



**Tìm Thấy Nhàn Nhã Và Thông Dong
Trong An Vui**

Longchenpa

**TÌM THẤY NHÀN NHÃ VÀ THONG DONG
TRONG AN VUI**

– LONGCHENPA –

Keith Dowman kết tập và bình giảng –

Nhà xuất bản Vajra, 2010

Ban dịch thuật Thiện Tri Thức, 2017

MỤC LỤC

PHẦN I: DẪN NHẬP (LUẬN GIẢI).....	6
Mục 1: Maya và những Phương diện của nó	10
Mục 2: Cái Thật và cái Đúng	22
Mục 3: Maya Yoga như là Atiyoga	27
Mục 4: Tám Tương Tự.....	42
PHẦN II: CHÁNH VĂN TÌM THẤY NHÀN NHÃ VÀ THONG DONG TRONG AN VUI.....	58
Chương I: Giác Mộng - Tương Tự Thứ Nhất.....	59
Chương II: Mạn Huyền Thuật – Tương Tự Thứ Hai.....	73
Chương III: Ảo Ảnh Thị Giác - Tương Tự Thứ Ba	87
Chương IV: Ảo Ảnh - Tương Tự Thứ Tư.....	93
Chương V: Phản Chiếu Của Mặt Trăng Trong Nước - Tương Tự Thứ Năm	97
Chương VI: Tiếng Vang - Tương Tự Thứ Sáu.....	105
Chương VII: Thành càn thát bà - Tương Tự Thứ Bảy	112
Chương VIII: Xuất Hiện - Tương Tự Thứ Tám	119
Chương IX: Những Đoạn Kết Luận	136
PHỤ LỤC.....	140
Phụ Lục I: Những Tương Tự Của Thực Tại Cho Thế Kỷ 21	

.....	141
Phụ Lục II: Văn Hóa Hàng Động	164

Đánh lễ Guru Rinpoche và Vajra Dakini!

Kính tặng Tiến Sĩ Herbert Guenter

Chúng ta nghĩ đến chìa khóa, mỗi người trong ngục tù của mình
Khi nghĩ đến chìa khóa, mỗi người xác lập một ngục tù.

T.S Eliot, *Đất hoang*

Chúng ta sẽ không ngừng dò tìm, khám phá
Và chỗ chấm dứt của mọi dò tìm khám phá
Sẽ được đạt đến nơi chỗ chúng ta bắt đầu
Và hãy biết chỗ cho lần đầu tiên.

T.S Eliot, *Làm Choáng váng Một ít*

PHẦN I: DẪN NHẬP (LUẬN GIẢI)

Trong *Tìm thấy Nhàn nhã* và *Thong dong trong An vui*, Longchenpa làm dịu sự nghi ngờ rằng những con đường trực tiếp và thứ lớp là loại trừ lẫn nhau, và người từ những thế giới khác nhau có thể an vui cùng. Đúng ra, sự khác biệt có vẻ là giữa những loại nhân cách khác nhau nhận biết cùng một thực tại những từ những viễn cảnh khác nhau, diễn tả cùng một kinh nghiệm bằng những từ khác nhau một cách căn bản dẫn đến những đáp ứng và những lối tiếp cận khác nhau. Sự phân biệt này hoàn toàn là bề ngoài giống như sự khác biệt giữa hai mặt của một đồng tiền. Theo quan điểm của Longchenpa trong bản luận này, những con đường trực tiếp và thứ lớp là hai mặt của một đồng tiền; chúng có thể như mặt đất xa với bầu trời nhưng chúng bổ túc cho nhau.

Nếu mahayoga với những thực hành thiền định nghi lễ chi tiết của quán tưởng và trì tụng được sử dụng như phương pháp hoàn thành từng phần mục đích của con đường thứ lớp và atiyoga được xem là nguồn của những lời dạy của chúng

ngộ trực tiếp, bảy giờ mahayoga và atiyoga bổ túc lẫn nhau và trên con đường thứ bậc có thể được cử hành hoặc từng bộ hay song song nhau. Trong *Bộ Ba Tìm thấy Nhàn nhã và Thông dong*, hai bộ đầu tập chú vào mahayoga và những yếu tố trên con đường tiệm tiến trong khi *Tìm thấy Nhàn nhã và Thông dong trong An vui* cung cấp những chìa khóa cho chứng ngộ tức thời và cái thấy căn bản. Trong dẫn nhập này tôi cố gắng làm rõ phương diện atiyoga. Chấp nhận sự thống nhất của thứ lớp và tức thời cho phép sự khiêm hạ để chấp nhận yếu kém khuyết điểm và công việc tịnh hóa. Nó cũng cho phép sự tin cậy đặt nền tảng trong kinh nghiệm hiện sinh không thể chối cãi của lời dạy chính xác rõ ràng đầu tiên của Garab Dorje để cho sự duy trì hành động thực tiễn bí mật của maha-ati.

