tương ứng giữa nhân và quả. Lấy ví dụ cảnh sống trong cõi luân hồi, giữa vô minh căn bản và sinh tử luân hồi phải có sự tương ứng.

Vì sinh tử luân hồi là điều không ai mong cầu, cho nên vô minh, là nhân tạo ra sinh tử luân hồi, cũng là điều không ai mong cầu. Điều đức Phật muốn nói ở đây, đó là mặc dù mọi người đều có khuynh hướng tìm cầu hạnh phúc, nhưng vì vô minh nên cứ mãi tạo nhân gây khổ đau cho chính mình. Vô minh chính là gốc rễ buộc thắt ta vào luân hồi sinh tử.

Để luận về ba điểm trọng yếu này, ngài Vô Trước trong bộ A Tì Đạt Ma [*Abhidharmasamuccaya, The Compendium of Knowledge*] có nhận xét rằng ba điểm này ứng vào với ba điều kiệnⁱⁱ. Thứ nhất, khác với mọi tôn giáo khác, Phật giáo giải thích thế giới được tạo sinh từ chuỗi nhân quả chứ không phải do đấng vạn năng nào tạo ra. Thứ hai, đã là nhân tố tạo sinh sự vật thì nhân tố đó phải là một hiện tượng vô thường sinh diệt. Dựa vào đó, ngài Vô Trước nói rằng đức Phật phủ nhận kiến giải của các truyền thống tôn giáo khác, cho rằng thế giới vật lý được tạo sinh từ một nhân tố thường còn. Ví dụ như trong thuyết Số Luận, bản thể nguyên sơ được định nghĩa là một hiện tượng thường còn nhưng lại được xem là nhân tố tạo sinh vũ trụ. Đây là điều đức Phật phủ nhận.

Chuỗi nhân quả phải được hiểu như vậy. Bảy giờ phân mười hai nhân duyên thành ba loại: phiền não, nghiệp, khổ cùng nhân tạo khổ. Giáo pháp mười hai nhân duyên này được gom lại cô đọng trong sách "*Tiếng Lời Mật Nhiệm của Đức Mạn Thù*" [*The Sacred Words of Manjusri*] do đức Đạt Lai Lama đời thứ năm soạn thảo.

Đức Đạt Lai Lama đời thứ năm nói rằng khi xét về quá trình tái sinh thiện đạo, ví dụ thọ sinh cõi người, thì gốc

Ễ của kiếp tái sinh này chính là vô minh căn bản, là chi thứ nhất trong mười hai chi duyên khởi. Vô minh tác động thành việc làm – là việc thiện nếu sinh cõi người. Đây chính là chi thứ hai trong mười hai chi duyên khởi, gọi là tác ý, là hành nghiệp, phát xuất từ vô minh.

Chi thứ ba, thức, được chia hai thành "thức nhân" và "thức quả". "Thức nhân" là thức phát sinh đồng loạt với hành nghiệp. Phân nửa đầu của chi thứ ba được gọi là "nhân duyên", là cái nhân đầu tiên thật sự làm lực đẩy hành nghiệp vào quá trình nhân quả. Vô minh căn bản là yếu tố thúc đẩy chính, tiếp theo còn một số vô minh đồng loạt hiện hành, ví dụ như vô minh không biết luật nhân quả, v.v... Loại vô minh này sẽ đưa đến cảnh thọ sinh ác đạo.

Chi thứ hai trong mười hai duyên khởi là tác ý, là hành nghiệp. Nghiệp có ba loại chính: thiện nghiệp, ác nghiệp [và trung tính nghiệp – ND bổ xung]. Trong trường hợp của ác nghiệp, không những có vô minh căn bản làm động cơ tác ý, mà còn có thêm vô minh không hiểu về nhân quả. Trong mọi trường hợp, bên dưới vẫn luôn là vô minh căn bản. Vô minh căn bản nằm ở gốc rễ của toàn bộ mọi mắc xích trong bánh xe luân hồi.

Một khi việc đã làm, nghiệp đã tạo, thì câu hỏi được đặt ra đó là trước khi thành quả, làm sao có thể lưu giữ tiềm năng của nghiệp xuyên qua các kiếp tái sinh nối tiếp trong thời gian? Muốn hiểu điều này, trước tiên phải biết nghiệp lưu ký như thế nào. Đây là một câu hỏi triết lý phức tạp. Bản thân tôi nhiều khi cũng không hiểu rõ, trong kinh điển triết lý Phật giáo có rất nhiều luận văn tranh luận về vấn đề này. Nói chung, có một điểm mà

mọi tông phái đều đồng ý với nhau, đó là nghiệp được lưu ký lại trong dòng tâm thức.

Đức Đạt Lai Lama đời thứ năm nói rằng trong mười hai chi duyên khởi, chi thứ tám gọi là ái, chi thứ chín gọi là thủ, và chi thứ mười gọi là hữu, ba chi này là ba yếu tố tác động, khiến cho hạt giống nghiệp [nghiệp chủng] chín mùi thành quả. Ở đây, cái gọi là ái chính là tâm muốn tìm cầu cảm xúc dễ chịu và đồng thời cũng là tâm muốn xa lánh những cảm xúc khó chịu. Thủ, chi thứ chín, là lúc ái lên đến cao độ. Vì có ái và thủ mà có chi thứ mười là hữu, là lúc mà nghiệp chủng đã đến mức sung mãn chín mùi.

Ngài Long Thọ nói rằng chính đức Phật đã dạy trong kinh điển rằng lão tử cũng do sinh mà có. Việc gì đã do nhân mà sinh, thì cũng sẽ do nhân mà diệt. Ngài Long Thọ cùng các bậc đệ tử nói rằng nếu sự việc do nhân tố tác động mà sinh ra thì cũng sẽ vì nhân tố tác động mà mất đi. Các tông phái khác không đồng ý với điểm này, cho rằng diệt là pháp thường, được gọi là pháp phủ định đơn thuần, hoàn toàn vô kháng định, chỉ đơn thuần là sự tận diệt của các pháp. Ngài Long Thọ và các bậc đệ tử ngược lại nói rằng pháp diệt do nhân duyên sinh ra, vì vậy vẫn có đủ chức năng tạo sinh pháp khác.

Bốn chi tiếp theo trong chuỗi mười hai duyên khởi là danh sắc, lục nhập, xúc và thọ. Các chi này được gọi là quả. Danh sắc ứng vào với giai đoạn bào thai chớm sinh, và lục nhập ứng vào với giai đoạn phát triển ngũ căn. Khi khả năng giác quan phát triển đến mức có thể ghi nhận cảm giác thì đó là lúc luân chuyển đến chi thứ sáu là xúc, đây là lúc giác quan có thể tiếp xúc với đối cảnh.

Phát triển thêm một bước nữa thì tiếp xúc với đối cảnh sẽ phát sinh ra cảm giác, và đây là thọ, chi thứ bảy.

Gọi danh sắc là bao gồm cả kiếp thọ sinh trong cõi vô sắc. Chúng sinh cõi vô sắc mặc dù không có sắc, nhưng vẫn có danh. Tương tự như vậy, các giác quan cùng nhận thức đến từ giác quan trong cõi vô sắc đều nằm ở dạng tiềm năng vi tế chứ không cụ thể phát triển.

Chi thứ mười một là sinh. Có bốn loại sinh: sinh từ biến hóa, sinh từ thai, sinh từ trứng và sinh từ âm thấp. Lão và tử là chi thứ mười hai. Lão không nhất thiết phải là tuổi già, mà thật ra ngay từ giây lúc chào đời là đã đi vào quá trình lão hóa. Có thể nói rằng chi thứ mười hai khởi đầu ngay từ giây phút chào đời.

Trong chuỗi luân chuyển mười hai duyên khởi này, chi sau sinh là do chi trước sinh, và chi sau diệt cũng là do chi trước diệt. Cứ như vậy chúng ta có thể truy đến nguyên nhân tối sơ, đó chính là vô minh căn bản. Vì lý do đó mà chúng ta có thể nói rằng vô minh căn bản vốn là gốc rễ của đời sống luân hồi.

Vô minh căn bản thực chất là gì? Các nhà tu học Phật giáo khi nói về vô minh thường vẫn có nhiều ý kiến khác nhau. Ngài Vô Trước cho rằng vô minh không phải là một trạng thái cố tình không biết, mà là không biết một cách thụ động. Tuy vậy, có những vị như ngài Pháp Xứng, ngài Nguyệt Xứng thì lại nói rằng vô minh không phải là trạng thái thụ động không biết, mà là chủ động: biết mà biết sai. Vậy tâm vô minh chính là tâm hư vọng nhìn vào thực tại mà nhìn sai, tưởng rằng thực tại có tính chất cố định thường còn.

Nói tóm lại, điều cần ghi nhớ ở đây đó là tâm chấp bám vào hiện hữu chắc thật có tự tánh của cái tôi chính là gốc rễ của luân hồi. Chỉ khi nào hủy diệt tâm chấp ngã thì bánh xe luân hồi mới bị phá hủy. Ngài Thánh Thiên, bậc đại đệ tử của ngài Long Thọ, có nói trong *Trung Quán Tứ Thập Luận Tụng* rằng tâm thức chính là hạt giống của luân hồi. Chữ tâm thức ở đây có nghĩa là loại tâm thức chấp bám vào hiện hữu chắc thật của ngã và của vạn pháp. Ngài nói tiếp như sau, tất cả mọi đối tượng, mọi sự vật, đều là pháp mà tâm chấp bám vào. Một khi chúng được vạn pháp vốn không tự hữu, khi ấy có thể bắt đầu chặt bỏ quá trình phát triển của hạt giống luân hồi.

Tương tự như vậy, ngài Long Thọ nói trong *Thất Thập Tụng Không Tánh* rằng cái tâm chấp bám vào sự vật do nhân duyên sinh như thể sự vật hiện hữu độc lập, có tự tánh, tâm đó Phật gọi là tâm vô minh. Từ tâm vô minh này mà phát sinh mười hai duyên khởi. Nếu khai mở trí tuệ thấy rõ ý nghĩa của duyên khởi thì sẽ có thể bắt đầu quá trình hủy diệt vòng quay mười hai duyên khởi. Đặc biệt là bắt đầu bằng chặt đứt sự hình thành của tâm vô minh. Một khi vô minh đoạn dứt, tất cả mọi chi tiếp theo cũng sẽ đều bị phá hủy.

Nếu bây giờ chúng ta quan sát tâm thức mình trong trạng thái tự nhiên, sẽ thấy có một cảm nhận rất thâm sâu về sự hiện diện của một cái tôi, dù trong mơ vẫn cảm nhận rõ ràng. Nếu phân tích cảm nhận tự nhiên của mình về cái tôi, về cái có thể được gọi là ý thức về cái tôi, hay ý nghĩ “tôi là”, sẽ thấy cảm nhận này có nhiều mức độ mạnh yếu khác nhau. Ở đây không nói đến sự chấp bám

vào cái tôi, chỉ nói đến khái niệm về cái tôi. Có những lúc, khi mà chúng ta tin chắc rằng có một cái tôi hiện hữu chắc thật, lúc ấy cảm nhận về cái tôi sẽ trở nên rất mãnh liệt. Cảm nhận như vậy về cái tôi thì sẽ thấy con người này đây, cái tôi này đây, vừa tách lìa khỏi thân tâm, đồng thời lại vẫn dính liền đến thân tâm. Cái tôi này giống như là ông chủ, là người kiểm soát điều động thân tâm. Cái tôi như vậy kinh Phật gọi là khái niệm về cái tôi chắc thật.

Đức Dalai Lama đời thứ năm, sau cùng đã nói rõ cái mà ngài gọi là bản năng chấp ngã trong một số trạng huống cảm nhận về ngã, thật ra nghĩa là gì. Chúng ta luôn có khuynh hướng cho rằng ngã chính là thân, hay là tâm. Cảm nhận về thân và tâm này mãnh liệt đến nỗi ta thấy thân và tâm trộn lẫn vào nhau như nước với sữa, hoàn toàn tan hòa trong nhau. Trên nền tảng của khái niệm về thân và tâm đó, ý tưởng tự nhiên về cái tôi phát sinh, như thể cái tôi có một hiện hữu độc lập, tự mình mang đủ mọi đặc tính. Tin tưởng vào một cái tôi như vậy, một hiện hữu như vậy, đó chính là cái được gọi là "bản năng chấp nhân ngã".

Khi nói đến ngã, đương nhiên là có những cảm nhận về ngã không thể gọi là hư vọng, mê lầm. Ý tưởng tự nhiên như khi nói "Tôi đi", hay "Tôi về", đều có một mức độ nhận thức đúng đắn về cái tôi, nhờ đó mới có thể sinh hoạt bình thường. Chấp nhân ngã nói ở đây dựa trên cảm nhận mãnh liệt về cái tôi, tùy đối cảnh mà phát sinh đủ loại phản ứng tình cảm. Gặp cảnh thuận ý, lập tức chấp vào, bám theo, tham luyến. Gặp cảnh nghịch ý, lập tức

chống đối, giận dữ, thù ghét v.v... Cứ như vậy, trọn chuỗi luân hồi phát sinh.

Điều tôi muốn nhấn mạnh ở đây, đó là không phải bất cứ niệm nào về ngã cũng là vọng niệm. Phần lớn các niệm về ngã, nhất là các niệm bị phiền não chi phối, đều do tâm chấp nhân ngã hay chấp pháp ngã [chấp vào hiện hữu có tự tánh của con người hay của sự vật] làm cho ô nhiễm. Chính tâm chấp ngã này là điều khiến phát sinh các loại phiền não khác như là tham, sân v.v...

Một niệm chấp ngã hiện là phiền não thất loạn lập tức phát sinh, phá hủy ngay sự an định trong tâm. Là người tu theo Phật pháp, điều chúng ta hướng về chính là giải thoát, là trạng thái an lạc cứu cánh vĩnh viễn. Cho nên mọi phiền não vọng tâm đều là kẻ thù chân chính, vì phiền não vọng tâm mới đích thật là thủ phạm phá hoại mầm căn giải thoát.

Không những chúng ta cần thấy tính chất hủy hoại của vọng tâm phiền não mà còn phải thấy rõ những điều này hoàn toàn không đáng cho ta mong cầu. Bất cứ một ai nằm dưới quyền chi phối của phiền não đều là người đáng thương. Họ không tìm đâu ra được chốn an lạc, như ý. Thật sự là hễ còn nằm dưới quyền chi phối của phiền não là còn bị trói buộc trong sinh tử luân hồi. Nhờ quán về tính chất hủy hoại của vọng tâm phiền não, đồng thời quán sát về sức mạnh của phiền não trói cứng ta vào sinh tử luân hồi, mà dần dà người tu sẽ phát khởi được chí nguyện cầu giải thoát luân hồi. Đây chính là tâm buông xả chân chính.

Hiểu khổ đau vốn không có gì đáng cho ta mong cầu, thấy được chuỗi nhân quả phát sinh từ nguyên nhân tạo

khổ, nhờ vậy mà khởi cái tâm tìm cầu giải thoát. Khi nói đến tâm cầu giải thoát khổ đau sinh tử, ở đây chúng ta không nói đến khổ đau trong nghĩa thường tình, mà nói đến loại khổ đau vi tế nhất, được gọi là hành khổ. Bao giờ ý thức được trọn vẹn tính chất khổ đau ở mức độ vi tế thì tâm cầu giải thoát sẽ trở nên vô cùng mạnh mẽ. Tâm cầu giải thoát này chính là điều thường được gọi là tâm buông xả.

Để có thể hiểu được tận tường tính chất của khổ đau, chúng ta cần tìm hiểu cho thật chính xác cái được gọi là vô thường, hay là tính chất biến chuyển sinh diệt của sự vật. Nhìn vào thế giới xung quanh, bao gồm cả vũ trụ lẫn thân thể của chính mình, cho đến hạt tử vi tế nhất, tất cả mọi sự đều liên tục biến chuyển. Quá trình chuyển biến này xảy ra trong từng phút giây. Câu hỏi được đặt ra, đó là điều gì đã khiến cho thân thể của chúng ta và cả vũ trụ này đi vào quá trình chuyển biến liên tục đó? Dòng chuyển biến này không gián đoạn. Ngay từ trong cái nhân khiến sự việc sinh ra đã mang sẵn mầm mống của sự hủy diệt. Vì vậy mà nói mọi sự đều tùy thuộc vào nhân.

Xét về trường hợp ngũ uẩn, hợp thể của thân và tâm, ngũ uẩn cũng phải chịu quá trình sinh diệt liên tục này, nhân của ngũ uẩn là nghiệp và phiền não, còn nghiệp và phiền não thì lại từ vô minh căn bản mà ra. Xét cho cùng, chính vô minh căn bản là nguyên nhân tạo sinh tất cả mọi quá trình biến chuyển sinh diệt này.

Cho nên ta cần quyết liệt với vô minh căn bản. Bằng cách nào? Chỉ có một cách duy nhất, khai mở trí tuệ chứng biết vô ngã của con người và của sự vật [nhân vô

ngã và pháp vô ngã]. Vô minh căn bản là tâm chấp vào hiện hữu có tự tánh của sự vật. Vì vậy, chỉ khi nào vận dụng trí tuệ soi rõ cái thấy đó là sai lầm vô căn cứ, vạch rõ tâm vô minh bằng cách nào chấp vào nhân ngã và pháp ngã, có như vậy mới có thể bắt đầu phá vỡ vô minh. Khi ấy mới có thể hiểu được lời của ngài Nguyệt Xứng nói trong *LượngThích Học [Pramanavarttika]* rằng hiểu vô thường thì hiểu khổ; hiểu khổ thì hiểu vô ngã.