Vậy thì bản luận ngắn này của Longchenpa là một cẩm nang của tánh giác nguyên sơ trong truyền thống Dzogchen vĩ đại của Phật giáo Tây Tạng. Nó cung cấp những lời dạy có thể tức khắc soi sáng thực tại Phật, vốn là kinh nghiệm hàng ngày bình thường của chúng ta. Nó khẳng định rằng chúng ta đang ở dưới bùa chú của ảo giác huyền thuật và bằng nhận biết sự kiện, một cách tức khắc, chúng ta được giải thoát khỏi cái chuồng củi khái niệm vào trong một thực tại an vui vốn là lạc thú thanh tịnh. Đây là một cẩm nang diễn tả đời sống con người sống hạnh phúc, nơi vô minh của sanh tử mê lầm được xác nhận do cái thấy của Đại Toàn Thiện về huyền hóa. Chúng

ta bắt đầu trong nhiệt độ của bám luyến tham muốn vào cái tôi ích kỷ của mình, và đơn giản qua sự nhận biết tình trạng mê lầm của chúng ta, nó được đông lạnh trong không gian không sanh không diệt của thực tại, chúng ta tìm thấy nghỉ ngơi và giải thoát trong trò phô diễn huyền thuật của cuộc sống hàng ngày của chúng ta.

Đầu đề để làm việc của cuốn sách này là *Đông lạnh trong An vui*, một phiên dịch của đầu đề Tây Tạng diễn đạt bản chất của tham thiền mát lạnh đằng sau mọi kinh nghiệm từ khoảnh khắc này sang khoảnh khắc khác trong suốt hai mươi bốn giờ của chúng ta. Chính sự tham thiền như vậy cung cấp cảm thức về bí mật bao la, nâng cao và khoái hoạt, giải phóng chúng ta khỏi sự nặng nề và cứng đặc, rối rắm và nhỏ nhen, của hiện hữu sanh tử. Đầu đề ấy cũng mang ý nghĩa của một giải quyết những lưỡng nan nhị nguyên trong một nghỉ ngơi thư giãn, sự tươi mới lại vô tư, tắm trong nắng của tánh giác nội tại vốn sẵn. Qua những lời dạy trong luận này, trong sự tôn trọng những học giả đã làm việc trên bản văn trước tôi, chúng ta tự làm quen với trạng thái hiện thể tự nhiên, như huyền, trạng thái kì diệu này, sống một ảo ảnh vô ngã của lạc thú giác quan và hân thưởng thâm mỹ.

Thế nên, cuốn sách này nói về thực tại bất nhị của Dzogchen như là ảo giác huyền thuật, như maya, và tôi sẽ dùng từ

Sanskrit này trong dẫn nhập để gọi rasur như huyền và bí mật, ánh sáng và tình thương của Dzogchen, bản thân thực tại bất nhị. Trong *Tìm thấy Nhân nhĩ và Thong dong trong An vui*, đạo sư Tây Tạng Longchenpa – một đức Phật thứ hai – trong tám chương thi ca cao cấp Tây Tạng soi sáng và gọi ra thực tại ấy khi khuyến khích chúng ta nhận biết tính nội tại của nó qua những lời dạy Dzogchen của atiyoga. Những lời dạy để nhận biết maya của đời sống hàng ngày, maya của tâm bình thường, đã được đan dệt như một bùa chú huyền thuật vào sự soi sáng tám tương tự nổi tiếng về maya được đại học giả Ấn Độ Nagarjuna – đức Phật thứ hai khác – tập hợp và sắp xếp. Tất cả kinh nghiệm đời sống của chúng ta thì giống như giấc mộng đêm qua; như một màn huyền thuật của một huyền sư không hề thất bại; như ảo giác của mắt; như một ảo ảnh trong sa mạc; như phản chiếu của mặt trăng trong nước; như một tiếng vang dội giữa những hẻm núi; như một xứ sở trong mây mà chúng ta gọi là thành phố của những càn thất bà; và như một hóa hiện, như một bóng ma. Như vậy cuốn sách này là một cầm nang của atiyoga mở cánh cửa vào thực tại bất nhị của Dzogchen, thực tại của maya – như huyền, hạnh phúc.