Chúng ta cũng có thể suy nghĩ như sau: hiện hữu độc lập có tự tánh và không độc lập, không có tự tánh là hai điều hoàn toàn đối nghịch, không thể đồng loạt hiện hành. Trí tuệ chứng tánh không và vô minh chấp có tự tánh là hai điều hoàn toàn đối nghịch. Tâm vô minh chấp có tự tánh hoàn toàn không có nền tảng [thực tại] vững chắc nào cả, trong khi đó trí tuệ chứng tánh không không những chính xác mà còn có nền tảng [luận lý] vững chắc. Vì có nền tảng vững chắc, nên trí tuệ này càng phát huy thì lại càng lớn mạnh, năng lực càng được phát triển. Hơn nữa, tâm có một tính chất rất đặc biệt, đó là phát triển đến một mức độ nào đó sẽ không cần phải dụng công nữa mà vẫn có thể tiếp tục phát triển một cách tự nhiên.

Phải hiểu rằng vì trí tuệ chứng tánh không là một tính chất của tâm, có khả năng giữ dòng tâm thức trong thế an định, lại được dựa trên nền tảng vững chắc của luận lý và thực tại, vì vậy trí tuệ này có thể phát triển đến vô hạn. Vì nguyên nhân tạo khổ là điều có thể diệt bỏ, nên đức Phật nhấn mạnh rằng chúng ta cần phải biết nhận diện tính chất của khổ đau. Bằng không, nếu như chẳng làm sao có thể thoát khỏi khổ đau, mà Phật lại dạy phải

quán về Khổ, làm như vậy chẳng khác nào tăng cường thói quen tự khiến mình sầu thảm.

Điều này kinh Phật ví như là người bị nhốt trong tù. Nếu mê muội không tự biết mình đang ở tù thì chắc chắn không thể nào hiểu được thực tại mình đang sống và không làm sao có thể có được ý muốn vượt thoát vòng tù ngục. Ngay lúc người ấy hiểu ra mình đang ở tù, chính sự ở tù này tự nó đã là một nỗi khổ, thì khi ấy ước nguyện tìm kiếm tự do mới lóe lên. Rồi mới bắt đầu tìm cách để thoát vòng tù tội.

Vì vậy mà sau khi Phật dạy về hai đế thứ nhất đó là khổ đế và tập đế, [về khổ và về nguyên nhân của khổ], thì lại dạy tiếp ngay về diệt đế và đạo đế [về sự tận diệt của khổ và về con đường dẫn đến sự thoát khổ]. Nếu như chỉ có hai đế đầu mà không có đế thứ ba và thứ tư, vậy Phật chẳng lý do gì lại dạy cho chúng ta về khổ. Nếu không có cách nào thoát khổ, Phật không những đã dẹp hết mọi công phu tu hành để đắm mình trong lạc thú thế gian mà còn sẽ khuyên tất cả đệ tử hãy làm theo như vậy. Thế nhưng sự thật không phải vậy. Sự thật là sau khi nói về khổ và nguyên nhân của khổ [khổ đế, tập đế] thì Phật dạy tiếp về sự tận diệt của khổ và con đường dẫn đến sự tận diệt đó [diệt đế, đạo đế].

[Hết Thời Thuyết Pháp Thứ Nhất.]

---o0o---

Thời Thuyết Pháp Thứ Hai

Bây giờ tôi xin đọc tụng câu kệ tán dương đức Phật của ngài Long Thọ viết trong Trung Quán Luận:

Tán dương Phật tuyệt hảo Là vị thầy tối cao

Đã dạy pháp duyên sinh Không diệt cũng không sinh

*Không đoạn cũng không thường Không đến cũng không đi
Không khác cũng không giống Khéo diệt mọi hý luận*

Là an lạc chân chính

Hôm qua chúng ta có xem qua về tâm buông xả, hôm nay chúng ta sẽ nói đến tâm bồ đề. Trong bài pháp *Ba Điểm Tinh Yếu Của Đường Tu Giác Ngộ*, ngài Tông Khách Ba nêu ra ba điểm chính yếu của Phật đạo. Đó là tâm buông xả, tâm bồ đề, và tri kiến tánh Không. Đối với người tu theo Phật giáo, tâm nguyện mục tiêu cứu cánh phải là giải thoát luân hồi, và giải thoát như vậy được gọi là trạng huống vô cùng tốt lành. Giải thoát có hai mức độ. Thứ nhất là cá nhân người tu vượt thoát khổ đau và vọng tâm. Muốn giải thoát như vậy cần phối hợp giữa tâm buông xả và tri kiến tánh không. Đây là hai yếu tố chính đưa đến thành tựu giải thoát cá nhân ra khỏi sinh tử luân hồi. Còn sự phối hợp giữa tâm bồ đề và tri kiến tánh không sẽ đưa đến thành tựu giác ngộ viên mãn.

Tuy vậy pháp tu lamrim có hơi khác một chút. Lamrim nói rằng đường tu giác ngộ là quá trình dài, đòi hỏi sự cố gắng liên tục nhiều đời, nhiều kiếp. Vì vậy người tu cũng cần quan tâm đến các bước tu sơ khởi. Mục đích của pháp tu sơ khởi là để tích tụ nhân duyên tạo dựng hoàn cảnh thuận tiện giúp người tu tiếp tục tu hành, hướng về giải thoát. Vì vậy, theo pháp lamrim, người tu cần hiểu rõ giá trị quý hiếm của kiếp người mà mình đang có.

Giới hạnh thanh tịnh chính là nhân tố cho phép chúng ta đạt kiếp người với đầy đủ mọi yếu tố thuận tiện. Giới hạnh nói ở đây chủ yếu là tránh làm mười điều bất thiện, sống đời sống tự chế thanh tịnh.

Nói về những yếu tố cho phép chúng ta đạt được kiếp người với đầy đủ mọi khả năng và hoàn cảnh thuận tiện để tiếp tục tu giải thoát, thì căn bản của giai đoạn sơ khởi này chính là sự giữ giới, không làm mười điều ác. Mặc dù có thể nói rằng nguyên tắc chung của luật nhân quả đó là gieo lành gặp lành, gieo ác gặp ác, nguyên tắc căn bản này ai cũng thấy là điều hiển nhiên. Thế nhưng biết đích xác nhân nào gieo quả nào, khía cạnh vi tế của luật nhân quả trong Phật giáo mới là điều thật sự khó hiểu. Thường nói, đây là những điều vô cùng thâm mật, hạng người bình thường như chúng ta không làm sao có đủ khả năng suy luận, lý giải, hay bất cứ một phương pháp nào khác, để hiểu được tường tận. Chỉ những bậc giác ngộ vượt thoát mọi chướng ngại ngăn che trí toàn giác mới đủ khả năng thấu hiểu sự hiện hành vi tế của nhân quả.

Ở đây có thể thấy rằng Phật giáo nói đến nhiều tầng thực tại, nhiều đối tượng của trí giác. Có loại đối tượng hiển nhiên, không cần lý trí vẫn có thể biết được. Lại có một loại đối tượng khác, có thể nói là hơi khó hiểu khó thấy hơn một chút, không phải ai cũng có thể thấy được mà phải vận dụng lý trí mới có đoán biết được sự thật. Tuy vậy, khía cạnh vi tế của nhân quả lại thuộc về loại đối tượng thứ ba, vô cùng thâm mật khó thấy. Ví dụ ngay lúc này đây, chúng ta đang có một cảm nhận nào đó, mặc dù có thể biết qua lý thuyết rằng cảm giác này đến

từ một cái nhân nào đó, tuy vậy nhân ấy là nhân gì, từ đâu mà có, những điều này quá vi tế, chúng ta không làm sao có thể thấy được.

Công phu hành trì nhân quả phải được đặt trên nền tảng của qui y Tam Bảo, Phật Pháp Tăng. Qui y Tam bảo cần hội đủ hai yếu tố, một là biết sợ thọ sinh ác đạo, và hai là biết tin rằng Phật Pháp Tăng có đủ khả năng cứu chúng ta ra khỏi hiểm họa thọ sinh ác đạo.

Điều này tức khắc đưa đến câu hỏi về tái sinh: việc gì sẽ xảy ra sau khi chết. Mặc dù kiếp sau là chuyện xa vời, nhưng nhìn cho kỹ cũng không phải là chuyện xa xôi gì cho lắm. Lằn ranh giữa kiếp hiện tại và kiếp sau chỉ nằm trong hơi thở. Hơi thở dứt, kiếp sau bắt đầu. Vì vậy mà pháp lamrim nhấn mạnh tầm quan trọng của pháp quán cái chết, quán vô thường. Hôm qua, tôi có nói rằng quán về khổ đau ác đạo không phải là để tự tạo cho mình một tâm lý buồn thảm tối ám, mà thật sự là để phát khởi chí nguyện mãnh liệt, muốn tự bảo vệ mình không rơi vào cảnh khổ như vậy. Quán như vậy để thấy ra rằng hễ còn trong kiếp người thì còn có khả năng và cơ hội để giải thoát khỏi cảnh khổ đau này.

Đó là phương pháp tiếp cận tổng quát trong lamrim. Tuy vậy, ngay trong hệ giáo pháp được gọi là lamrim đó, cũng có một vài cách tiếp cận hơi khác nhau một chút. Ví dụ khi tu theo pháp tu lamrim của Geshe Sharawa, người tu quán niệm về Phật tánh trong mọi chúng sinh. Đặc biệt là trong bộ *Bảo Châu Trang Nghiêm Giải Thoát [Jewel Ornament of Liberation]*, ngài Gampopa nói rằng yếu tố nội tại cho phép người tu đạt giác ngộ, đó chính là Phật tánh. Còn yếu tố bên ngoài, chính là sự

hướng dẫn của bậc đạo sư đầy đủ tánh đức. Pháp tu này đòi hỏi người tu phải ý thức toàn diện rằng bản thân mình, là một chúng sinh, vốn mang đầy đủ mọi chức năng cứu cánh của hạt giống bồ đề. Và nhờ vậy mà chúng ta mới có khả năng thanh tịnh hóa tâm, xóa mọi ô nhiễm.

Tuy vậy, theo phương pháp của Lama Tông Khách Ba, qua cả hai pháp Lamrim Đại Luận và Tiểu Luận, ngài lại không mở đầu bằng pháp quán Phật tánh trong tâm, mà lại khởi đầu bằng tâm nương dựa đạo sư v.v... Thật ra chính Lama Tông Khách Ba có nói rõ là phương pháp tu của ngài đều dựa trên bộ luận *Hiện Quán Trang Nghiêm* [Abhisamayalamkara] của đức Di Lặc [do ngài Vô Trước chép lại]. Nói vậy cũng có nghĩa là nếu muốn hiểu tận tường pháp tu lamrim, Phật tử cần hiểu cho thật rõ về bộ luận *Hiện Quán Trang Nghiêm*.

Pháp tu lamrim của Lama Tông Khách Ba còn một điểm vô song khác, đó là khi hướng dẫn về phần phương tiện quảng đại của đường tu, như tâm từ bi, tâm bồ đề v.v., ngài luôn có khuynh hướng trích dẫn từ các bậc đạo sư như Vô Trước, Di Lặc. Còn khi nào nói về tri kiến tánh không thì ngài lại trích dẫn từ ngài Long Thọ cùng các bậc kế thừa, trích dẫn các bộ luận thuộc hệ Trung Quán. Tất cả những điều ngài nói đều được minh chứng, hoặc dựa vào kinh do chính đức Phật dạy, hoặc dựa vào các bộ luận của các bậc cao tăng Ấn Độ. Có thể nói rằng giáo pháp lamrim là chìa khóa mở cửa cho chúng ta vào với kho tàng Phật giáo đại thừa.

Có lẽ tất cả quý vị đều biết, đặc điểm pháp tu lamrim của Lama Tông Khách Ba nằm ở chỗ pháp này mang toàn

bộ mọi pháp tu Phật dạy ra sắp xếp lại thành một hệ thống hợp nhất dành cho ba loại căn cơ: sơ căn, trung căn và thượng căn. Tôi có khuynh hướng nghĩ rằng phương pháp phối hợp mọi pháp tu Phật dạy thành một hệ thống dành cho ba loại căn cơ này có lẽ đến từ *Tứ Thiên Trung Quán Luận Tụng* của ngài Thánh Thiên. Luận này có một đoạn nói rõ, rằng người tu trên đường tu giác ngộ cần đi theo tuần tự như sau, trước tiên phải làm thế nào cho vọng tâm đừng tạo tác. Nói cách khác, trước tiên phải canh chừng ba cửa thân khẩu ý, không để phạm điều bất thiện. Đây là bước đầu tiên. Ở giai đoạn này người tu chủ yếu giữ đời sống giới hạnh, tránh không phạm mười ác nghiệp.

Bước thứ hai là trực tiếp phá bỏ vọng tâm, cội nguồn của mọi việc làm bất thiện. Vọng tâm như hận thù, giận dữ, tham lam v.v...

cùng với vô minh, đều là cội nguồn của việc làm bất thiện. Bước thứ hai là vận dụng ba pháp vô lậu học [Giới, Định và Tuệ] để phá

bỏ vọng tâm, đặc biệt là tuệ. Tinh túy của pháp tu tuệ chính là thuần dưỡng chứng ngộ về tánh không. Và bước thứ ba là phá bỏ cả những tập khí do vọng tâm để sót lại.

Khi nói về tâm bồ đề, nghĩa là tâm giác ngộ, thì nói chung giác ngộ có nhiều loại khác nhau. Có thể nói đến giác ngộ của thanh văn [Sravakas], của duyên giác, hay giác ngộ của Phật đà. Khi nói đến tâm bồ đề, bồ đề ở đây có nghĩa là vô thượng bồ đề, là giác ngộ viên mãn của đấng Phật đà, là quả vị Phật.

Tiếng Tây Tạng gọi bồ đề, hay giác ngộ, là byang chub. Nguyên nghĩa chữ này bao gồm hai phần. Một là khía cạnh thanh tịnh ô nhiễm. Hai là khía cạnh thành tựu trí giác. Có thể nói rằng ngay từ căn bản, chữ giác ngộ, byang chub, vốn mang đủ cả hai khía cạnh này. Nghĩa thanh tịnh tượng trưng cho trạng thái tận diệt mọi ô nhiễm phiền não trong tâm. Nghĩa thành tựu tượng trưng cho trạng thái thấy biết khắp cả, là trí toàn giác.

Quả vị Phật gọi là quả đại giác ngộ, vì quả vị này là sự thành tựu mọi tánh năng bồ đề. Giải thoát của Phật thì gọi là giải thoát hoàn toàn, không giới hạn. Mặc dù các bậc thanh văn, duyên giác cũng đạt chứng ngộ về tánh không, nhưng chứng ngộ này vẫn chưa mang đầy đủ tất cả mọi tánh năng, trong khi đó chứng ngộ tánh không của Phật thì mọi tánh năng đều sung mãn, nhờ có được các yếu tố hỗ trợ như là tâm từ bi, tâm bồ đề.

Nguyên văn chữ phát tâm bồ đề có nghĩa là phát khởi tâm hướng về giác ngộ. Nói cách khác, chữ này có nghĩa là chúng ta phát khởi trong tâm chí nguyện chân thành muốn đạt giác ngộ, không phải cho riêng bản thân, mà vì lợi ích của vô lượng chúng sinh. Sự phát tâm này bao gồm tính can đảm, phóng khoáng rộng lớn. Vì vậy mà nói tâm bồ đề chân chính bao gồm hai thành phần, một là động cơ tác động, là động cơ khiến chúng ta phát khởi tâm nguyện vì lợi ích chúng sinh. Đây là tâm nguyện động cơ từ bi, vị tha. Vì có tâm nguyện muốn lợi ích chúng sinh, cho nên phát khởi tâm nguyện tìm cầu giác ngộ. Vì vậy mà nói tâm bồ đề bao gồm hai phần, tâm nguyện vì chúng sinh, và tâm nguyện cầu giác ngộ.

Mặc dù theo thứ tự thì tâm vì chúng sinh đến trước, tâm cầu giác ngộ đến sau. Thế nhưng khi hành trì, tôi nghĩ cần phải tìm hiểu xem giải thoát là gì trước. Quả vị Phật mà chúng ta hướng tới đó, thật ra là gì? Như hôm qua tôi có đã nhắc đến khi nói về tâm buông xả, chúng ta cần phải hiểu rõ tâm buông xả là gì, và giải thoát là gì, chỉ khi nào hiểu rõ thì lòng mong muốn đạt giải thoát của chúng ta mới có thể mạnh mẽ kiên định được. Tương tự như vậy, khi nói về tâm bồ đề thì ít ra phải hiểu được thật rõ giác ngộ là gì, có như vậy chí nguyện cầu giác ngộ mới vững, chúng ta mới có đủ quyết tâm kiên trì trên đường tu.

Cho nên kinh Phật nói rằng người tu đại thừa lý tưởng là những bậc bồ tát căn cơ trí tuệ siêu việt, đây là những bậc bồ tát nhờ có trí tuệ tánh không trước nên mới bước vào đường tu đại thừa. Trí tuệ tánh không không những sẽ giúp tâm nguyện vị tha càng thêm kiên định, thật ra, đây mới chính là nền tảng cần có để đạt đến tâm nguyện vị tha.

Cho những bậc hành giả này, trước tiên phải hiểu giác ngộ là gì, làm sao để giác ngộ. Muốn hiểu điều này, phải hiểu về tánh không. Cũng giống như trường hợp của tâm buông xả, ở đây chúng ta lại tìm thấy vai trò trọng yếu của chứng ngộ tánh không. Nói như vậy không có nghĩa là không thể phát tâm bồ đề nếu chưa chứng tánh không. Đương nhiên những người với tín tâm trong sáng mãnh liệt nơi Phật đạo vẫn có khả năng phát tâm bồ đề mà không cần phát huy trí tuệ thâm sâu. Chỉ bằng tín tâm, bằng niềm tin và lòng kính ngưỡng sâu xa nơi Phật Pháp, người tu có thể phát được tâm bồ đề. Tuy nhiên,

tâm bồ đề như vậy sẽ không mấy kiên định, vẫn còn thiếu năng lực đến từ sự biết rõ biết chắc.