Mục 1: Maya và những Phương diện của nó

Bây giờ, trước hết chúng ta hãy nhìn kỹ vào ý niệm Maya của Longchenpa. Trong những câu đầu tiên của tác phẩm, trong chương về giác mộng, maya gồm hai phương diện. Thứ nhất là maya vô nhiễm căn bản, nó là trạng thái hiện thể tự nhiên, bản nguyên của chúng ta. Nó là Maya bất nhị của tánh giác tự soi chiếu của chúng ta, tạo thành hiện thể Phật ba chiều kích bảm sinh của chúng ta không tách lìa với tánh giác nguyên sơ vốn sẵn của nó. Thực tại nhất thể này tự hiện diện một cách hoàn hảo và tự nhiên trong mỗi khoảnh khắc của cái ở đây và bây giờ như một phần toàn thể của vũ trụ, như một hologram (toàn ảnh). Đây là maya của Đại Toàn Thiện và trong tánh giác bất nhị của nó, nó vượt khỏi trí năng.

Phương diện thứ hai là maya huyễn hoặc mê lầm do trí năng tạo ra. Được biết như là maya của quan niệm sai lầm. Maya này sanh khởi trong không gian của maya vô nhiễm như là một mất mát tổn thất của tánh giác tự nhiên vốn sẵn của trạng thái bản nguyên của hiện thể chúng ta, và chúng ta gọi nó là vô minh. Maya này mở bày như bánh xe của đời sống

sanh tử. Nó hiện thân như một trong sáu cách sống, sáu cõi, hay sáu loại tâm thức. Ở đây những định luật của nghiệp hoạt động, và tùy theo hành động của chúng ta trong môi trường cá nhân mà chúng ta chịu sướng khổ trong đời sống hàng ngày. Vì tánh giác nguyên sơ của maya vô nhiễm không ngừng bị tha hóa bởi bám chấp vào vòng xoáy hằng ngày, thế nên sự vận hành của tâm mà chúng ta gọi là trí năng tăng thêm trong việc dựng lập và phân biệt một thực tại vốn là không gian bao la không tạo dựng. Thực tại bất nhị của trạng thái bản nguyên vô nhiễm biểu lộ như là thế giới không gian thời gian nhị nguyên mà chúng ta biết trong kinh nghiệm hàng ngày và các nhà vật lý và tâm lý khảo sát nó trong các phòng thí nghiệm của họ.

Cái maya này của kinh nghiệm bình thường của chúng ta nằm nơi cấu trúc mà trí năng sắp đặt. Đây là một hệ thống phức tạp và khác biệt những quan niệm và niềm tin, nó không chỉ qui định phẩm tính và bản chất kinh nghiệm của chúng ta mà còn cả thế giới có vẻ bên ngoài và khách quan. Hệ thống niềm tin này và maya của kinh nghiệm biểu lộ nó, tuy nhiên, không bao giờ do cõi giới bao la của tịnh quang bị mãi sanh ra mà chỉ tự hiện trong đó. ‘Maya của quan niệm sai lầm’ và ‘maya vô nhiễm căn bản’ của trạng thái tự nhiên của chúng ta là một. Những lời dạy Dzogchen trong cầm nang này cung cấp phương tiện để nhận biết và chứng ngộ chân lý vĩ đại này. Tám tương tự của Longchenpa cung cấp cánh cửa mở trở vào trạng

thái tự nhiên vốn có này của hiện thể chúng ta. Nhận biết maya vô nhiễm căn bản là con đường không con đường trực tiếp và căn bản của Dzogchen trong khi maya của quan niệm sai lầm bao gồm trong con đường được tạo dựng một cách thứ lớp.

Thấy rằng kinh nghiệm đời sống của chúng ta đã được cung cấp một nhận biết trực giác trực tiếp về bản tánh của thực tại như là maya, và rằng những hệ thống quan niệm và niềm tin của chúng ta, dù là sản phẩm của trí năng, hiểu được rằng mục tiêu của cuộc đời chúng ta là nhận biết được sự nhất thể của maya vô nhiễm căn bản và maya của những quan niệm sai lầm, Longchenpa đề nghị và tập chú vào bốn trường hợp đặc biệt của maya. Cái thứ nhất là thực tế đời sống của chúng ta, điểm bắt đầu và mục đích của sự chuyển hóa được chứng ngộ bằng nhận biết bản tánh chân thật của chúng ta. Bản tánh của thực tế này được minh họa bằng sự tương tự một màn huyền thuật. Cũng như một ảo thuật gia thiết kế sự huyền hóa của một sự có từ ánh sáng và âm thanh trong đó nền phong của huyền hóa vẫn không biến đổi, như thế maya cảnh tượng mê lầm sanh khởi từ nền tảng tịnh quang của bản tánh của tâm. Tịnh quang này lại được minh họa bởi ẩn dụ tấm gương phản chiếu không dứt nhưng vẫn không ô nhiễm bởi những hình ảnh xuất hiện trên mặt gương.