Tâm bồ đề nếu phát khởi từ trí tuệ chứng tánh không, khi ấy người tu sẽ nhận ra rằng có cách để thoát khỏi vòng sinh tử vô minh. Một khi hiểu rõ về điều này, lòng từ bi hướng về chúng sinh sẽ mở ra vô lượng, vì bấy giờ người tu biết rằng tất cả đều bị cầm tù nơi chốn khổ đau không ai mong cầu này chỉ vì [vô minh] không thấy được lối ra.

Chìa khóa đạt tâm bồ đề nằm ở tâm đại bi. Tâm đại bi là trạng huống miên mật chú tâm vào nỗi khổ của chúng sinh và phát khởi ước nguyện mạnh mẽ muốn tất cả chúng sinh đều thoát khỏi khổ đau, không phải chỉ là khổ đau trước mắt, mà là tất cả mọi nguyên nhân tạo sinh cảnh khổ. Yếu tố chính để phát tâm đại bi, đó là chú tâm vào chúng sinh, và ước nguyện muốn chúng sinh thoát mọi khổ đau cùng nguyên nhân tạo khổ.

Tùy theo sức mạnh của tâm đại bi mà chúng ta đến với nhiều loại tâm bồ đề khác nhau. Kinh Phật nêu ra ba loại tâm bồ đề: của vị quốc vương, của người chăn bò, hay của người lái thuyền. Trường hợp tâm bồ đề của người chăn bò, đó là vì lòng từ bi mãnh liệt nên phát nguyện đưa tất cả chúng sinh đến quả vị Phật rồi chính mình mới thành Phật.

Nói vậy không có nghĩa rằng ba loại tâm bồ đề này có cao có thấp, chỉ là tâm đại bi phát khởi theo những hướng khác nhau mà thôi. Trong *Đại Thừa Trang Nghiêm Kinh Luận*, ngài Vô Trước nói rằng gốc rễ của tâm bồ đề chính là tâm đại bi. Tâm đại bi thường được định nghĩa là tâm nguyện muốn cho chúng sinh thoát

khổ đau. Còn tâm đại từ lại được định nghĩa là tâm nguyện muốn chúng sinh được an vui hạnh phúc.

Kinh điển cũng có nêu ra ba mức độ của tâm đại bi. Thứ nhất là ước nguyện đơn thuần muốn chúng sinh thoát khổ đau. Thứ hai là ước nguyện nói trên được hỗ trợ với trí tuệ hiểu về vô thường sinh diệt của chúng sinh, trong khi đó chúng sinh lại cứ mãi chấp bám vào khái niệm thường còn. Mức độ thứ ba là tâm bi không có đối tượng, mục tiêu, an định trong trí tuệ chứng biết tánh không của chúng sinh, trong khi đó chúng sinh vẫn tiếp tục chấp bám vào thực tại có tự tánh, cứ mãi bị ràng buộc trong sinh tử luân hồi. Chúng ta có thể thấy rằng tâm bi hỗ trợ bằng trí tuệ chứng tánh không là loại tâm bi thâm sâu nhất.

Tất cả giáo pháp của đức Phật được trình bày nơi nhiều pháp môn tông phái như là Nguyên thủy hay Đại thừa, tất cả đều được đặt trên cùng một nền tảng đó là tâm bi. Tuy vậy vẫn có chút khác biệt. Tâm bi nói trong đại thừa không phải chỉ là ước nguyện muốn chúng sinh thoát khổ đau, để cho tâm bi có thể được gọi là đại bi, thì tâm này cần phải đi chung với tinh thần trách nhiệm. Người tu tình nguyện muốn đưa vai gánh vác trách nhiệm làm sao cho ước nguyện kia trở thành sự thật. Đây là đặc điểm độc đáo của tâm bi trong đại thừa, gọi là tâm đại bi.

Khi nói về tâm đại bi, tôi nghĩ cần phải nhấn mạnh một điều, đó là tâm này không phải là lòng thương hại. Khi tâm đại bi chân chính phát sinh, chúng ta hoàn toàn không có chút khái niệm cao thấp nào cả. Còn lòng thương hại chỉ phát khởi khi chúng kiến cảnh bất hạnh

của những người thấp kém hơn mình. Tâm đại bi chân chính, ngược lại, là cái tâm thấy đối tượng là những bậc tối thượng, như trong *Tám Thi Kệ Chuyển Tâm* có nói: "từ đáy lòng chân thật / luôn tôn kính chúng sinh / như kính bậc tối cao."

Để có thể huân dưỡng lòng bi mẫn mãnh liệt như vậy, chúng ta đối với chúng sinh cần có cảm giác thân thiết gần gũi. Cảm giác gần gũi này, không nên lẫn lộn với lòng tham ái. Cảm giác thân thiết gần gũi này không có tính chất thiên vị, hoàn toàn bình đẳng đối với tất cả chúng sinh. Tâm này không thể phát sinh khi chúng ta còn đối xử phân biệt giữa kẻ thù, người thân hay kẻ lạ. Chia khóa khai mở cảm giác thân thiết gần gũi với tất cả nằm ở tinh thần tích cực phục vụ tất cả chúng sinh.

Ở đây, chúng ta có thể áp dụng hai phương pháp tu. Một là phương pháp hoán chuyển ngã tha, tìm thấy trong các bộ luận như là *Nhập Bồ Đề Hành Luận*. Hai là thấy chúng sinh đều là mẹ, hoặc là người đặc biệt thương yêu quan tâm đến ta.

Bây giờ tôi sẽ giải thích ngắn gọn về pháp tu hoán chuyển ngã tha. Bước thứ nhất là huân dưỡng tâm bình đẳng đối với hết thảy chúng sinh. Tinh túy của tâm bình đẳng chúng sinh nằm ở ý thức biết rằng mình hay người khác đều mang cùng một ước nguyện như nhau, đó là mong cầu hạnh phúc và xa lánh khổ đau. Vậy chúng ta cần ý thức rằng tất cả chúng sinh nhiều như không gian vô tận đều giống như ta, đều tuyệt đối bình đẳng ở cái tính bẩm sinh cầu hạnh phúc, lánh khổ đau. Vậy mà khổ đau muốn tránh thì lại phải chịu, còn hạnh phúc mong cầu thì lại không có. Đó là hoàn cảnh chung của tất cả.

Tương tự như vậy, ta có tiềm năng đoạn diệt khổ đau; chúng sinh khác cũng vậy, cũng đều có tiềm năng này. Ta có Phật tánh, tinh túy của giác ngộ; chúng sinh khác cũng vậy, cũng có Phật tánh. Ta có tiềm năng phát huy trí tuệ chứng tánh không, dù khó khăn đến đâu chăng nữa; chúng sinh khác cũng vậy, tuy khó khăn nhưng cũng đều có được tiềm năng chứng tánh không.

Một trong những điểm then chốt mà khi tu phát tâm bồ đề cần phải cố gắng, đó là phải huân dưỡng tâm vị tha. Nói cho đúng, tâm vị tha đối với người phát tâm bồ đề chính là cội rễ, là căn nguồn của mọi thiện đức. Không luyện tâm thì không thể nào đạt được tâm vị tha này. Chương ngại lớn nhất để luyện tâm vị tha, chính là các loại phiền não như hận thù, giận dữ. Cho nên người tu phát tâm bồ đề phải tìm cho ra phương pháp đối trị tâm sân hận. Ở đây cũng vậy, điều này chỉ có thể làm được nhờ tu tập, luyện tâm. Muốn đoạn diệt tâm sân hận, ta phải huân dưỡng tâm độ lượng, nhẫn nhục. Và tâm này cũng vậy, chỉ có được nhờ tu tập, luyện tâm. Nếu không bị thách thức, khiêu khích, nếu không có một kẻ thù khiến cho ta nổi phiền não sân hận, thì sẽ chẳng làm sao có được cơ hội để hành trì tâm nhẫn nhục, độ lượng. Nhìn từ khía cạnh này, có kẻ thù lại chính là cơ hội tốt để hành trì theo chánh pháp, đến nỗi thay vì cảm thấy giận dữ ghét bỏ kẻ thù, ta cần phải mang ơn, vì kẻ thù là người cho ta cơ hội hành trì hạnh nhẫn. Đây là thái độ mà chúng ta cần tu tập, huân dưỡng.

Tôi thật sự hết lòng kính phục cách suy nghĩ của các bậc đạo sư dòng Kadampa. Các vị nói như sau, "Tôi quý những người chê bai phỉ báng tôi, không quý người ngợi

khen tôi, vì lời ngợi khen chỉ khiến tâm kiêu hãnh khinh mạn tăng thêm, trong khi đó, lời chê bai lại giúp tôi thấy được thiếu sót lầm lỗi của mình." Tương tự như vậy, các vị thường nói, "Tôi quý những nỗi trắc trở khó khăn, nhờ vậy giải được ác nghiệp. Nếu sống đời sống yên ổn vui vẻ thì bao nhiêu thiện nghiệp sẽ bị lãng phí đi cả." Thái độ sống như vậy phản ánh một trạng thái tinh thần lạnh mạnh, một cá tính mãnh liệt, thật sự huyền nhiệm đối với người tu theo Phật Pháp. Phương pháp hành trì này được gọi là hoán chuyển nghịch cảnh thành phương tiện tu hành.

Thay vì giận dữ thù hận kẻ thù, phải nên rãi lòng từ bi đối với họ mới phải. Như ngài Thánh Thiên có nói trong *Tứ Thiên Trung Quán Luận Tụng* rằng chư Phật không thấy kẻ thù là kẻ thù, mà chính phiền não trong tâm mới là kẻ thù chân thật. Nếu hiểu chính xác về Phật Pháp, chúng ta sẽ thấy kẻ thù chân chính không phải ai khác, chỉ là phiền não trong tâm. Từ đó, khi bị người khiêu khích, tác hại, thay vì giận dữ, ta sẽ thấy rộng tỏa lòng từ bi đối với họ. Họ là người đang rơi vào cảnh ngộ đáng thương, bị không chế bởi vọng tâm phiền não.

Khi nghĩ như vậy, sẽ bắt đầu hiểu được lời Lama Tông Khách Ba nói trong câu nguyện "Nguyện tôi có khả năng giữ lòng can đảm và thái độ thân thiết đối với những ai gây hại cho tôi"; sẽ bắt đầu hiểu được những loại tình cảm như thế này. Đương nhiên, tôi không nói pháp tu này đơn giản dễ dàng. Tuy vậy, dù khó đến đâu chăng nữa, sự thật vẫn là hễ cố gắng luyện tâm thì sẽ có lúc quen thuộc với cách suy nghĩ như vậy, dần dần sẽ có được thái độ sống này. Như ngài Tịch Thiên có nói, nhờ

vào sức mạnh huân tập, không có gì là không trở nên dễ dàng.

Tôi có thể kể cho quý vị nghe kinh nghiệm bản thân tôi. Mặc dù tôi không thể nói rằng mình có được chứng ngộ cao siêu gì về tâm bồ đề hay về trí tuệ tánh không, nhưng tôi có thể trấn an quý vị rằng, qua kinh nghiệm khiêm nhường của tôi, nhờ tu tập luyện tâm, nhờ liên tục huân tập, chúng ta có thể bắt đầu thấy được nhiều thay đổi xảy ra trong tâm. Câu chuyện của tôi như sau, có thể sẽ giúp ích được chút gì cho quý vị. Tôi bắt đầu nghiêm chỉnh hành trì theo pháp tu lamrim từ năm tôi mười lăm, mười sáu tuổi. Đến năm tôi hai mươi lăm, chính biến xảy ra khiến tôi phải rời Tây Tạng, tị nạn qua Ấn Độ. Khoảng năm ba mươi, tôi bắt đầu nghiêm chỉnh hành trì về tánh không. Nhờ miên mật hành trì tánh

không mà tôi bắt đầu thật sự thấy rằng giải thoát, niết bàn, là điều có thể xảy ra. Từ đó, chí nguyện cầu giải thoát của tôi trở nên rất mãnh liệt.

Tuy vậy, phải nói rằng vào thời điểm ấy, tôi vẫn nghĩ rằng khi đạt được giải thoát, tôi sẽ có thể nghỉ ngơi một thời gian dài. Mặc dù rất ngưỡng phục tâm bồ đề, nhưng bản thân tôi vẫn chưa từng thật sự nghĩ rằng mình có thể có được tâm ấy. Tâm nguyện cầu giải thoát của tôi vẫn có tính chất ích kỷ. Vào khoảng ba mươi lăm tuổi, tôi bắt đầu nghiêm chỉnh tu tâm bồ đề. Pháp hành này mang đến cho tôi nhiều cảm hứng sâu xa. Hôm nay, mỗi khi nói đến tâm bồ đề, tôi cảm thấy tâm này rất gần gũi quen thuộc. Xin đừng hiểu lầm, tôi không nói mình là một vị bồ tát. Tôi cũng không nói rằng tôi đạt được chứng ngộ tánh không.

Lý do nhắc đến câu chuyện này, là để chứng minh cho quý vị thấy sự việc vẫn hằng thay đổi; chúng ta thật sự có khả năng đạt kinh nghiệm thành tựu. Một điểm khác tôi muốn nói đến qua câu chuyện này, đó là tầm quan trọng của thời gian. Pháp hành chân chính, sự thay đổi chân chính, chỉ xảy ra sau một thời gian dài tu tập. Có sự khác biệt rất lớn giữa hiểu biết kiến thức và kinh nghiệm trực chứng. Hãy còn rất nhiều người lầm lẫn giữa hiểu biết kiến thức và kinh nghiệm chứng ngộ.

Trước hết, phải phát triển hiểu biết nhờ học hỏi, nghe pháp [văn tuệ]. Sau đó, nhờ tư duy suy nghĩ nên sẽ hiểu được sâu xa hơn [tư tuệ]. Rồi nhờ tu tập hành trì mà biết được chắc chắn rằng mình có khả năng đạt đến mục tiêu, nhờ vậy được nhiều tự tín hơn [tu tuệ]. Nhờ tu hành miên mật, đến một lúc nào đó, sẽ đến được mức độ hể có dụng công là có kết quả, có sự thay đổi xảy ra, nhưng nếu ngưng dụng công thì cũng ngừng thay đổi. Giai đoạn này được gọi là "chứng ngộ tương tự". Nếu tiếp tục tu hành thì chứng ngộ có dụng công sẽ chuyển thành chứng ngộ tự nhiên, vừa thoáng nghĩ đến là chứng ngộ tự nhiên hiện, tâm không cần cố gắng dụng công. Khi tâm đạt đến trạng thái luôn hướng về giải thoát một cách tự nhiên, ngang thời điểm đó, người tu bước vào đạo vị đầu tiên trong năm chứng đạo, được gọi là Tích Tập Đạo [hay Tư Lương Đạo].

Tương tự như vậy, khi đạt được tâm bồ đề một cách hoàn toàn tự nhiên không dụng công, thì ngay thời điểm ấy, người tu bước vào Đại thừa, đạt Tích Tập Đạo [trong đại thừa]. Hành giả đại thừa khi ấy hướng về giai đoạn thứ hai của Tích Tập Đạo, rồi giai đoạn thứ ba, và

giai đoạn cuối cùng, vào Gia Hành Đạo. Rồi trực chứng tánh không ở Kiến Đạo, khởi đầu bước vào mười địa bồ tát.

Chúng ta còn cả một con đường dài trước mặt. Đừng tự làm hư mình với những lời hoa mỹ mật tông nói về giải thoát, giác ngộ, chỉ trong một đời là thành đạo. Tôi nhớ khi còn trẻ, tôi có lần thưa với Tathag Rinpoche, một vị sư phụ của tôi, rằng tu theo hiền tông sao lâu lắc khó khăn quá, may mà có mật tông. Tôi còn nhớ mình bị sư phụ rầy la vì đã có ý nghĩ như vậy. Thầy nói với tôi rằng người thích hợp tu theo mật tông phải là người nghị lực phi thường, cho dù phải trải qua hàng vô lượng kiếp để giác ngộ cũng không chùn chân, luôn sẵn sàng gánh vác. Phải như vậy, tu theo mật pháp mới có kết quả. Không thể vì ngại pháp hiền thừa xa xôi lâu lắc mà tu theo mật tông. Động cơ chọn lựa này thật vô cùng sai quấy.

Vì vậy tôi thấy trong *Nhập Bồ Đề Hành Luận* có một đoạn vô cùng hay, tạo cảm hứng mãnh liệt vô bờ:

Bao giờ không gian còn,

Chúng sinh còn,

Nguyên tôi còn ở lại,

Xua tan khổ nạn cõi thế gian".

Người tu phải luyện trí mình như vậy, luyện tâm mình như vậy. Một khi có thể nuôi dưỡng lòng từ bi chân thật đối với kẻ thù, khi ấy chướng ngại lớn nhất trên đường tu đã được tháo gỡ. Đây là bước ngoặt quan trọng nhất. Chỉ như vậy, người tu mới có thể thuần dưỡng được lòng thân thiết gần gũi đối với hết thảy chúng sinh.

Còn một điểm quan trọng không kém, là phải xét kỹ về hai thái độ ích kỷ và vị tha, phân tích lợi hại cho kỹ. Lo cho bản thân thì được những gì? Có thể nói rằng từ vô lượng đời kiếp về trước cho đến nay, chúng ta luôn nuôi dưỡng một cặp song sinh ác hiểm, đó là tâm ích kỷ và tâm chấp ngã. Có thể nói rằng chúng ta luôn tìm sự chờ che từ cặp song sinh này. Nếu thật sự hai tâm này có khả năng mang hạnh phúc đến cho chúng ta, lẽ ra đã đạt hạnh phúc từ lâu rồi. Thời gian đã quá lâu, quá đủ.

Suy nghĩ cho tường tận, sẽ thấy mình cứ mãi lang thang vô định trong bóng tối mù khơi. Phải nên thay đổi cách suy nghĩ, tìm tình bạn ở tâm vị tha biết thương lo cho người khác và ở trí tuệ chứng ngộ tánh không, thay vì làm bạn với tâm ích kỷ và tâm chấp ngã. Mặc dù bản thân chưa có kinh nghiệm với những điều này, chúng ta vẫn có thể nhìn vào tấm gương của những bậc thánh giả như ngài Long Thọ và các bậc cao tăng Ấn Độ trong các thời quá khứ. Câu chuyện của các ngài là bằng chứng giúp chúng ta tin vào năng lực của lòng từ bi vị tha, tin mình có đủ khả năng đảo ngược thói quen ái ngã để hướng tâm về người khác.

Trong trường hợp cá nhân tôi, xét lại về cách sống của bản thân, tôi cảm thấy nếu tâm tôi có được chút sức mạnh nào, đều chẳng phải nhờ vào cái danh Đalai Lama, cũng không nhờ cái tướng tử kheo. Điều tạo sức mạnh cho tôi chính là tấm lòng kiên trì nơi hạnh vị tha, nơi tâm bồ đề, và niềm tin kiên định nơi sự thật của tánh không. Tôi thấy đây mới chính là suối nguồn chân chính của tất cả mọi năng lực sức mạnh mà bản thân tôi có thể có được.

Hễ càng phát triển tâm vị tha thì lại càng có khả năng phát triển một trái tim tốt lành và nồng ấm. Tâm nguyện muốn tất cả chúng sinh được hạnh phúc khởi trong tâm như vậy đó. Và nhờ đó mà ý tưởng muốn thành Phật vì chúng sinh sẽ khởi trong tâm. Chưa thành Phật thì đương nhiên không thể mang lợi ích đến ai cả; sẽ bị trở ngại vì giới hạn của bản thân. Vì vậy, nếu thật sự muốn đủ khả năng mang lợi ích đến cho chúng sinh, trước hết phải tự giải thoát mình ra khỏi mọi chướng ngại áng ngữ trí giác, cùng mọi chướng ngại khác.

[Hết Thời Thuyết Pháp Thứ Hai.]

---o0o---

Thời Thuyết Pháp Thứ Ba

Phật giáo có thảo luận về cái gọi là chủng tử của nghiệp. Chủng tử nghiệp là gì thì thật khó nói cho chính xác. Không phải là vật thể, cũng không phải là tâm, mà gần như là một dạng năng lực, tương tự như tiềm năng. Có thể nói đây là một dạng tiềm thức. Khi nói đến tiềm thức, có khi chúng ta hiểu tiềm thức là hạt giống, là tiềm năng, cũng có khi đơn thuần là dấu ấn, một điều lưu ký trong tâm thức khiến chúng ta có khuynh hướng hành xử theo một hướng nào đó.

Có một cách giúp ta hiểu dòng nghiệp thức này được lưu giữ như thế nào, đó là nhìn vào hoạt động của trí nhớ. Trí nhớ giúp chúng ta nhớ lại một kinh nghiệm đã từng trải qua trong quá khứ. Có sự khác biệt giữa kinh nghiệm và trí nhớ ghi nhận kinh nghiệm ấy. Phải có cái gì nối kết giữa hai điều này, một loại trực giác. Vậy điều gì nối kết, điều gì lưu trữ nghiệp? Có tông phái cho rằng

đó chính là tàng thức, còn gọi là a lại da thức. Có tông phái lại cho rằng đó chính là thức thứ sáu.

Theo quan điểm Tây Tạng, hành giả căn cơ cao nhất là người dành trọn đời mình để theo đuổi Phật Pháp, sống đời ẩn dật. Những vị này được gọi là bậc sư tử trong số các hành giả. Cũng có những bậc hành giả nghiêm chỉnh hành trì và tiến bộ trên đường đạo, đồng thời chia sẻ kinh nghiệm và trí tuệ của mình với người khác bằng cách sống đời sống của bậc đạo sư.

Những pháp tu như vậy phần lớn đều là để chuyển tâm, thay đổi cách nhìn, thay đổi thái độ sống, mang toàn bộ quá trình chuyển tâm này về làm cách sống của chính mình. Tôi không nói những gì nêu ra ở đây, bản thân tôi đều đã thân chứng, cũng không nói rằng hề biết điều gì thì sẽ thành tựu được điều ấy. Điều tôi muốn nói, đó là ở giai đoạn khởi đầu, chúng ta cần phải có cái nhìn tổng quát, phải có khái niệm chung về hướng tu của mình. Điều này thuộc lãnh vực hiểu biết khái niệm. Tôi nghĩ rất nên có cái nhìn bao quát như vậy.

Ví dụ khi xây nhà, không thể trong một lúc xây xong ngay được. Muốn xây nhà, phải xây từng giai đoạn. Tuy vậy, kiến trúc sư vẫn phải có sẵn bản đồ toàn bộ căn nhà, phải biết rõ tuần tự xây cất.

Còn câu hỏi chúng ta nên bắt đầu ở đâu, tôi nghĩ điều này tùy vào tâm tính của mỗi người. Có người nên bắt đầu bằng cách quán niệm về vô thường, về tính chất tạm bợ của đời sống; có người nên bắt đầu bằng tánh không. Lại có người thấy sự nương dựa vào đấng đạo sư dễ tạo cảm hứng và có hiệu quả hơn. Điều quan trọng là một khi đã thật sự bước vào đường tu thì cần phải có một

phương pháp nhất quán, hàm chứa đầy đủ mọi yếu tính của đường tu. Phải như vậy, khi tu mới có thể dần dà tích lũy kinh nghiệm chứng ngộ.

Tuy vậy, nói chung thì đường tu giác ngộ vẫn có một tuần tự nhất định. Giai đoạn đầu, cần chế ngự ác nghiệp do vọng tâm gây ra. Ở giai đoạn này, quan trọng nhất là giới hạnh, phải biết chế ngự bản thân không để phạm mười ác nghiệp. Có điểm tương đồng giữa giới hạnh và pháp luật đối với phần lớn những việc ác, như sát sanh, trộm cắp, tà dâm v.v... Tuy vậy, nếu xét cho kỹ, tránh giết người là thuận với pháp luật, thế nhưng có thuận với giới hạnh hay không hãy còn tùy vào động cơ của người tránh phạm ác nghiệp.

Nếu vì sợ luật pháp thì dù có giữ mình không phạm ác nghiệp cũng chẳng thể nói đó là tu theo Phật Pháp. Còn nếu tránh giết người không phải vì sợ luật pháp mà vì hiểu rõ giết người là ác nghiệp, như vậy mới là tu theo Phật Pháp. Nhưng tu như vậy cũng chưa phải là pháp tu thâm sâu gì cho lắm: động cơ hành động vẫn còn rất ích kỷ. Nếu vì quý sinh mạng của chính mình nên quý sinh mạng của người khác, biết rằng hại sinh mạng là điều ác bậc nhất, nên không giết người, có như vậy mới là tu theo Phật Pháp thâm sâu. Mặc dù trong cả ba trường hợp, sự việc giống nhau ở bề mặt, nhưng xét về động cơ hành động thì lại khác: tuân thủ luật pháp, tu theo Phật Pháp hay là tu theo Phật Pháp thậm thâm.

Đời sống vốn do nghiệp và phiền não sinh ra, vì vậy vốn là vô minh, là khô. Đây là hành khô. Phải hiểu cho sâu về tác hại của vọng tâm. Càng thấy rõ tính tác hại của

vọng tâm lại càng thấy chán ngán hậu quả của vọng tâm ấy.

Để thấy rõ tính tác hại của vọng tâm, tốt nhất cứ hãy xét về kinh nghiệm bản thân. Cứ nhìn vào tâm của mình, mỗi khi phiền não như hận thù, giận dữ... nổi lên, lập tức tâm xáo trộn, thế quân bình nội tại bị phá hủy, tâm bồn chồn bất an. Cứ nhìn vào kinh nghiệm bản thân, sẽ thấy phần lớn các vấn đề tâm lý, xáo trộn, khủng hoảng, đều là hậu quả của những ý nghĩ tình cảm bất thiện. Nói cho đúng, tất cả mọi biến cố bạo động xảy ra trong lịch sử nhân loại, kể từ chiến tranh thế giới cho đến bạo động trong gia đình, tất cả đều là hậu quả trực tiếp của phiền não, của những cảm xúc tình cảm bất thiện.

Tuy vậy nếu xét về thái độ của chúng ta đối với phiền não, sẽ thấy chúng ta thật không mấy ý thức về tính tác hại của phiền não. Ngược lại, chúng ta luôn có khuynh hướng chạy theo phiền não. Ví dụ khi gặp cảnh nguy hiểm, hay khi bị khiêu khích, chúng ta thường nổi giận. Con giận có vẻ như giúp chúng ta có đủ sức mạnh để đối đầu. Chúng ta hoan nghênh cơn giận, như thể cơn giận có khả năng che chở cho chúng ta. Sự thật là nổi giận như vậy sẽ mang đến đủ loại vấn đề. Trước nhất, chúng ta mất hết chừng mực, mất hết khả năng phán đoán. Sau nữa, thái độ hùng dũng mà cơn giận mang đến thường là một thứ hùng dũng mù quáng, sai chỗ.

Nói đến tâm buông xả, cái gọi là tâm buông xả chân chính phải là tâm nguyện đạt giải thoát luân hồi. Nói về tâm bồ đề, cái gọi là tâm bồ đề chân chính phải là tâm nguyện đạt giác ngộ viên mãn để mang lợi ích đến cho chúng sinh. Những điều ngăn cản chúng ta thực hiện hai

tâm nguyện nói trên có hai: chướng ngại đến từ phiền não [phiền não chướng] và chướng ngại ngăn cản trí tuệ [trí chướng, hay sở tri chướng]. Trục chứng tánh không là liều thuốc hóa giải hai chướng ngại này.

Nói chung, yếu tố quyết định một người có phải là Phật tử hay không nằm ở chỗ người ấy có qui y Tam Bảo hay không. Còn yếu tố quyết định có phải là Phật Pháp hay không, lại nằm ở chỗ có hội đủ Tứ Pháp Ấn hay không.

Tứ Pháp Ấn là: vô thường, khổ, vô ngã và niết bàn.

Pháp ấn thứ nhất nói rằng tất cả mọi hiện tượng do yếu tố kết hợp, mọi pháp hữu vi, bất kể là pháp gì, đều do nhân duyên sinh ra, đều là vô thường sinh diệt.

Pháp ấn thứ hai nói rằng bất cứ điều gì hễ đã từ nhân duyên ô nhiễm mà sinh ra thì đều mang tính chất khổ đau.

Pháp ấn thứ ba nói rằng tất cả mọi sự đều là không, đều vô ngã, hay nói cách khác, đều không có tự tánh. Cái gọi là không có tự tánh ở đây ứng vào với khái niệm *anatman*, khái niệm vô ngã, chung cho tất cả mọi tông phái trong Phật giáo. Đương nhiên cũng có trường hợp đặc biệt như tông phái *Vatsiputriya* cho rằng ngã có hiện hữu chắc thật. Nhưng nói chung trên phương diện triết lý, tất cả mọi tông phái Phật giáo đều phủ nhận thuyết *atman* cho rằng có ngã, có linh hồn trường tồn. Do đó mà nói thuyết vô ngã là nền tảng triết lý của tất cả mọi tông phái trong Phật Giáo.

Pháp ấn thứ tư và cuối cùng, là niết bàn. Đây chính là sự tận diệt của khổ, vốn là một trạng thái an lạc vĩnh cửu.

Tứ Pháp Ấn này là chung cho tất cả mọi tông phái Phật giáo.

Các tôn giáo Ấn Độ cổ ngoài Phật giáo thường tin vào cái ngã, *atman*, một linh hồn trường tồn, tự sinh, độc lập với mọi thành phần thân tâm, thực tại của con người. Các giáo thuyết ngoài Phật giáo luôn tin vào một loại linh hồn [đấng tạo hóa] vĩnh cửu, khác biệt với các hợp thể thân và tâm. Phật giáo nói chung phủ nhận

khái niệm về ngã như trên, ngược lại nhấn mạnh về vô ngã, *anatman*.

Thuyết vô ngã cũng có thể được hiểu ở một mức độ khác. Vô ngã phủ nhận khái niệm ngã là cái tôi làm chủ thân và tâm, mặc dù vẫn nằm trong thân tâm. Có một khuynh hướng chấp bám vào một cái tôi biệt lập như vậy, mặc dù cái tôi không hẳn là tách lìa khỏi các hợp thể thân tâm, nhưng vẫn thấy là biệt lập. Khuynh hướng chấp vào cái tôi như vậy cũng được gọi là tin vào ngã. Phần lớn các tông phái Phật giáo phủ nhận cái ngã như vậy.

Khi nói đến Tứ Pháp Ấn, vô ngã ở đây không nhất thiết phải là vô ngã như nói trong Phật giáo Đại thừa. Phật giáo nói chung phủ nhận mọi khái niệm về một cái ngã độc lập tách lìa nằm khỏi các hợp thể thân tâm. Khái niệm về ngã [là đấng sáng tạo] độc lập, thường còn, độc nhất, cũng bị phủ nhận. Đây là nền tảng triết lý Phật giáo, phủ nhận cái gọi là ngã. Tuy vậy các tông phái Phật giáo lại có nhiều kiến giải khác nhau về ngã, về cái tôi. Có nơi cho rằng tổng hợp các uẩn chính là cái tôi. Có nơi lại cho rằng ý thức chính là cái tôi.

Các tông phái Phật giáo nói chung đều công nhận rằng cái tôi tự nó là một khái niệm. Nhiều tông phái cho rằng bên dưới khái niệm này phải có một cái gì, một con người thật sự, nếu truy tìm thì rốt ráo sẽ tìm ra. Hoặc nhận diện cái tôi với dòng tâm thức, hoặc với ngũ uẩn. Như Duy thức tông cho rằng trong tâm thức có tạng thức, còn gọi là a lại da thức. Tất cả mọi tông phái này đều có một điểm giống nhau, đó là cho rằng cái tôi có thực thể, nếu tìm bên dưới tên gọi và khái niệm, sẽ tìm ra. Điều này cũng có nghĩa rằng các tông phái Phật giáo này không chấp nhận rằng cái tôi chỉ là một khái niệm, một tên gọi, hoàn toàn hiện hữu qua qui ước.

Ngược lại đi tìm một thực thể khách quan nằm bên dưới danh từ và khái niệm.

Riêng tông Trung quán, như ngài Nguyệt Xứng và ngài Phật Hộ, lại phủ nhận tất cả những điều nói trên. Trung quán tông nói rằng không cần phải tìm kiếm thực thể khách quan của cái tôi, của ngã, không cần phải tìm cho ra một thực tại khách quan có tự tánh, có chủ thể. Theo các ngài Nguyệt Xứng và Phật Hộ thì nhu cầu muốn tìm một nền tảng thực tại khách quan như vậy thật ra chỉ là khuynh hướng chấp bám vào một loại thực tại phóng đại. Ngài Nguyệt Xứng nói cách nhìn như vậy phát xuất từ tâm lý chấp sự vật có tự tánh. Nếu sự vật có tự tánh, thì như vậy sự vật cũng có một mức độ độc lập nào đó. Nếu độc lập, thì như vậy là trái ngược với bản tánh của sự vật, ngược với tánh duyên sinh của thế giới thực tại. Vì sự vật do nhân duyên kết hợp mà có, nên không thể có tự tánh, không thể hiện hữu một cách độc lập. Ngài

Nguyệt Xứng phủ nhận mọi thực tại có tự tánh của con người. Cái tôi chỉ do danh từ và khái niệm mà thành.

Nói như vậy không có nghĩa là cái tôi, cái ngã, không hiện hữu. Cái tôi, ngã, thật sự có hiện hữu, một hiện hữu mượn danh, do khái niệm thiết lập. Thiết lập dựa trên cơ sở lập danh, ví dụ như dựa trên hợp thể vật lý và tâm lý [ngũ uẩn]. Không phải là thân, không phải là thức, không phải là dòng tâm thức, cũng không phải là hợp thể của thân và tâm, tất cả đều không phải là cái tôi. Cái tôi là một điều lệ thuộc vào cơ sở lập danh này.

Chúng được về vô ngã, cho dù không phải là chứng ngộ thâm sâu vi tế nhất mà chỉ ở mức độ thô lậu thấy cái tôi vốn không có thực thể khách quan, chỉ bấy nhiêu thôi cũng đủ tạo tác dụng lớn lao trên đời sống tình cảm hàng ngày, sẽ lập tức chiết giải năng lực của những trạng thái tâm thức hư vọng tạo tác. Trong Phật giáo Đại thừa, Duy thức tông và Trung quán tông, không những nói đến vô ngã liên quan đến con người [nhân vô ngã], mà còn nói đến vô ngã liên quan đến sự vật [pháp vô ngã]. Ví dụ như Duy thức tông, tông phái này cho rằng phần lớn nhận thức của chúng ta, đặc biệt là về thế giới vật lý bên ngoài, xét cho cùng chẳng có thực tại khách quan nào cả. Chỉ toàn là phóng ảnh của tâm. Chứng ngộ được điều này là chứng được tánh không của cảnh.