Trường hợp thứ hai của maya là thế giới nhị nguyên mê

lầm mà chúng ta tin tưởng là thật. Chúng ta tự giả định mình là một thân tâm khách quan, một cái tôi, hiện hữu trong một thế giới vật chất tách biệt nhau, ở ngoài kia, độc lập với tâm tri giác nó. Điều đó bao gồm maya nhiễm ô của sanh tử.

Trường hợp thứ ba là maya là một phương pháp khử nhiễm, một kỹ thuật tham thiền để nhận biết bản tánh của tâm, một cảm nang để xoay trở lại những thao tác sinh sôi của trí năng trên chính nó. Maya này gồm thực hành pháp, tôn giáo hay tâm lý như là con đường.

Phương diện chức năng thứ tư của Longchenpa là maya của tánh giác nguyên sơ vốn thanh tịnh. Cái này không khác biệt với maya vô nhiễm căn bản. Nó sanh khởi với sự biến mất hoàn toàn của cái tôi và nó lật đổ mọi cảm thức phân biệt giữa tri giác bên trong chủ quan và tri giác bên ngoài khách quan. Ở đây tịnh quang mẹ (của trạng thái tự nhiên của hiện thể) và tịnh quang con (của chứng ngộ cá nhân) hòa lẫn và điểm bắt đầu được chứng ngộ là đích đến.

Maya là kinh nghiệm đời sống của chúng ta thì như một giấc mộng, một màn huyền thuật, một tiếng vang, một ảo ảnh hay một xuất hiện và bằng những tượng tự này chúng ta sẽ biết nó. Sự nhận biết bốn trường hợp maya này, mặt khác, là bốn phạm trù chức năng hay chính yếu của maya trên con

đường Kim cương thừa, nhận dạng và soi sáng hình thức trong đó maya sinh khởi – và đưa nó trở lại nhà. Longchenpa nhấn mạnh vào những khác biệt này trong *Màn Huyền Thuật: Tương tự thứ hai*, có lẽ là chương quan trọng nhất trong bản luận.

Trường hợp maya thứ nhất là thực tế của nó được hiểu qua trực giác ban đầu về bản tánh của tâm. Trong những khoảnh khắc sáng ngời này của quán chiếu khi chúng ta đứng với chư Phật; khi không gian trống không bao la của nền tảng hiện thể (hiện thể: cái đang là) được đồng hóa với tánh giác nguyên sơ nội tại trong mỗi tri giác giác quan, bên trong và bên ngoài; khi thực tại bất nhị của hiện thể có thể được suy ra và hình dung như một màn huyền thuật và phương diện hiểu biết được diễn tả như sự trống rỗng, bất động, trong sáng như một mặt gương: trong những khoảnh khắc ấy chúng ta chứng ngộ nền tảng của chuyển hóa từ đó sanh tử và niết bàn khởi lên. Đây là điểm bắt đầu của chúng ta. Còn bao phủ trong những mê lầm của vô minh, chúng ta biết đầy đủ sự toàn thiện nguyên sơ của trạng thái tự nhiên của hiện thể chúng ta. Ở đây chúng ta được thuyết phục hoàn toàn về tính toàn thiện của hiện hữu hiện thân của chúng ta. Đây là những khoảnh khắc khai tâm sanh khởi một cách ngẫu nhiên bất ngờ, trong dòng tâm của một cá nhân. Chúng được biểu tượng trong những nghi thức Dzogchen, được gọi là ‘giới thiệu vào bản tánh của tâm’ hay ‘giáo huấn chỉ thẳng’ hay ‘quán đánh thứ tư’.

Dù những khoảnh khắc của tánh giác không có thời gian như vậy mang tính chuyển hóa khi chúng ta kinh nghiệm chúng, những khuynh hướng thói quen dai dẳng thâm căn cố đế do kinh nghiệm nhị nguyên trải qua lịch sử loài người và qua những liên tục tái sinh không ngừng của chính chúng ta – qua nghiệp ‘gen’ và ‘cá nhân’ – chúng ta rơi trở lại vào thế giới nhị nguyên sanh tử. Sanh tử được tạo bằng một hỗn hợp những quan niệm và niềm tin sai lầm mà Longchenpa gọi là ‘maya bị nhiễm ô’. Như những phóng chiếu trên không gian trống không của hiện thể, chúng ta tin rằng có những ‘vật’ khách quan nơi thế giới ngoài kia với hiện hữu thật, cứng chắc, có những thuộc tính cố định không thể chối cãi. Chúng ta tin rằng mặt trời là một ngôi sao trong dải Ngân hà và trái đất quay quanh nó với mặt trăng là vệ tinh. Chúng ta tin rằng chúng sanh sống trên hành tinh trái đất này, chuyển động, ăn uống và hít thở, sanh con đẻ cái và thông tin với nhau, ý thức môi trường xung quanh và đời sống nội tâm của họ. Chúng ta tin một cái toàn thể tiềm ẩn quy định những vũ trụ bên ngoài và bên trong trong một cấu trúc đúng đắn và có thật. Chúng ta có thể quan niệm hoặc tin hay không rằng yếu tố toàn thể ấy là Thượng đế hay Chúa trời, nhưng chắc chắn chúng ta giả định một trật tự cố định trong vũ trụ. Và chắc chắn chúng ta tin một hỗn hợp gồm có tên, hình dáng, năng lượng, ý thức và những khuynh hướng là một cái tôi, một tự ngã, một chúng sanh hiện hữu khách quan được sanh ra từ bụng một bà mẹ và phát triển

lớn lên, tới già, rồi bệnh và cuối cùng là chết.

Chúng ta ‘tin’ tính chân thật của các kinh nghiệm giác quan của chúng ta. Dù chúng ta biết từ đầu rằng mỗi tri giác giác quan là được thiết kế bởi cấu trúc (hình dạng và sắc tướng) và chức năng (‘thấy’, ‘nghe’) của giác quan như sự kích thích tác động lên nó, và thứ hai, bởi những chức năng phóng chiếu và diễn dịch của trí năng, tin những tri giác ấy là thật và hiện hữu ở ngoài một cách khách quan. Những thói quen kinh niên của phóng chiếu và diễn dịch có thể gọi là ‘thuộc gen’ tạo thành cấu trúc thân tâm. Trên cơ cấu nền tảng chia sẻ chung cho mọi con người này, kinh nghiệm nghiệp cá nhân quy định những chi tiết đặc trưng riêng của tri giác giác quan, sự ưu tiên cho những bản sắc và chi tiết, được chấp nhận hay chối bỏ, mọi suy nghĩ hay cảm xúc... phù hợp với sáu loại chúng sanh. Mọi hoạt động phóng chiếu, diễn dịch và chọn lựa là công việc của trí năng và những cấu trúc, quan niệm và tư tưởng kèm theo đều là niềm tin tiền ý thức, và chúng ta bám luyến vào chúng.

Kinh nghiệm bình thường của chúng ta, giữa những khoảnh khắc nhận biết bản tánh của tâm, là thực tế của maya bị nhiễm ô bởi niềm tin trí thức. Phương diện chức năng thứ ba của maya là sự như huyền của việc khử nhiễm, ảo tưởng của một tu hành có chủ ý, một con đường thứ lớp, một đê ép

trí thức được một cách sống hỗ trợ nhờ bật gốc những khuynh hướng ăn sâu không ngừng tạo dựng ảo tưởng trực tiếp của kinh nghiệm chúng ta. Trên một cấp độ bên ngoài, chuẩn bị, chúng ta có thể bắt đầu bằng cách lay chuyển sự cố chấp của trí năng khi phá những xác quyết theo lý luận, những thói quen và những giả định của nó. Điều đó bao hàm một từ chối – hay ít nhất một sự ‘bỏ trong dấu ngoặc của hiện tượng luận’- sản phẩm không che dấu của các giác quan. Người duy vật ngây thơ ngu xuẩn đắm vào cái bàn và nói ‘cái này không thật sao?’ là một bác bỏ không thể tránh của người hoàn toàn tin vào giác quan. Thật vậy trong mỗi biến cố hiểu biết, những niềm tin cá nhân của chúng ta về thực tại của thế giới bên ngoài bị xói mòn bởi lý luận của kinh nghiệm thay đổi của giác quan dưới những điều kiện thay đổi. Tính chủ quan của những niềm tin sâu xa, tiền ý thức, chia sẻ chung của chúng ta về thế giới bên ngoài và thực tại được cho là bất biến của nó thì dễ dàng bị bác bỏ bởi những chứng cứ bởi kính hiển vi quét âm điện tử và bởi lý thuyết lượng tử và vật lý hạt trong trường nghiên cứu khách quan. Chúng ta có thể bắt đầu tiến trình của một tái xác nhận về một thực tại không – thời gian quy ước bằng cách hiểu thông điệp của một số hình thức nghệ thuật hiện đại – hội họa và kiến trúc chẳng hạn – và một số tranh vẽ chuyển động. Rồi xoay vào trong với thiền định phân tích, chúng ta có thể tìm kiếm một tinh túy có chất thể và thường hằng nhưng chỉ tìm thấy sự trống không.