Sự vật thấy như có thật, nhưng thật ra không có hiện hữu khách quan mà chỉ là phóng ảnh của tâm. Có thể nói rằng sự vật bên ngoài chỉ là một sự nối dài của tâm chứ không làm gì có cảnh thật ở bên ngoài. Trong Duy thức tông có một hệ thống tư duy rất chi li phức tạp, cho rằng nhận thức về thế giới bên ngoài phát sinh từ phóng ảnh

của tâm. Hệ tư duy này nói đến mười lăm loại phóng ảnh, phát sinh từ bốn loại chủng nghiệp, từ đó biến hiện thành thức. Thứ nhất là loại chủng nghiệp sinh ra nhận thức tương ứng. Ví dụ, khi gặp một vật gì màu xanh và ta thấy xanh, khả năng thấy được màu xanh đó, Duy thức tông nói là do việc đã làm trong quá khứ lưu ký chủng nghiệp lại trong dòng tâm thức.

Duy thức tông còn cho rằng muốn ráp nối khái niệm màu xanh với vật thể màu xanh cũng phải nhờ một loại chủng nghiệp, gọi là "chủng nghiệp tạo khái niệm". Chủng nghiệp này lưu ký lại trên dòng tâm thức từ những việc đã làm trong quá khứ. Hãy thử xét tâm mình xem việc gì xảy ra khi thấy vật màu xanh. Không những ta thấy xanh, mà còn ráp nối khái niệm màu xanh với vật thể màu xanh. Hơn nữa, nếu xét cho kỹ, sẽ thấy ta có khuynh hướng cho rằng vật màu xanh đó có thật một cách khách quan, là thực thể mà khái niệm danh từ "màu xanh" ứng vào. Mọi tương quan giữa danh từ khái niệm và vật thể thật ra chỉ là gán đặt. Không có chút hiện hữu khách quan nào nơi vật thể kia để ta có thể mang nó ra làm cơ sở lập danh. Thế nhưng chúng ta lại không thấy như vậy. Duy thức tông cho rằng đây chỉ là nhận thức sai lầm.

Đó là lý do vì sao ta thấy có sự đối đãi giữa vật thể màu xanh và nhận thức màu xanh. Sự đối đãi này đến từ chủng nghiệp. Đây chính là gốc rễ của vòng quay vô minh. Vì nền tảng triết lý của Duy thức tông khi xét về thực tại khách quan là như vậy, cho nên đối với hệ kinh Bát Nhã, Duy thức tông có kiến giải khác [với Trung quán tông]. Duy thức tông nói hệ kinh Bát Nhã không

phải là kinh liễu nghĩa, trái lại cho rằng chìa khóa khai mở chân nghĩa của hệ kinh Bát Nhã nằm ở thuyết ba tánh nói trong bộ *Kinh Giải Thâm Mật* [*Samdhinirmocana Sutra, The Sutra Unraveling the Thought*]. Ba tánh đó là tánh giả lập, tánh tùy thuộc và tánh viên thành.

Duy thức tông cho rằng đọc hệ kinh Bát Nhã không thể hiểu theo nghĩa đen, vì hiểu theo nghĩa đen là rơi vào một loại đoạn kiến, phủ nhận toàn bộ mọi khái niệm về đặc tánh. Theo Duy thức tông, câu kinh vạn pháp giai không, vạn pháp không đặc tánh, phải được giải thích tùy từng trường hợp. Ví dụ trong khuôn khổ của tánh giả hợp, khi nói vạn pháp giai không cũng có nghĩa là nói vạn pháp tự nó không có tính chất đặc thù v.v...

Duy thức tông cho rằng nhận thức về ngoại cảnh đều phát sinh từ chủng tử lưu ký trong dòng tâm thức. Chủng tử này có nhiều loại. Có loại chủng tử sinh ra nhận thức về vật thể, có loại chủng tử sinh ra nhận thức sai lầm v.v... Kinh luận Duy thức đưa ra nhiều phương pháp luận lý truy tìm chân lý rốt ráo, được gọi là "Bốn Cách" hay là "Bốn Giai Đoạn": truy tìm qua danh từ, qua so sánh, qua nhận diện hay là qua đặc tánh. Cuối cùng sẽ thấy nhận thức chấp ngoại cảnh có thực thể khách quan, rốt lại chỉ là hư vọng.

Chính cái thức chấp vào sự đối đãi giữa chủ thể và đối tượng là vô minh căn bản. Để diệt bỏ khái niệm đối đãi này, cần chứng ngộ sự đối đãi vốn không có. Nên Duy thức tông cho rằng không phân biệt đối đãi giữa chủ thể và đối tượng chính là chứng ngộ cao nhất về tánh không, là chân đế.

Bất kể tri kiến Duy thức tông có chính xác hay không, cách nhìn về ngoại cảnh như vậy chắc chắn có tác dụng trị liệu rất lớn, mang lại giải thoát bình an. Nghĩa là sau khi phủ nhận tất cả mọi khái niệm về linh hồn [hay thượng đế] trường tồn vĩnh cửu, ta quán chiếu thế giới ngoại cảnh để thấy rằng, xét cho cùng, đây chỉ là phóng ảnh của tâm. Thấy được như vậy, lập tức tâm sẽ thôi không còn chấp bám vào ngoại cảnh. Một khi thấy thế giới bên ngoài chỉ do tâm tạo mà có, tự nhiên mọi buộc thắt vào thế giới ngoại cảnh sẽ được nới lỏng. Không ai có thể chối cãi khả năng cởi thoát rất hiệu nghiệm của tri kiến Duy thức tông.

Theo Trung quán tông thì vấn đề nằm ở chỗ Duy thức tông chỉ mới đi có phân nửa đoạn đường. Phủ nhận thực tại khách quan của ngoại cảnh, nhưng trong quá trình phủ nhận tính chất đối đãi giữa chủ thể và đối tượng thì Duy thức tông cuối cùng lại tăng bồi thêm hiện hữu của tâm thức, thấy tâm thức có thực thể. Theo Trung quán tông, nếu tin rằng tâm có thực thể, điều này cũng sẽ khiến mình bị buộc thắt, sẽ dẫn đến rất nhiều loại vọng tâm phiền não.

Ngài Long Thọ không bao giờ trực tiếp nói rõ thế giới vật lý bên ngoài có thực tại khách quan hay không, cho nên Trung quán tông chia thành nhiều trường phái khác nhau. Luận về tri kiến của ngài Long Thọ, một trong những luận sư xuất hiện sớm nhất là ngài Thanh Biện, nói rằng không cần phải phủ nhận thực tại khách quan của thế giới ngoại cảnh. Mặc dù vạn pháp không hiện hữu độc lập, nhưng không cần phải phủ nhận hiện hữu khách quan của thế giới bên ngoài.

Có một số hành giả Trung quán tông khác, như ngài Thiện Hải Tịch Hộ [Santaraksita] và ngài Liên Hoa Giới [Kamalasila], đồng ý với nhiều giáo thuyết của Duy thức tông. Hai vị này phủ nhận hiện hữu khách quan của ngoại cảnh, đồng thời phối hợp thuyết này vào với tri kiến Trung quán tông, nói rằng rốt lại thì cả chủ thể lẫn đối tượng đều không hiện hữu độc lập. Có nhiều kiến giải khác nhau như vậy trong Trung quán tông.

Tuy nhiên cũng có cách trình bày về tri kiến của ngài Long Thọ khác hơn,, điển hình là các ngài Phật Hộ, Nguyệt Xứng và Tịch Thiên, trình bày tri kiến tánh không hoàn toàn khác với kiến giải Duy thức tông, kiến giải của ngài Thanh Biện, hay là kiến giải của hai ngài Thiện Hải Tịch Hộ và Liên Hoa Giới. Khác với Duy thức tông, vì Duy thức tông phân biệt giữa thế giới vật lý không thật, và thế giới tâm thức có thật. Ngài Phật Hộ, Nguyệt Xứng v.v... ngược lại phủ nhận điều này, với luận cứ như sau: Duy thức tông phủ nhận thế giới vật lý bên ngoài, vì thấy vật thể là do những nguyên tử cực vi bất khả phân tạo thành, thế nhưng mang những nguyên tử này ra quán sát, sẽ thấy [không có cái gọi là cực vi bất khả phân, dù nhỏ bao nhiêu cũng vẫn là tổ hợp của nhiều thành phần nhỏ hơn, vì thế] khái niệm về thế giới vật lý thực tại có khuynh hướng tan biến đi. Ngài Phật Hộ và Nguyệt Xứng nói rằng phải nên áp dụng phương pháp phân tích này vào với thế giới tâm thức. Mang tâm thức ra quán sát, sẽ thấy thành phần cấu tạo của dòng tâm thức chính là những điểm tâm thức nối liền trong thời gian. Khi mang dòng tâm thức ra quán sát như vậy, sẽ thấy [không có điểm tâm thức nào là sát na bất khả phân, vì vậy] chính khái niệm về tâm thức là điều không thể

nắm bắt được. Vì lý do đó, khi quán xét về tánh không chẳng cần phải phân biệt giữa ngoại cảnh và nội tâm.

Trường phái của ngài Phật Hộ và ngài Nguyệt Xứng cũng khác với ngài Thanh Biện, vì ngài Thanh Biện cho rằng thế giới khách quan xét cho cùng vẫn có một mức độ có tự tánh, có thể dùng tâm thức nhận biết một cách đúng đắn. Trong khi đó ngài Phật Hộ và ngài Nguyệt Xứng phủ nhận điều này, cho rằng nhận thức của phàm phu luôn bị nhuốm bởi màu sắc có tự tánh. Chỉ khi nào đạt đến trạng thái siêu việt khái niệm, trực nhận tánh không, khi ấy tâm mới có khả năng vượt thoát ô nhiễm của vọng tâm. Vì vậy, ngài Nguyệt Xứng và ngài Phật Hộ nói rằng nhận thức dù hư vọng [đối với chân đế] cũng không nhất thiết phải là nhận thức sai lầm [đối với tục đế]. Vẫn có thể có được nhận thức đúng đắn trong lãnh vực của vọng tâm.

Điều mà ngài Nguyệt Xứng và ngài Phật Hộ muốn nói ở đây, đó là hễ còn đi tìm đối tượng của nhận thức, hễ còn cảm thấy có một thực thể nào đó có hiện hữu khách quan ở "ngoài kia", thì vẫn còn chịu sự chi phối của tâm chấp ngã, tin vào hiện hữu chắc thật, độc lập, có tự tánh. Cần có cái nhìn đúng đắn về thực tại qui ước, đồng thời đừng tìm kiếm cơ sở rốt ráo nào cho thực tại này. Vẫn cần đến khả năng nhận thức khi sống trong thực tại qui ước [Tục đế], nơi mà nhân quả, chủ thể đối tượng, vẫn được chấp nhận là những khái niệm tương đối.

Có ít nhất là năm tầng tri kiến về tánh không, về vô ngã. Một, không là không có cái ngã trường tồn, độc nhất [thần ngã, khái niệm về thượng đế, đáng sáng tạo v.v...]. Hai, không là không có cái tôi có thực thể. Ba, không là

không có sự đối đãi giữa chủ thể và đối tượng. Bốn, không là không có thực tại có tự tánh tách lìa khỏi chủ thể nhận thức. Tri kiến tầng thứ năm là của Cụ Duyên Trung Quán, không là không hiện hữu có tự tánh.

Khi nói về tánh vô ngã của thực tại, còn gọi là tánh không, thì tánh không như vậy có thể hiểu qua nhiều mức độ. Tôi vừa nêu lên năm tầng tri kiến về tánh không. Thử quan sát năm tầng tri kiến này, sẽ thấy mặc dù cả năm đều là tri kiến tánh không, thế nhưng có được tri kiến tánh không ở tầng thứ nhất vẫn chưa chắc thoát được khuynh hướng chấp vào một thực tại chắc thật. Ví dụ, tuy thấy không có một linh hồn làm chủ thể thường còn và độc lập, nhưng vẫn có thể tiếp tục tin rằng cái tôi có thực thể. Cho dù chứng được sự không có thực thể của cái tôi, vẫn có thể tiếp tục tin rằng thế giới vật lý khách quan hiện hữu có tự tánh.

Nói như vậy cũng có nghĩa là dù chứng được tri kiến tánh không ở tầng thứ nhất, thứ hai hay thứ ba, cũng chưa chắc thoát được tâm chấp hiện hữu có tự tánh, vẫn chưa thể đoạn diệt chuỗi nhân quả triền miên phát sinh vọng tâm phiền não. Ngược lại, nếu chứng ngộ được tri kiến tánh không ở mức độ thứ năm, tánh không là không có tự tánh, và nếu tri kiến này luôn luôn hiển hiện linh động trong tâm, thì chẳng còn cách nào, cũng chẳng còn chỗ nào, cho tâm chấp bám vào bất cứ một khái niệm hiện hữu có tự tánh nào phát sinh. Điều này cho thấy năm tầng tri kiến nói trên đi theo thứ tự từ thô đến tế.

Dựa vào đâu để kết luận rằng sự vật không hiện hữu có tự tánh? Cứ hãy nhìn vào kinh nghiệm bản thân. Trong quan niệm ngây thơ của chúng ta về đời sống, dù là kinh

nghiệm nội tại hay nhận thức về ngoại cảnh, chúng ta luôn có khuynh hướng tin rằng mọi sự đều có thực tại khách quan, như thể thật sự hiện hữu ở "ngoài kia", có đó, rõ ràng hiển nhiên, chỉ cần đưa tay là trở ngay ra được. Nhưng đến khi quan sát kỹ lưỡng xem thật ra ở đó có gì, tự dung mọi sự lại bắt đầu tan biến đi.

Nói như vậy không có nghĩa là sự vật không có gì hiện hữu. Kinh nghiệm trực tiếp của chúng ta khi sống trong thế giới này chính là bằng chứng cho thấy chúng ta hiện hữu, đồng thời tác động giữa bản thân mình và thế giới xung quanh là bằng chứng cho thấy thế giới xung quanh hiện hữu. Câu hỏi nằm ở chỗ, nếu sự vật xét theo kinh nghiệm thì rõ ràng là có hiện hữu, nhưng khi truy tìm chân tướng thì lại tìm không ra, vậy sự vật hiện hữu như thế nào đây? Chắc chắn không phải là hiện hữu trong một thực tại khách quan độc lập, vì vậy chỉ còn một cách duy nhất, đó là sự vật hiện hữu [qua duyên sinh] trên phương diện qui ước, trong thực tại mượn danh.

Hiểu được rằng sự vật chỉ có thể có trong thực tại mượn danh rồi, tiếp theo, chú tâm vào [mối tương giao giữa] cái tôi và ngoại cảnh, sẽ thấy chúng ta không hề thấy chính mình và ngoại cảnh chỉ là mượn danh. Cứ quán xét như vậy, rồi sẽ đi đến kết luận rằng mặc dù bản thân và ngoại cảnh khi nhìn vào đều thấy giống như là có hiện hữu độc lập, thế nhưng thật ra cái thấy đó chỉ toàn là hư vọng.

Kho tàng luận văn Trung quán tông có nói đến phương pháp quán "không tính chất đồng nhất hay dị biệt" để đi đến kết luận như trên. Quan sát phân tích theo phương pháp này sau một thời gian sẽ thấy sự vật khẳng định là

không hiện hữu có tự tánh, rồi đến một lúc nào đó, sẽ biết được điều này một cách rõ ràng chắc chắn. Biết như vậy, qua một thời gian dài, tâm quen dần, đến một lúc nào đó có thể chứng được cảnh giới chân không, tựa như là sự vắng mặt, không có một cách rất đơn thuần.

Mặc dù tôi không nói rằng muốn chứng tánh không thì phải đạt chỉ [samatha], thế nhưng nếu không có chỉ thì cho dù có ngộ tánh không cũng chẳng thể tiến xa. Sự thật là càng đoan chắc về tánh không là không thực tại có tự tánh thì lại càng thoát khỏi tâm chấp ngã, chấp pháp. Nhờ vậy tháo gỡ được ngục tù dựng xây bằng tâm chấp bám với lòng tham ái cùng đủ loại phản ứng tình cảm xáo trộn.

Thêm nữa, nếu quan sát tính chất của vọng tâm phiền não, sẽ thấy bên dưới mọi cảm xúc bất thiện, bất kê là dục, ái hay sân hận v.v..., đều có sự chấp bám vào đối tượng. Bất cứ hiểu biết nào về tánh không cũng sẽ tạo tác dụng trực tiếp phá hủy vọng tâm. Hiểu được tánh không thì chặt đứt ngay từ gốc rễ tất cả mọi vọng tâm làm chấp vào hiện hữu có tự tánh của đối tượng. Ngược lại, vì thiện tâm không bị ràng buộc trong khái niệm chấp bám, nên chứng tánh không không những không làm hư hại mà còn giúp cho thiện tâm càng thêm tăng trưởng.

Vậy toàn bộ mọi quá trình tư duy suy nghĩ và tu chứng tánh không có sẽ làm hao mòn thực tại qui ước, thực tại của đời sống hàng ngày hay không? Lama Tông Khách Ba trong *Ba Điểm Tinh Yếu của Đường Tu Giác Ngộ* có nhắc nhở chúng ta một điều quan trọng rằng, nói chung mọi hệ phái tri kiến tánh không đều nói rằng nhờ thấy

cảnh hiện mà tan đoạn kiến, nhờ thấy tánh không mà tan thường kiến.

Ngài Phật Hộ thật sự đã tóm lược toàn bộ tri kiến Trung quán tông trong lời giải thích vì sao hiểu tánh không sẽ giúp chúng ta tin vào thực tại của thế giới qui ước, của đời sống hàng ngày. Ngài thu kết tất cả mọi điểm tinh yếu nói trong câu kệ tuyệt diệu của ngài Long Thọ trong *Trung Quán Luận*: "Các pháp do duyên sinh, tôi nói đó là không, và cũng là giả danh [mượn danh]. Đây là trung đạo". Ngài Phật Hộ giải thích, nếu muốn hiểu đúng về tánh không thì phải hiểu qua nghĩa duyên sinh. Có mối tương quan mật thiết giữa duyên sinh và tánh không. Vì sự vật do duyên sinh ra, nên không hiện hữu có tự tánh. Vì sự vật không hiện hữu có tự tánh, nên ngay từ bản chất phải là duyên sinh. Vậy duyên sinh và tánh không giống như hai khía cạnh của cùng một sự việc, như là cùng một việc nhìn từ hai hướng khác nhau. Vậy để hiểu về tánh không của ngài Long Thọ, ngài Phật Hộ đề nghị một phương pháp độc đáo: mang tánh không và duyên khởi đặt thành hai vế ngang nhau.

Một khi hiểu được như vậy thì chính sự thấy cảnh hiện sẽ làm tan thường kiến, và chính sự thấy tánh không sẽ làm tan đoạn kiến. Đây là quá trình đảo ngược so với các hệ phái khác. Vì cảnh hiện là thế giới ngoại cảnh nằm trong thực tại mượn danh, cho nên đã hiện thì không thể hiện hữu có tự tánh; và vì tánh không được hiểu là duyên sinh, cho nên đã là không thì nhất định phải có hiện hữu.

Muốn biết sự vật có hiện hữu hay không, cần dựa vào tiêu chuẩn nào để xét đoán? Có ba tiêu chuẩn. Thứ nhất,

hoặc sự vật ấy phải là đối tượng của nhận thức, hoặc tâm thức phải có khái niệm về vật ấy. Thứ hai, tướng hiện của sự vật ấy không mâu thuẫn với nhận thức đúng đắn. Thứ ba, tướng hiện không tan biến đi khi truy tìm rốt ráo chân tướng của sự vật ấy.

Lấy ví dụ sừng thỏ. Chúng ta có thể có khái niệm về sừng thỏ [có tiêu chuẩn 1]: có thể tưởng tượng ra hình ảnh của sừng thỏ, có thể dùng ngôn từ để diễn tả. Khái niệm tuy có, nhưng không thể nói sừng thỏ là có thật, vì nhận thức đúng đắn biết "thỏ không có sừng" sẽ trực tiếp mâu thuẫn với khái niệm "có sừng thỏ" [thiếu tiêu chuẩn 2]. Tiêu chuẩn thứ ba cần thiết trong một vài trường hợp, như khi nói về tạng thức, hay a lại da thức, khái niệm về ngã này là tư tưởng được xác định qua quá trình tư duy [có tiêu chuẩn 1 và 2]. Nếu tạng thức thật có, khi quán sát rốt ráo soi nhìn chân tướng, lẽ ra phải thấy rõ, thế nhưng thực tế lại không như vậy [thiếu tiêu chuẩn 3]. Chúng ta có thể dựa vào ba tiêu chuẩn này để thẩm định sự vật có thật sự hiện hữu hay không.

Đây là điểm đặc thù của ngài Nguyệt Xứng khi giải thích về chân tướng của sự vật, mặc dù phủ nhận mọi sắc thái hiện hữu có tự tánh, nhưng vẫn phân biệt rõ ràng thực tại chân thật và thực tại hư vọng. Ví dụ, đối với sự khác biệt giữa người trong mơ và người trong đời sống thật, phải có một phương pháp phân biệt hai thực tại này. Đây chính là cốt tủy giáo pháp của ngài Nguyệt Xứng, giúp chúng ta hiểu về cảnh hiện, có thật, mà vẫn không cần phải tin vào bất cứ một thực tại có tự tánh nào cả.

Dựa vào nền tảng của trí tuệ thâm chứng tánh không, chúng ta có thể đạt giải thoát luân hồi nhờ phá bỏ vô minh căn bản và tâm hư vọng từ vô minh mà có, hoặc nếu bổ xung với tâm bồ đề thì sẽ có thể đạt được giác ngộ viên mãn nhờ thiền quán tánh không. Trong bài *Ba Điểm Tinh Yếu của Đường Tu Giác Ngộ*, Lama Tông Khách Ba kết thúc bằng lời thúc dục tuyệt vời như sau:

"Bao giờ có được cái thấy đúng như sự thật Về ba điểm tinh yếu của đường tu,

Khi ấy, con ơi, hãy tìm nơi thanh tịnh, Tinh tấn tu hành

Mau chóng thành tựu mục tiêu cứu cánh." Đây là lời khuyên mà chúng ta cần phải nghe theo.

[Hết Thời Thuyết Pháp Thứ Ba.]

---o0o---

Thời Thuyết Pháp Thứ Tư

Luận Trung Quán của ngài Long Thọ chủ yếu nói về tánh không. Ý nghĩa then chốt của tánh không là, như ngày hôm qua chúng ta có đã nói qua, tánh không phải được hiểu qua nghĩa duyên sinh. Trong lời tán dương đức Phật, mở đầu luận Trung Quán, ngài Long Thọ xưng tán đức Phật là người khéo giảng lý duyên khởi. Vì vậy, ngài Long Thọ xưng tán đức Phật là bậc thầy vô song. Lý duyên khởi đóng một vai trò rất quan trọng trong Phật giáo.

Trong kinh *Pratityasamutpada*, đức Phật nói rằng thấy tánh duyên khởi là thấy Pháp, thấy Như Lai, thấy Phật.

Câu này có nghĩa là thấy được tánh duyên khởi là thấy được Pháp tánh ở nhiều mức độ khác nhau. Ví dụ, hiểu lý duyên khởi trong nhân quả là hiểu Pháp tánh qua luật nhân quả, nhờ đó có thể xây dựng nền tảng cho đời sống giới hạnh thanh tịnh, và chánh kiến về nhân quả được xem là một mức độ chánh kiến về Pháp.

Tuy nhiên, nếu hiểu ý nghĩa của duyên sinh ở một mức độ vi tế hơn, duyên sinh không phải chỉ là tùy thuộc vào nhân quả, mà còn tùy nơi chân tướng sự vật khởi sinh như thế nào trong những mối tương quan chằng chịt giữa sự gán danh, danh từ khái niệm v.v.... mức độ vi tế này của duyên sinh sẽ trực tiếp đưa ta đến với trí tuệ tánh không. Vì vậy sẽ chứng ngộ về Pháp tánh ở một mức độ thâm sâu hơn.

Tathagata nghĩa là Như Lai. Nếu nói quả vị Phật là trạng huống khái niệm phân biệt cùng mọi phàm trần đối đãi tan vào thanh tịnh, hoàn toàn tĩnh lặng hỉ lạc, thì như vậy có thể nói quả vị Phật là trạng huống *đi vào* Pháp thân. Như vậy Như lai là *Dharmakaya*, là Pháp thân. Còn nếu hiểu Như Lai theo nghĩa *đến* chứ không theo nghĩa *đi*, thì Như lai là *Rupakaya*, là Sắc thân, hóa hiện từ Pháp thân. Vậy Như lai hay Phật có thể được hiểu qua cả hai nghĩa Pháp thân và Sắc thân.

Duyên khởi ở mức độ phổ quát là nguyên lý cơ bản của mọi tông phái Phật giáo. Tuy vậy, nếu hiểu duyên khởi ở mức độ thâm sâu vi tế của tánh không, thì đây chính là nền tảng của Trung quán tông. Một vài người trong số quý vị ở đây có lẽ cảm thấy quen thuộc khi tôi nói rằng trên phương diện triết lý thì duyên khởi chính là chìa khóa của Phật Pháp và của tâm bất hại trong Phật giáo.

Giữ tâm bất hại đối với người xung quanh không phải vì Phật tử nói rằng làm việc ác là trái với ý Phật. Nguyên do chính đáng là vì mọi sự đều do nhân duyên mà sinh ra, và vì chúng ta luôn mong cầu hạnh phúc, chẳng hề muốn khổ đau, cho nên phải triệt để tránh mọi nhân duyên tạo khổ, ngược lại cần tích tụ đầy đủ nhân duyên tạo hạnh phúc. Rốt lại lý duyên sinh vẫn là nền tảng cho thấy vì sao tu theo Phật giáo thì phải tránh mọi việc làm bạo động tác hại.

Buổi lễ quán đảnh hôm nay là pháp quán đảnh Mạn thù, là vì đức Mạn Thù được xem là hiện thân của trí giác của chư Phật. Tham dự buổi lễ này, nhận pháp quán đảnh này, sẽ tăng cường tiềm năng chứng ngộ tánh không và duyên khởi. Tôi sẽ bắt đầu pháp quán đảnh bằng nghi thức phát tâm bồ đề. Làm như vậy sẽ giúp chúng ta quyết tâm sống theo tâm bất hại vị tha.

Tôi nghĩ tôi cũng nên truyền giới *upasaka*, giới cư sĩ. Đương nhiên có nhiều giới khác nhau. Đầy đủ ngũ giới có giới không sát sinh, không trộm cắp, không dối láo về trình độ chứng ngộ của mình, không tà dâm và không uống rượu hay các chất độc dược.

Hôm qua, chúng ta có xem qua về ba môn vô lậu học [Giới, Định và Tuệ]. Giới chủ yếu là tự kiềm chế tất cả những thái độ bất xứng. Định là kèm chế tất cả những yếu tố nội tại khiến phát sinh ác nghiệp, vọng tâm v.v... Tuệ là điều tận diệt vọng tâm phiền não từ bên trong. Khi nói đến Tuệ vô lậu học, chủ yếu là nói đến Tuệ chứng tánh không [không tuệ]. Tuệ có khi bao gồm cả tuệ chứng thực tại vô thường, hay tuệ chứng cái tôi

không thực thể. Tuệ vô lậu học chính là liều thuốc trực tiếp hóa giải phiền não vọng tâm.

Có thể ví Giới Định Tuệ với vũ khí tên lửa. Đầu tên lửa là Tuệ. Quả tên lửa là Định, đẩy Tuệ phóng tới. Bề phóng tên lửa, cần phải cực kỳ vững chắc, đó chính là Giới, là đời sống kỷ luật giới hạnh. Giới là nền tảng, là căn bản.

Cụ thể khi tu, người tu bắt đầu bằng Giới. Đây là bước đầu tiên. Dựa vào nền tảng giữ giới thanh tịnh, người tu có thể xây dựng Định, là môn vô lậu học thứ hai. Mặc dù tu Tuệ đạt Tuệ tự nó không cần phải có Định, thế nhưng để Tuệ có thể trở nên toàn hảo, có khả năng phát huy năng lực thành liều thuốc trực tiếp hóa giải vọng tâm, thì cần phải có Định. Nhờ phối hợp Định và Tuệ, người tu có thể đạt tới cái gọi là *vipasyana*, từ bát xá na. Nhờ vào đó, người tu dùng năng lực của định để thu nhiếp tâm mình.

Mặc dù nói qui y Phật, Pháp, Tăng, thế nhưng đối tượng qui y trước tiên phải là Pháp, là Pháp Diệt. Diệt để chính là Pháp, có nghĩa là sự tận diệt của tất cả ác pháp. Vậy khi qui y nơi Pháp, người tu phát chí nguyện muốn giữ giới hạnh thanh tịnh để có thể bước vào con đường tận diệt mọi ác nghiệp ô nhiễm của cả ba cửa thân khẩu ý.

Giới sắp được truyền thọ ở đây là ngũ giới, như đã nói lúc nãy. Quý vị hãy thấy đức Phật chính là bậc đạo sư chân chính của mình, bậc đại đạo sư. Trong quá khứ, lúc ban đầu, Phật cũng là phàm phu như chúng ta ngày nay, với tất cả mọi khuyết điểm của con người. Nhờ quá trình tu tập giữ giới, thanh tịnh hóa tâm, Phật trở thành bậc đại giác ngộ. Nay chúng ta đánh lễ Phật, nguyện xem

đức Phật là tấm gương sáng, nguyện noi theo gót chân Phật.

Hai ngày vừa qua chúng ta nghe thuyết trình về giáo pháp của Phật. Ngày hôm nay hơi khác, hôm nay mới thật là truyền pháp. Hãy đánh lễ thầy đây, thầy là người truyền giới cho quý vị. Câu tụng sẽ được đọc theo tiếng Phạn.

Buddham saranam gacchami

Dharmam saranam gacchami

Sangham saranam gacchami

Ngang đây, quý vị hãy phát nguyện chân thành để nhận giới mà quý vị muốn nhận. Tệ lắm thì cũng hãy nên nhận một giới, không sát sinh. Ít ra sẽ không phải đi ngồi tù. Mặc dù không sát sinh chủ yếu là không giết người, thế nhưng quý vị cũng nên cố gắng tránh giết súc vật. Là Phật tử, điều quan trọng là phải có được phản ứng tự nhiên xem tất cả mọi loài khác đều là những sinh vật sống như chính mình.

(đọc câu qui y tiếng Phạn 3 lần)

Phải phát nguyện mạnh mẽ rằng "cũng như tất cả những bậc đại đạo sư trong thời quá khứ, các bậc A la hán, bồ tát đã từng sống đời sống giới hạnh thanh tịnh, con nguyện giữ giới, nguyện từ nay cho đến khi chết sẽ không bao giờ phạm giới." Phải từ trong tâm phát nên chí nguyện mãnh liệt đối với các giới mà mình thọ nhận. Quan trọng nhất là từ hôm nay trở đi, phải luôn ý thức rằng mình đã trở thành một vị *upasaka*, một Phật tử tại gia. Nếu bị muỗi cắn, phản ứng tự nhiên không phải là

đưa tay ra đập nữa, mà phải là nhớ ngay rằng mình là một Phật tử giữ giới.

Điều quan trọng là phải giữ chánh niệm và tỉnh giác. Mặc dù trong đời sống hàng ngày, chúng ta vẫn luôn tự nhiên có một mức độ chánh niệm và tỉnh giác nào đó, nhưng khi đã bước vào Phật đạo thì cần phải cố ý áp dụng chánh niệm và tỉnh giác. Hai điều này đến khi phát triển cao độ, người tu sẽ có khả năng chú tâm liên tục vào một đề mục chọn lựa. Mỗi khi tâm xao lãng, sẽ lập tức biết ngay. Phải có chánh niệm và tỉnh giác mới có thể phát triển tâm chỉ [samatha].

Khi tu chỉ, đến một lúc nào đó năng lực chú tâm của người tu sẽ mạnh đến nỗi có thể mang hết tâm mình đặt nơi một đề mục duy nhất, có khả năng quán chiếu sâu xa vào chân tánh của đề mục. Một khi đạt được tâm tịnh chỉ như vậy, có thể áp dụng tâm này để quán tánh không, khi ấy có thể đạt được cái được gọi là chỉ quán hợp nhất.

Nói chung, tâm chỉ và chỉ quán hợp nhất không phải chỉ Phật giáo mới nói đến. Đây là phương pháp thường gặp trong các tôn giáo Ấn Độ cổ. Ví dụ các tông phái ngoài Phật giáo cũng nói rất sâu rộng về các tầng thiền và kinh nghiệm trong các cõi vô sắc. Điều khác biệt giữa Phật giáo và các tôn giáo khác, đó là khi tu chỉ quán hợp nhất thì Phật giáo chọn quán về tánh không. Nhờ vậy sự hợp nhất này mới có thể làm nhân đưa đến quả giải thoát luân hồi và quả giác ngộ viên mãn.

Muốn trở thành nhân đưa đến quả giác ngộ viên mãn, tuệ cần phải đi chung với tâm bồ đề. Bây giờ tôi sẽ làm lễ phát tâm bồ đề.

Hãy quán tưởng trước mặt mình là đức Phật, xung quanh là các vị đại bồ tát như đức Mạn Thù, đức Di lạc, cũng như các bậc đạo sư Ấn Độ như ngài Long Thọ, ngài Vô Trước. Vì dòng truyền thừa của tôi đến từ Phật giáo Tây Tạng, nên quý vị hãy quán tưởng các đấng đại đạo sư Tây Tạng trong quá khứ. Và vì ở đây có cộng đồng người Trung hoa, nên quý vị hãy quán tưởng các đấng đại đạo sư của dòng truyền thống Phật giáo Trung hoa. Hãy tưởng tượng xung quanh quý vị là tất cả chúng sinh. Hãy chú tâm vào chư Phật, chư bồ tát cùng chư đạo sư, khởi tín tâm mạnh mẽ nơi ấy, khởi tâm kính ngưỡng lòng từ bi vô lượng nơi ấy. Đồng thời, hãy huân dưỡng tín tâm hướng về giác ngộ mà chư Phật chư bồ tát đã vì bản thân mình và vì tất cả chúng sinh mà giác ngộ. Khởi tín tâm nơi sự thật của đường tu giác ngộ, nơi chân tánh của bồ đề. Tiếp theo hãy chú tâm đến bản thân và chúng sinh quanh mình, phát tâm từ bi, quan tâm cho chúng sinh quanh mình. Với cảm xúc mãnh liệt như vậy, ở tín tâm nơi chư Phật, chư bồ tát, chư đạo sư, cùng với lòng từ bi dành cho tất cả chúng sinh, hãy hành trì pháp Thất Chi Phổ Hiền.

Pháp Thất Chi Phổ Hiền là để thanh tịnh chướng nghiệp đồng thời tích tụ công đức thiện duyên. Thanh tịnh nghiệp chướng chủ yếu có nghĩa là vượt thoát chướng ngại.

Bây giờ hãy đọc ba câu tụng phát tâm bồ đề. Câu thứ nhất là qui y Tam Bảo. Ở đây cách thức qui y có khác lệ thường một chút: qui y Pháp, không phải là "Pháp" ở bên ngoài, mà là "Pháp" có thể chứng ngộ được trong tâm. Nhờ thành tựu được Pháp trong tâm mà trở thành

Tăng, và rồi thành tựu lớn nhất của tâm chính là Phật, đó là lúc chúng ta qui y Phật. Qui y nói như vậy chính là qui y nơi những chứng ngộ trong tương lai của bản thân, nơi Phật, Pháp và Tăng, mà ta hướng tới.