Trên một cấp độ sâu hơn, vi tế hơn và hiệu quả hơn của sự khử nhiễm, chúng ta có thể dùng những yoga Dzogchen độc nhất của sự giải cấu trúc thực nghiệm. Mỗi tri giác giác quan bất kỳ là một ‘hình sắc – ánh sáng’ bị nhiễm ô bởi những xu hướng bẩm sinh của tâm thức để tự cụ thể hóa như là một thực tại bên ngoài – một ‘cái khác’- và phản ứng với nó theo bám luyến tích cực hay tiêu cực. Bằng cách tập chú vào nó như là một phương diện của ánh sáng thanh tịnh, ‘đối vật’ được giải cấu trúc cho đến khi chỉ ánh sáng của cái biết còn lại, không để lại cho chúng ta cái gì để nắm giữ, để bám luyến vào, không có cái gì để củng cố trở lại thành kiến về một đối vật bên ngoài được biết bởi một người tri giác bên trong. Xoay vào trong, cùng yoga ấy được áp dụng cho những tư tưởng và cảm xúc – đặc biệt là những tư tưởng – chúng cũng rõ ràng được kinh nghiệm như là ánh sáng. Trong cách ấy mọi niềm tin biểu lộ như hình tướng- tư tưởng được trả về thành không ảnh hưởng và bạc nhược, được giải thoát một cách tự động ngay khoảnh khắc sanh khởi. Cái thấy của Dzogchen cung cấp một biện chứng thông hiểu nó tự nhiên giảm lược tư tưởng nhị nguyên và những hình thức của nó – những phân cực, thể của tánh giác bản nguyên (*rigpa*). Nếu kinh nghiệm của chúng ta về bản tánh của tâm là một chỉ bày của trạng thái hiện thể tự nhiên, bản nguyên của chúng ta, bấy giờ hiệu ứng quả tuyệt lẫn được kích hoạt và một tiến trình không trừ tính giải cấu trúc tiếp tục tràn ngập cái luận lý nặng nề có vẻ không

thể thay thế của khuynh hướng nghiệp. Rõ ràng rằng cái thấy Dzogchen, trùng hợp một cách cộng sinh với thiền định Dzogchen, hay hơn nữa, với không thiền định của Dzogchen. Sự không thiền định này là dụng cụ tối hậu của khử nhiễm. Nó được chỉ bày trong cái thấy Dzogchen như là không hành động đối nghịch với bất kỳ hành động tâm thức giả tạo nào trong khi ngồi thiền. Nó cũng được khoác tên là ‘không hoạt động cố ý’. Không hành động cho phép thư giãn trong sự thanh tịnh bản nguyên của nền tảng của hiện thể nơi tánh giác nguyên sơ soi sáng maya như huyễn mà bây giờ trở thành maya vô nhiễm. Không có giáo huấn thiền định kỹ thuật nào tạo dựng trạng thái thư giãn. Không hành động không thể được chế tạo. Không có người kiểm soát nào có thể tự đặt mình vào sự tan biến và tự hoại diệt. Sự từ bỏ kết thúc trong tan biến chỉ đạt đến qua những lời dạy của cái thấy Dzogchen mà thật sự là không lời dạy.

Phương diện thứ ba này của maya, cái như huyễn kỹ thuật, có thể được hình dung như ảo tưởng huyễn thuật của các thiền giả Dzogchen cố gắng giải quyết những tưởng tượng và nghịch lý mà trí năng tạo ra. Mọi kỹ thuật của sadhama có một điểm bắt đầu, một con đường và một mục đích; một khởi hành, một ở giữa và một kết thúc; chuẩn bị, áp dụng, ‘thấy’ và làm quen. Trong ngữ cảnh của Cắt Đứt (trekcho) này, ‘chuẩn bị’ ám chỉ kinh nghiệm tạm thời được lập lại về bản

tánh của tâm; ‘áp dụng’ là sự hòa nhập từ từ kinh nghiệm thế gian vào bản tánh của tâm; ‘thấy’ là quán chiếu vào tính như nhau của mọi tình huống, nó cung cấp một sự tương tục không dứt những khoảnh khắc của hiện diện thanh tịnh; và cuối cùng ‘làm quen’ là hiện diện thường trực của hiện diện thanh tịnh nơi đó nghiệp cạn kiệt.