Câu thứ hai là để phát tâm bồ đề. Ở đây, trong chúng hội này, trước sự hiện diện của chư Phật và chư bồ tát, chúng ta thỉnh nguyện chư Phật chư bồ tát chứng giám cho sự kiện lớn lao này: chúng ta vì chúng sinh mà phát tâm bồ đề.

Câu thứ ba là lời hồi hướng. Đây là lời hướng nguyện tối đăc ý nhất, là nguồn cảm hứng sâu đậm nhất của tôi. Khi đọc tụng ba câu này, hãy cảm thấy đã qui y Tam bảo thì bây giờ phải phát tâm bồ đề, vì lợi ích của tất cả chúng sinh. Nguyện cho tâm bồ đề phát khởi trong tôi.

Với ước nguyện giải thoát Cho toàn thể chúng sinh, Tôi xin về nương dựa Nơi Phật, Pháp và Tăng Cho đến khi giác ngộ.

Hôm nay tâm hướng về Từ bi và trí tuệ,

Đối trước mười phương Phật, Tôi xin vì chúng sinh
Nguyện phát tâm bồ đề.

Bao giờ không gian còn, Chúng sinh còn, Nguyện tôi còn ở lại,

Xua tan khổ nạn cõi thế gian.

Nếu được, hãy phát nguyện mạnh mẽ là sẽ không bao giờ từ bỏ tâm nguyện can đảm vượt bực vừa mới phát khởi hôm nay. Lời tụng này đối với tôi vô cùng quan trọng, tôi vẫn hành trì đều đặn mỗi sáng. Câu tụng này có tác động rất lớn lên tâm trí tôi.

Ngang đây tôi xin giải thích ý nghĩa của câu tụng rất hay mà Phật tử Trung Hoa vẫn thường đọc tụng. Câu thứ nhất: "Nguyện tôi có khả năng diệt tam độc". Chúng ta trong mấy ngày vừa qua có đã nói đến tam độc này. Tam độc có nghĩa là Tham, Sân và Si. Tam độc này, cùng mọi sự từ đó sinh ra, đều là kẻ thù chân chính, gây biết bao nhiêu là khôn khổ cho bản thân và cho người khác. Nên chúng ta phát nguyện thiết tha muốn thoát khỏi tam độc.

Câu thứ hai: "Nguyện trí tuệ toàn hảo khai mở trong tôi." Điều này cho thấy chỉ phát nguyện diệt tam độc thôi không đủ. Cho dù chư Phật của cả ba thời quá khứ hiện tại và vị lai cùng chung sức lại cũng không thể xóa được tam độc trong tâm của quý vị.

Câu thứ ba nói rằng, "Nguyện tôi có khả năng vượt thoát mọi chướng ngại". Câu này là để thỉnh nguyện mọi chướng ngại ngăn che trí tuệ sẽ được dẹp bỏ hết, cho đến khi ánh sáng giác ngộ tỏa chiếu trong tâm. Có thể nói rằng câu tụng này dành chung cho cả tam thừa: thanh văn, duyên giác và Bồ Tát.

Câu thứ tư nói rằng, "Nguyện con vĩnh viễn bước theo hạnh bồ tát". Câu thứ tư này là lời nguyện, là tâm tư của Phật tử nhập Bồ tát đạo. Câu này cũng cho thấy ba câu nguyện trên không phải là lời nguyện vì bản thân mà cũng là vì hết thảy chúng sinh.

Tinh túy của pháp tu phát tâm bồ đề đó chính là huân dưỡng ý nghĩ từ nay cho đến hết cuộc đời còn lại, điều quan trọng nhất là phải sống một đời sống có trái tim, không gây hại cho người khác. Một khi có được trái tim

nồng ám, thì thêm vào đó cần phải càng thông minh, càng trí tuệ, càng có khả năng thì lại càng tốt.

Tiếp theo là lễ truyền pháp quán đảnh đức Mạnh Thù. Đây là pháp tu Kim cương, mật tông. Để có thể hành trì pháp tu mật tông, người tu cần phải nhận quán đảnh. Ở đây, vị nào chưa nhận pháp quán đảnh bao giờ, xin đừng tự quán tưởng chính mình là đức Mạnh Thù, mà hãy quán tưởng đức Mạnh Thù trụ ở trên đỉnh đầu của mình.

Đâu là pháp tu Kim cương thừa? Trước đây chúng ta có nói qua về tầm quan trọng của sự hợp nhất giữa chỉ và quán. Trong giáo pháp Kim cương thừa có một pháp tu đặc biệt giúp người tu đạt được hợp nhất chỉ quán một cách nhanh chóng hữu hiệu. Chúng ta cũng có nói qua về hai thân Phật, là Pháp thân và Sắc thân. Pháp thân là hoàn thành tự lợi, và Sắc thân là hoàn thành lợi tha. Cũng như Phật là tổng hợp của cả hai thân Phật, cũng tương tự như hai thành phần trên đường tu giác ngộ, đưa tới thành tựu đạo quả. Hai thành phần này chính là hành trì tánh không để thành tựu Pháp thân, và hành trì phương tiện để thành tựu Sắc thân.

Tinh túy của giáo pháp và hành trì của Đại thừa là sự kết hợp giữa trí tuệ tánh không và phương tiện tâm bồ đề. Trong kinh Phật, nói kết hợp phương tiện và trí tuệ có nghĩa là hai điều này hỗ trợ bổ xung cho nhau. Ví dụ tâm bồ đề có thể được dùng làm động cơ, làm chất xúc tác đưa đến chứng ngộ tánh không. Chứng ngộ tánh không sẽ càng thâm sâu nhờ có tâm từ bi hỗ trợ củng cố. Theo hiện tông thì chữ hợp nhất có nghĩa là hỗ trợ bổ xung cho nhau.

Nếu có pháp tu nào có khả năng làm cho phương tiện và trí tuệ trở nên thuần nhất, không thể phân chia, thì pháp tu ấy mới thật là thâm sâu vi diệu. Kim cang thừa là phương pháp kết hợp phương tiện trí tuệ cực kỳ thâm sâu hữu hiệu. Trước hết, người tu thiền quán tánh không, tiếp theo, chứng ngộ về tánh không sẽ được quán tưởng thành thân đáng tôn pháp chủ. Người tu khi ấy sẽ định tâm vào đáng pháp chủ và trực chứng tánh không nơi ấy.

Phương pháp kết hợp [phương tiện và trí tuệ] thâm sâu nhất nằm ở mật tông tối thượng du già.

Nếu hiểu rõ về pháp tu mật tông rồi bước vào Kim cang thừa thì pháp tu này mới thật sự thâm sâu hữu hiệu. Có một vài đạo sư Tây Tạng trong quá khứ đã từng nhấn mạnh ý nghĩa của giáo pháp Kim cang thừa qua biểu tượng chuông và chày Kim cang. Các thầy Tây Tạng nói rằng nếu sử dụng những pháp cụ này và hiểu rõ về ý nghĩa của chúng, hiểu rõ toàn bộ Kim cang thừa, thì khi tiếng chuông khi đánh lên sẽ có ý nghĩa rất thâm sâu. Nhưng nếu chỉ cầm chuông mà lắc thì lại chẳng có ý nghĩa gì cả. Ngay mấy con bò cũng có chuông đeo nơi cổ và cũng có thể lắc chuông thật kêu.

Tiếc thay có nhiều người chạy theo Kim cang thừa chỉ vì nghe nói Kim cang thừa là hay nhất, cao nhất, nhanh nhất, nên cứ hời hả chạy theo nhận pháp quán đánh mà chẳng hiểu rõ pháp tu này là tu như thế nào, có ý nghĩa ra sao. Làm như vậy thật sự có nguy cơ biến mình thành con bò lắc chuông. Chính Phật tử Tây Tạng cũng vậy, hề nghe có pháp quán đánh là mọi người vội vàng hăng hái chạy đến nhận pháp, nhưng nếu nghe nói có khóa giảng

Phật Pháp thì họ lại nói, "Ô, thế à!". Có khi tôi lợi dụng điều này, tuyên bố sẽ truyền pháp Kalachakra, và thế là mọi người vội vàng chạy đến nhận pháp. Tôi cử hành pháp quán đánh chót hết, làm rất nhanh, để dành thật nhiều thời gian thuyết giảng về những điểm trọng yếu trong Phật đạo. Như vậy họ phải ngồi nghe pháp. Đây là phương tiện thiện xảo của tôi. Tôi tưởng mình làm vậy đã là thông minh lắm rồi, thế nhưng có nhiều Phật tử lại còn thông minh hơn: họ đợi đến đúng ngày truyền pháp quán đánh mới đến.

Bây giờ quý vị hãy tưởng tượng đạo sư mang sắc tướng của đấng Bốn Tôn Pháp Chủ Mạn Thù, da màu hoàng cam, tay phải cầm gươm báu, tay trái cầm đóa sen, trên đóa sen là kinh Phật. Quý vị hãy quán tưởng đạo sư như thế. Trên đỉnh đầu của đạo sư – bây giờ là đỉnh đầu của đức Mạn Thù, hãy quán tưởng một đức Mạn Thù màu trắng; trên cổ: đức Mạn Thù màu đỏ; nơi tim: đức Mạn Thù màu xanh biển. Quán tưởng một nơi có trọn vẹn cảnh giới mạn đà la cùng đức Mạn Thù giống như vậy.

Trước tiên hãy hướng về đấng đạo sư mang sắc tướng của đức Mạn Thù, thỉnh nguyện thầy truyền cho pháp quán đánh gia trì của đức Mạn Thù. Bây giờ hãy quán tưởng trước mặt mình là tất cả chư Phật, chư bồ tát, đứng giữa là đức Mạn Thù. Trước sự hiện diện của thánh chúng, hãy phát tâm qui y Tam bảo, thọ bồ tát giới, phát nguyện hành bồ tát hạnh.

Trong số quý vị nơi đây, vị nào đã từng nhận pháp quán đánh mật tông, bây giờ có thể quán tưởng chính mình mang sắc tướng của đức Mạn Thù. Nếu đây là lần đầu tiên nhận pháp quán đánh thì phải quán tưởng đức Mạn

Thù trụ trên đỉnh đầu mình. Ngang đây, mọi người suy nghĩ về thực chất của cái tôi. Chúng ta luôn có ý nghĩ về cái tôi, tôi như thế này, như thế kia. Bây giờ hãy thử suy nghĩ xem cái tôi ấy, thực ra là gì. Như hôm qua chúng ta có đã xem qua, chúng ta luôn nghĩ rằng có một cái gì đó gọi là ngã, là cái tôi, làm chủ các thành phần thân và tâm. Chúng ta vẫn thường nói "thân thể của tôi", "tâm thức của tôi", hay là "cảm xúc tình cảm của tôi" v.v... Chúng ta vẫn cho rằng có một cái tôi tách rời khỏi các hợp thể thân tâm cụ thể này. Tuy vậy, nếu bắt đầu truy tìm về cái tôi khác biệt với thân tâm, thì khái niệm này lại bắt đầu nhạt nhòa tan biến.

Ngài Long Thọ nói trong *Bảo Hành Vương Chính Luận* [anh:

Precious Garland, phạn: *Ratnavali*] rằng con người không phải là

đất nước lửa gió, nhưng cũng không có con người nào nằm ngoài bốn thành phần này. Ngài cũng nói rằng khái niệm về ngã khởi sinh từ tổ hợp của các thành phần nói trên, ngoài ra không có cái tôi nào hiện hữu độc lập, có tự tánh. Ngài Long Thọ nói tiếp rằng cũng như cái tôi không thể tìm thấy bên trong hay bên ngoài các thành phần cấu tạo, tương tự như vậy, mỗi thành phần cấu tạo này cũng không có thực tại độc lập nào cả. Điều này có thể được áp dụng cho toàn bộ mọi hiện tượng.

Cho những người đã từng nhận pháp quán đánh Kim cương thừa, hãy tưởng tượng ý thức hiểu tánh không mình vừa phát khởi trong tâm đó, bây giờ tan vào chân không và hoạt hiện thành sắc tướng chủng tự DHIH màu cam. Chủng tự này hoạt hiện thành đấng Pháp Chủ Mạn Thù,

da màu cam, tay phải cầm gương [trí tuệ] và tay trái cầm hoa sen với kính Phật trên đó. Cho những người mới nhận pháp Kim cương thừa lần đầu tiên, sau khi quán niệm về tánh không, hãy quán tưởng đức Mạn Thù trên đỉnh đầu mình.

Trên đỉnh đức Mạn Thù là đức Bất Động Phật (Akshobhya) màu xanh dương, với một mặt, hai tay, cầm chày Kim cương. Đức đạo sư cũng trong sắc tướng Đức Mạn Thù, từ giữa trái tim phóng ra luồng ánh sáng lớn, chạm vào trái tim của vị Pháp Chủ trong mạn đà la quán tưởng phía trước mặt. Từ trái tim của đấng Pháp Chủ trong mạn đà la, ánh sáng lớn tỏa ra, chiếu sáng khắp mười phương, mang về tất cả năng lực gia trì của mười phương Phật đà, Bồ tát, rồi quay trở về dưới dạng vô lượng hình ảnh Đức Mạn Thù, tan vào các lỗ chân lông trên thân thể quý vị. [Hãy tưởng tượng nhờ vậy nhận được lực gia trì thân nhiệm mầu của Đức Mạn Thù.]

Hãy quán tưởng chính mình là Đức Mạn Thù, nơi tim quán tưởng một bánh xe màu trắng có bốn châu, đây là bánh xe trí tuệ. Ở giữa bánh xe là chủng tự DHIH. Bên phải chữ DHIH là chữ AH, bên trái là chữ OM. Trên bốn châu bánh xe, nhìn từ phía trước mặt theo chiều kim đồng hồ, quán tưởng bốn chữ RA, PA, TSA [đọc là Dza] và NA. Bây giờ quán tưởng từ [bánh xe nơi] trái tim của đạo sư là một bánh xe trí tuệ y như vậy, [bay ra] tan vào nơi bánh xe ở nơi tim của quý vị. Hãy tưởng tượng nhờ vậy nhận được lực gia trì của mình chú và khẩu nhiệm mầu của Đức Mạn Thù. Hãy đọc theo tôi câu minh chú

OM AH RA PA TSA NA DHIH [đọc là Ôm A Ra Pa Dza Na Đi].

Trong yếu hầu quý vị, quán tưởng có chủng tử DHIH, nằm hướng đầu về phía sau. Chúng ta sẽ đọc 108 lần chữ DHIH, giữ trong một hơi thở, vừa đọc vừa quán tưởng từng chữ DHIH bé tí rớt xuống từ chủng tử DHIH nơi cổ, tan vào chữ DHIH nơi tim. Hãy tưởng tượng nhờ vậy mà tâm mình sắc bén sáng xuống, trí nhớ tăng cường.

Quý vị phải phát nguyện trì tụng minh chú Mạn Thù, mỗi ngày một chuỗi nếu được, bằng không chí ít cũng phải mỗi ngày tụng 7 hoặc 21 chú. Buổi lễ truyền pháp quán đánh đức Mạn Thù đến đây là hoàn tất. Tôi nhận được pháp quán đánh này từ sư phụ của tôi là thầy Tarthag Rinpoche, và sau đó lại nhận từ thầy Trijang Rinpoche.

[chấm dứt các thời thuyết pháp và truyền pháp của Đức Đạt Lai Lama]

---o0o---

**Đối Thoại Giữa Đại Sư Thánh Nghiêm (Sheng Yen)
và Đức Đạt Lai Lạt Ma**

Đại Sư Thánh Nghiêm: Lục Tổ Huệ Năng có lẽ là bậc thiên sư lỗi lạc nhất. Chứng ngộ đầu tiên của ngài xảy đến khi nghe đọc một câu kinh Kim Cương "hãy sinh cái tâm không trú ở đâu cả". Kinh Kim Cương chủ yếu dạy chúng ta hãy sinh cái tâm giác ngộ, cái tâm bồ đề, và tuyên thuyết về tánh không.

Kinh Lăng Nghiêm cũng có tác dụng rất lớn đối với Thiền tông. Kinh này nói về Như Lai Tạng, về Chân Như, còn được gọi là Phật tánh. Khuyến chúng ta hãy tin rằng tất cả chúng sinh đều có Phật tánh. Nói cách khác, kinh này nói rằng tất cả chúng sinh đều có khả năng thành Phật.

Lục tổ Huệ Năng dạy rằng để có thể kiến tánh, thành Phật, thì phải vượt thoát mọi ý tưởng đối đãi, đánh giá tốt xấu. Ngay lúc đó, ta sẽ có thể thấy được bản lai diện mục của mình, nói cách khác, thấy được thật sự mình là ai.

Trong mẫu đối thoại giữa Sơ tổ Bồ Đề Đạt Ma và đệ tử là Nhị tổ Huệ Khả cũng có nghĩa tương tự. Một hôm Huệ Khả xin Bồ Đề Đạt Ma an tâm cho mình, Bồ Đề Đạt Ma không chỉ cách an tâm, mà lại nói "tâm động của ông đâu, đưa ra ta an cho."

Thiền tông không có phương pháp tu đặc biệt, chỉ khuyến khích người tu quán xét thấu đáo cái tâm phiền não hư vọng. Pháp tu Phật giáo truyền thống vào thời Ấn Độ xưa đúng là rất khó, người tu phải tu theo phương pháp, ví dụ như quán ngũ triền cái, quán sở tức, thiền tứ niệm xứ v.v... Còn Thiền tông thì lại dạy đừng nên phân tích, đừng vận dụng lý trí để truy tìm. Thiền tông ngược lại dạy cách đột nhiên xua tan tâm hư vọng bằng cách truy tìm tâm hư vọng.

Bao giờ tự thân chứng được sự vắng mặt của tâm, khi ấy tự nhiên sẽ thấy tánh không. Hơn nữa, để có thể chân chính tu theo thiền tông, người tu cần phải phát tâm bồ đề, thọ bồ tát giới. Nếu bản thân đạt giác ngộ thì mọi

hành trạng đều không còn bị sắc tướng hình thái trói buộc.

Trong thiền tông, đại định [samadhi] thật ra là một trạng thái tương ứng với tuệ giác tánh không. Thiền tông không nói đến hành trì chỉ quán theo trình tự tách lìa. Ngược lại, Thiền tông nhấn mạnh vào sự bộc phát của trí tuệ chứng tánh không. Khi người tu đạt đại trí tuệ thì đó cũng là đạt đại định. Nói cách khác, Thiền tông đặc biệt nhấn mạnh vào cả hai thành tựu định và tuệ.

Để bước vào đường tu, người tu cần có lòng tin chân thành nơi lời của đức Phật dạy, rằng chúng sinh đều có Phật Tánh, đều có khả năng thành Phật. Phái Tào Động – là một tông phái Thiền – dạy pháp tu thiền gọi là đơn thuần ngồi, ý thức mình đang ngồi, và ý thức sự vận hành của tâm. Một khi tâm đủ sáng, sẽ tách lìa khỏi mọi chấp bám nơi tứ đại, ngũ uẩn, tâm, thức, cùng mọi tâm vương, tâm sở. Ngay vào lúc đó, người tu sẽ trực diện với câu hỏi, "ta là ai?"

Có một phương pháp dễ hơn, đó là khi đối đãi với ngoại cảnh, sự vật, mà nội tâm ý tưởng thế này hay thế kia, hãy đừng khởi niệm, đừng đánh giá, đừng chấp bám vào đó. Như vậy sẽ luôn thuận với chân tánh bồ đề. Thuận với trí tuệ tánh không thì ngay lúc ấy chính là giác ngộ. Tuy nhiên trạng thái này không phải là trạng thái tâm tối ù lì như khi bị người ta đập lên đầu.

Trong Thiền tông, có khi sư phụ cầm gậy thành linh đánh đệ tử, hoặc thành linh lớn tiếng la mắng đệ tử. Làm như vậy chân đứng tâm hư vọng. Cho nên có nhiều người ngây thơ cho rằng "Ôi, vậy thì đạt giác ngộ quá dễ, chỉ cần kiếm người phang lên đầu là thoát mọi ý

tướng khái niệm". Ngừng hết phiền não và ý tưởng kiểu này, phải chăng là giác ngộ? Tôi không nghĩ như vậy. Bị sốc nặng thì đúng hơn. Tại sao? Vì điều này không thuận với chân tánh, không thuận với tuệ giác chứng tánh không.

Dòng Lâm Tế có pháp tu Hua Tou, hỏi những câu hỏi như là, "Ai phiền não?" "Ai chấp bám?", "Ai có những thói quen xấu này?" "Ai?" "Ai?", cứ liên tục hỏi chính mình như vậy cho đến khi thoát mọi ý niệm phân tán. Khi ấy sư phụ giúp cho một cú có khi lại được việc.

Những năm gần đây tôi có dẫn thân vào công tác xã hội mà tôi đặt tên là Xây Dựng Tịnh Độ Trên Cõi Địa Cầu. Chúng ta có thể làm được việc này nhờ thanh tịnh tâm mình. Tâm tịnh thì việc làm hành động đều tịnh. Việc làm tịnh thì tạo tác dụng thanh tịnh ở xung quanh. Được như vậy, thế gian sẽ trở thành tịnh độ. Đề thanh tịnh thì cần phải có tuệ giác tánh không.

Nếu không làm được như vậy, chí ít phải thấy được phiền não trong mình, không để biến thành hành động, không để tác hại nhiều hơn. Thấy được phiền não thì sẽ có khả năng chế ngự và diệt bỏ phiền não. Thấy phiền não là sống thuận với tâm thanh tịnh. Lúc ban đầu sẽ thấy khó, nhưng đừng tuyệt vọng, đừng hối tiếc. Hễ thấy phiền não phát sinh thì lập tức thả ngay xuống. Có thể dùng pháp *Hua Tou*, hay pháp sổ tức [quán hơi thở] để mang tâm phiền não về lại trạng thái quân bình, không để chao động. Được như vậy thì sống thuận với tịnh tâm.

Một vị thiền sư ngày xưa có nói "một niệm thanh tịnh, niệm đó là Phật. Niệm niệm thanh tịnh, đó là thành Phật." Kinh Pháp Hoa [*Saddharmapundarika*] nói rằng

nếu bước vào chùa mà có thể niệm Nam mô Phật, xưng tán Phật, thì đó là đạt quả vị Phật."

Thường nói đức Phật có ba thân: Pháp thân, Báo thân và Hóa thân. Ta có thể nhìn thân mình mà tin tưởng rằng đây chính là hóa thân của Phật. Vậy sao không thấy mọi người trong thế giới này đều là Phật? Thế giới này chẳng phải là xứ Phật hay sao?

Đức Dalai Lama: Dĩ nhiên là ngay chính Lama Tông Khách Ba cũng chấp nhận khái niệm đốn ngộ, thế nhưng ngài cũng nói rằng cái mà chúng ta thấy có vẻ như là đốn ngộ thật ra là sự hội tụ của rất nhiều nhân duyên. Đến khi gặp chất xúc tác, hoát nhiên giải thoát..

Lama Tông Khách Ba lấy ví dụ từ trong kinh Phật. Chuyện kể câu chuyện của một quốc vương Ấn Độ Trung thổ nhận được phẩm vật quý giá từ một vị quốc vương miền xa. Quà tặng quá quý giá nên quốc vương không biết làm sao hồi đáp, mới đến hỏi Phật. Phật dạy hãy nên gửi tặng một bức tranh vẽ bánh xe luân hồi với mười hai chi duyên khởi kèm theo câu kệ giải thích ở bên dưới. Bức tranh được gửi đi, với lời nhắn gửi là phải long trọng tiếp đón phẩm vật này. Vị quốc vương kia rất tò mò khi nhận tin, tung bưng mở hội đón tiếp phẩm vật. Đến khi mở quà, quốc vương kinh ngạc thấy bức tranh nhỏ. Vua mở tranh ra xem, đọc câu kệ giải thích về bánh xe luân hồi mười hai duyên khởi, hoát nhiên đọa ngộ. Chứng ngộ xảy ra đột ngột chẳng nguyên do, chỉ nhờ xem tranh và đọc lời minh giải.

Theo ngài Tông Khách Ba thì mặc dù sự kiện xảy ra đột ngột, nhưng vẫn do nhiều nhân duyên hội tụ. Thành linh

chứng ngộ chỉ là vì có một điều gì thành linh xảy ra, làm chất xúc tác.

Trong giáo pháp Đại Viên Mãn [Dzogchen], đặc biệt là pháp tu thiền của Đại Viên Mãn, mặc dù không thể nói Đại Viên Mãn cũng dùng gậy như thiền sư Trung Hoa vừa kể cho chúng ta nghe, nhưng cũng có một phương pháp tương tự. Người tu hô lên chủng tự PHAT, khi âm thanh này được hét lớn, ngay lúc ấy chuỗi ý tưởng thành linh đoạn đứt, đưa đến một cảm giác đột xuất, được giải thích là vô cùng mâu nhiệm. Kinh nghiệm này siêu việt khái niệm, một trạng thái vắng bật ý tưởng.

Có một câu kệ được xem là của một vị đại thành tựu giả dòng Sakya, mặc dù có một vài sư phụ dòng Sakya vẫn tranh luận về tác giả của câu kệ này, nói rằng ở giữa những khe hở của dòng ý tưởng, kinh nghiệm chân như vẫn xảy ra đều đặn. Nói như vậy có nghĩa là khi thành linh la lớn chữ PHAT, và tiếp theo là hoát nhiên cảm nhận sự nhiệm mầu trong trạng thái siêu việt khái niệm này, đó là lúc trực chứng chân như. Xảy ra trong chớp nhoáng.

Cho người [thiện] nghiệp đã thành thực chín mùi, sung mãn thiện căn công đức, mọi thiện duyên đều hội tụ đầy đủ, một người như vậy ngay lúc ấy có thể chứng được tánh không. Nói theo ngôn từ của Đại Viên Mãn, một khi hét lớn tiếng PHAT và có được cảm nhận nhiệm mầu nhờ cắt đứt chuỗi khái niệm ý tưởng, lúc ấy nếu hội đủ những yếu tố khác như là có được lực gia trì hộ niệm của bậc đạo sư, thì kinh nghiệm kia có thể chuyển thành kinh nghiệm trí giác. Đại Viên Mãn nói rằng khi tâm hiển lộ ánh sáng chân như, cảm giác nhiệm mầu siêu

việt khái niệm, người tu sẽ thấy toàn bộ cõi thế tan vào trong tánh không.

Đại Sư Thánh Nghiêm: Người tu có thể duy trì trạng thái chân như chứng ngộ tánh không như vậy được bao lâu? Kinh nghiệm này có dần dần nhạt đi không? Người tu khi ấy có còn phiền não? Kinh nghiệm này tạo ảnh hưởng như thế nào đến giấc ngủ của người ấy?

Đức Đạt Lai Lama: Khi Đại Viên Mãn nói đến tâm chân như, thì điều họ muốn nói đến đó là chân tánh của tâm thức, vậy hễ tâm thức còn liên tục thì tâm chân như vẫn sẽ liên tục. Hễ nước còn thì tánh trong của nước cũng còn. Nhiều khi nước bị vẩn đục nên không thể thấy chân tánh của nước là tánh trong. Muốn thấy tánh trong của nước, chỉ cần để lắng xuống. Tương tự như vậy, cho dù là nghĩ thiện hay nghĩ ác, cả hai đều là trạng thái của tâm và đều nằm trong bản tánh chân như. Xét trên phương diện tu chứng chân như thì nghĩ thiện hay nghĩ ác gì cũng đều là chướng ngại. Trọng tâm của pháp tu này là để cho tâm lắng xuống bằng cách ngưng khởi niệm, dù là niệm ác hay niệm lành, làm như vậy để chứng tâm chân như.

Ở đây có rất nhiều điểm tương đồng với pháp tu đốn ngộ của Thiền tông. Khi chứng được tâm chân như thì đương nhiên điều này sẽ tác động mạnh mẽ đến nét linh hoạt của giấc mơ. Tuy vậy, pháp đốn ngộ của Đại Viên Mãn đòi hỏi người tu phải trải qua quá trình tu sơ khởi. Thuật ngữ Đại Viên Mãn gọi là "tìm khuôn mặt thật của tâm bằng cách quán sát chỗ xuất phát, chỗ trụ và chỗ về của tâm. Ở đây pháp quán này gần giống với Đại Thủ Ấn

trong các pháp quán "mâu thuẫn [dilemma]" và "luận lý bốn góc" của Trung Quán [the four-cornered logic].

Xin hỏi Lục Tổ Huệ Năng sống vào thế kỷ thứ mấy?

Đại sư Thánh Nghiêm: Thế kỷ thứ tám.

Đức Dalai Lama: Lý do tôi hỏi như vậy, là vì có một chút liên quan đến sự phát triển của Phật giáo Tây Tạng. Chúng ta biết rằng Lama Tông Khách Ba là một trong những vị chỉ trích kịch liệt pháp đốn ngộ thiền tông Tây Tạng. Tuy vậy, vào thế kỷ thứ tám dưới thời vua Trisong Deutsen, ở tu viện Samye, nếu nhìn vào bản đồ sẽ thấy có nhiều biệt viện dành cho nhiều tông phái khác nhau. Có một dãy dành cho người tu Kim cang thừa, một dãy dành cho các bậc dịch giả và cũng có một dãy gọi là "Thiền Xứ", là nơi dành cho thiền tông. Đây là biệt viện dành cho các đại sư Trung Hoa. Chúng ta đang nói về thế kỷ thứ tám, thời điểm tu viện *Samye* được xây cất. Và đây cũng là thời gian mà hai vị đại sư Ấn Độ là ngài Thiện Hải Tịch Hộ và ngài Liên Hoa Giới đang hoằng pháp tại Tây Tạng.

Tôi nghĩ nếu ngài Thiện Hải Tịch Hộ dành hẳn một biệt viện dành cho các đại sư Trung Hoa Thiền tông, như vậy cũng có nghĩa là ngài Thiện Hải Tịch Hộ rất hoan nghênh và mặc nhiên thừa nhận giá trị quan trọng của Thiền tông Trung Hoa trong sự phát triển của Phật giáo. Tuy vậy, đến thời ngài Liên Hoa Giới, đệ tử của ngài Thiện Hải Tịch Hộ, thì dường như có một số đệ tử Thiền tông lại tu khác hơn một chút, nhắm đến sự tuyệt diệt tâm niệm, không phải chỉ trong một pháp tu đặc biệt mà là nói chung, diệt niệm trở thành gần như một cơ sở triết lý tuyệt đối, đoạn diệt mọi tư duy suy nghĩ. Đây là

khuyh hướng tu mà ngài Liên Hoa Giới phản bác. Thiên tông ở Tây Tạng có vẻ như chia thành hai kiến giải khác nhau.

Đại sư Thánh Nghiêm khi này có nhắc đến một loại kinh nghiệm về tánh không, người tu an trụ trong chứng ngộ này một cách không gián đoạn. Kinh nghiệm chứng ngộ như vậy chỉ có thể xảy ra ở giai đoạn tu tập cao hơn nhiều lắm. Muốn được như vậy, người tu phải có khả năng điều khiển cả hai loại kinh nghiệm nhập định và chứng không [định và tuệ]. Trước khi đạt giác ngộ viên mãn, định và tuệ luôn xen kẽ với nhau. Chỉ khi nào đạt vô thượng bồ đề mới có khả năng đồng loạt hiện hành định tuệ. Nói như vậy, khả năng từ trong định mà trực chứng tánh không, niệm trước niệm sau liên tục không gián đoạn, việc như vậy chỉ có thể xảy ra khi đã thành tựu quả vị Phật.

Đại Sư Thánh Nghiêm: Trạng thái giác ngộ viên mãn không phải là trạng thái chấm dứt phiền não, mà là trạng thái không bao giờ còn hoài nghi về Phật Pháp. Người đạt giác ngộ viên mãn có thể vẫn còn phiền não, nhưng không để phiền não tác động thành lời nói hành động. Không thoát được mọi phiền não, nhưng thấy rõ đường tu mình phải theo.

Thiên tông không nói đến quá trình tu định theo phương pháp tuần tự. Bản thân tôi tuy có học và có chút kinh nghiệm, thế nhưng kinh nghiệm kiến tánh vẫn quan trọng hơn. Đây là một tên khác của giác ngộ. Như nếm vị của nước, đó là điều mình phải tự nếm tự biết. Kinh nghiệm về tánh không cũng vậy. Phải tự thân chứng lấy, nếu không chẳng bao giờ có thể biết được. Cho dù có

nghe nói thì cũng chỉ vậy thôi. Giác ngộ viên mãn thì khác với kiến tánh, là vì kiến tánh rồi vẫn có thể rơi về lại với tâm thế tục, và vẫn không biết được phiền não vọng tâm phát sinh ra sao, hiện ra như thế nào. Còn giác ngộ viên mãn rồi thì lúc nào cũng ý thức được hoạt động của phiền não. Tâm của người giác ngộ vô cùng sáng.

Đức Đạt Lai Lama: Điều tôi thấy có vẻ như chính xác, đó là như trong kinh Phật có nói, người tu khi trực chứng tánh không thì kinh nghiệm trực chứng này khác với kinh nghiệm có nhờ hiểu biết kiến thức. Tánh không vượt ra khỏi lãnh vực của chữ nghĩa, ngôn từ, ý tưởng, không thể diễn tả, không thể nghĩ bàn. Kinh nghiệm trực chứng của hành giả thì không thể nào dùng lời để mà diễn tả được.

Tôi muốn nhắc lại về công tác xã hội mà đại sư Thánh Nghiêm lúc này có nhắc đến: xây dựng xã hội và môi trường sống thanh tịnh, khởi từ sự thanh tịnh hóa tâm thức của từng cá nhân. Tôi thấy đây là một khích lệ đối với tôi, vì bản thân tôi cũng luôn nghĩ như vậy. Giải thoát khổ đau sinh tử luân hồi vẫn thấy giống như là chuyện của từng cá nhân. Trên lãnh vực cộng đồng xã hội, điều quan trọng hơn có lẽ là phải cố gắng xây dựng một niết bàn, một xã hội với ít hận thù, giận dữ, ganh ghen. Đây mới chính là điểm gặp gỡ của nhiều tự tướng. Nếu trong tương lai có thể có những trao đổi luận thảo như thế này, nhất là về tánh không, ở ngay trên Núi Ngũ Hành Sơn ở Trung Hoa, thì thật quá tuyệt diệu.

[Bài giảng chấm dứt ở đây]

Mọi sai sót là của người dịch. Mọi công đức xin hồi hướng pháp giới chúng sinh

---o0o---

Hết

ⁱ đọc thêm *Tinh Túy Bát Nhã Tâm Kinh* của đức Đạt lai Lama thuyết giảng, chương 11, Thành Tựu Đạo Quả.

ⁱⁱ tiếng Anh: three conditions. Chữ conditions này còn có thể gọi là "duyên". Bản tiếng Anh không thấy nhắc đến điều kiện thứ ba.