Có lẽ thích hợp ở đây để nhận xét hệ hình của Sadma-na Phật giáo Tây Tạng được hiểu bởi phong trào ‘phiêu diêu’ (psychedelic) của những năm sáu mươi như thế nào. Những chất làm biến đổi tâm thay thế cho ‘chỉ ngồi’ và những tiến trình của thiền định sáng tạo và thành tựu như là vận động trong đó bản tánh của tâm được nhận biết. Rõ ràng rằng sự nhận biết này chỉ là tạm thời, chỉ được cho phép bởi sự kéo dài hiệu quả của chất hóa học, kinh nghiệm như vậy có thể hành động như một viên đá dò đường trên đó thực tại có thể được nhận ra trong một sadhana đang tiếp tục trong đó sự tin vào ‘sự thật’ của mọi kinh nghiệm được nhận biết, cho phép sự tin chắc vào một giải thoát tự động sanh khởi. Phiêu diêu bằng thuốc vẫn là một phương pháp không chắc chắn để đạt đến một kinh nghiệm mạnh mẽ về nhận biết nền tảng của hiện thể. Nhưng giống như những trạng thái bệnh tâm thần hay kinh nghiệm cận tử, chúng có vẻ có thể dẫn khởi một ném trải trước về bản tánh của tâm. Đặc biệt dưới chủ đề của thuật phù thủy, chúng không nên bị bác bỏ hay xem thường, đặc biệt

trong những văn hóa, như người Da Đỏ và Nam Mỹ, trong đó truyền thống huyền học dùng chất thuốc để ‘phiêu diêu’ đã có từ nhiều thế hệ.

Phương diện chức năng thứ tư của maya là cái còn lại sau khi mọi niềm tin vào thực tại có chất thể đã được xóa bỏ. Khi không thiên định của chúng ta, quán chiếu của chúng ta vào bản tánh của tâm làm phát lộ chân lý tinh túy kì diệu là thế giới bên ngoài và kinh nghiệm của chúng ta về nó, và thế giới bên trong của tư tưởng và cảm xúc, đều do trí năng thiết lập, rằng nó không có hiện hữu chất thể nào, ngay lúc đó cái hiểu về maya mọc lên. Cả hai, bên trong và bên ngoài đều là như huyễn. Tất cả chúng là trò phô diễn huyễn thuật. Nó là maya nhất thể.

Mục 2: Cái Thật và cái Đúng

Chính một khuynh hướng nghiệp căn bản của con người khiến chúng ta thường quan niệm trường kinh nghiệm của chúng ta là thật và đúng. Chúng ta tin vào thực tại của thế giới khách quan bên ngoài và thế giới chủ quan bên trong của chúng ta. Chắc hẳn một trong những mục tiêu của Longchenpa trong *Tìm thấy Nhà nã và Thong dong trong An vui* là thuyết phục chúng ta về sự sai lầm, không đúng, không thật của niềm tin ấy. Trong luận này, khi áp dụng những lời dạy Dzogchen của Longchenpa chúng ta bắt buộc phải khước từ tính hiện thực của kinh nghiệm nhị nguyên của chúng ta. Chúng ta không thể phá xuyên vào không gian trống không nội tại của dòng tâm trừ phi chúng ta ngưng tin vào thực tại quy ước là thật và đúng. Sự thật đạo đức, sự thật khoa học, những giả định về nội dung của kinh nghiệm giác quan, tất cả phải được xếp dưới đề mục ‘dối trá’, ‘hư giả’, ‘không thật’. Toàn bộ hệ thống niềm tin dù nghề nghiệp, xã hội, tình dục, gia đình và cá nhân, phải được xói mòn, giải thể và thành vô hiệu. Mỗi hệ thống niềm tin là giả thiết, một cấu trúc nhân tạo, có thể thay thế bằng một bộ niềm tin khác. Tất cả đều là ảo

tưởng. Nó là tưởng tượng, giả mạo, lừa gạt. Nó là một nói dối. Trong cách ấy, bằng cách từ bỏ sự kiện cho là ‘đúng’, chúng ta bắt đầu tự làm nhẹ bớt sự cứng đặc và nặng nề, không nói một cách cuồng tín, của những niềm tin của chúng ta về bản tánh của hiện thực.

Trong văn hóa tôn giáo, ‘chân lý’ có một nghĩa sâu hơn. Không dựa vào sự vững chắc hay chứng cứ, không còn là một chức năng của niềm tin trí thức, nó có thể được định nghĩa như một trực giác về thực tại lạc phúc, bất biến, thường trực hay trí huệ. ‘Chân lý’ này là Thượng Đế, một nghĩa quen thuộc với những người đã nghe bài ca những người đưa đám tang Ấn Độ trên đường đi ra nghĩa trang-‘*Ram Ram satya bai!*’ (Thượng Đế là chân lý), họ liên tục kêu lên. Cũng như thế những người Hồi giáo kêu lên ‘*Allah Akbar!*’ xác chứng rằng Thượng Đế là ‘chân lý’. Chân lý là Thượng Đế này là bản chất của niềm tin và đáp ứng sự khao khát an toàn của chúng ta, cái gì cứng chắc để bám vào và giữ gìn và cột mình vào đó. Chân lý này có thể được phóng chiếu ra ngoài thành một thực thể bên ngoài hay vào trong thành một linh hồn, một dạng Thượng Đế ở bên trong. Những nhà tiên tri – Do Thái giáo, Hồi giáo, Thiên Chúa giáo hay Ấn giáo – đã diễn giải rằng chân lý là luật của Thượng Đế và đã tạo ra một tín điều và giới luật đạo đức và một hạng tu sĩ. Khi chúng ta quy phục chân lý ấy và hệ thống niềm tin giới hạn của nó, chúng ta chấp nhận những cấu trúc

áp đặt lên không gian trống không vốn sẵn của tâm và vô hình trở thành những người biện hộ cho những giới hạn của nó. Cái chính của những cơ cấu tưởng tượng này là niềm tin vào một tự ngã, một cái tôi, một nhân cách, và con người ấy phát sanh toàn bộ cơ cấu nhị nguyên chủ thể và đối tượng, trong và ngoài, tôi và nó, của tôi và của họ, tốt và xấu, đúng và sai... Và như vậy, cái bất nhị được chia thành hai, xung đột nhau, và chúng ta bị nhốt vào trong cái bẫy Thượng Đế. Văn hóa tôn giáo là maya bị nhiễm ô.

Nhiều lời dạy của *Tìm thấy Nhàn nhã và Thong dong trong An vui* khuyến khích chúng ta thấy maya như là ảo tưởng mê lầm nổi trội. Chúng ta cần nhớ ở đây rằng trong mô tả kinh nghiệm như là mê lầm của ngài, Longchenpa không tìm cách đưa ra một thể giới quan khách quan, một triết lý diễn tả con người trong môi trường của nó. Đúng ra, ngài cho chúng ta những dụng cụ nhờ đó chúng ta có thể trở lại trạng thái tự nhiên của hiện thể, nó là nhà của chúng ta. Để làm điều đó, chúng ta cần nghiêm ngặt bên bị trong áp dụng những lời dạy ấy. Mọi sự đang hiện hữu, mọi kinh nghiệm bình thường cho đến thần bí, đều không đúng thật: chúng không chắc chắn, không đích thực; chúng sai lầm, nói dối; chúng tưởng tượng, đánh lừa, không thật. Như vậy trong lời nói bình thường khi chúng ta nói ‘Cái đó là đúng’! để trả lời cho một nhận xét một sự kiện, chúng ta cần ý thức rằng thật ra chúng ta đang

xác nhận chân lý của ảo giác mê lầm. ‘Sự kiện’, chừng nào nó chỉ là chân lý một phần, luôn luôn là một nói dối cho dù trong thực tại qui ước. Mỗi phương diện và bản sắc trong kinh nghiệm của chúng ta thật sự là một không chân lý lừa dối, một phần của sự Nói dối Vĩ đại, đó là kinh nghiệm rất đa chiều của chúng ta.

Thực tại vượt khỏi nhị nguyên chân lý và sai giả. Chúng ta có thể sử dụng những cấu trúc ngôn ngữ của ‘không chân lý’ và ‘không thực tại’ trong thiên định của chúng ta để làm hỏng những xúc tu của niềm tin bám khắp hiện thể chúng ta, nhưng khi chúng ta bắt đầu nhận biết bản tánh của thực tại ấy không gì khác hơn là tịnh quang của kinh nghiệm, cho dù công thức định nghĩa thực tại ấy là vượt khỏi chân giả, thực và tưởng tượng, chính thức và không chính thức, chắc chắn và không chắc, và cuối cùng, thực tại và bản thân ảo giác như huyễn, thì đều là thừa. Đây là biện chứng Dzogchen sâu xa.

Điểm cốt yếu trong cái thấy Dzogchen này là maya ấy là một kinh nghiệm bất nhị. Maya là điểm bắt đầu, nó là tình huống hoàn cảnh của riêng chúng ta, sanh tử cá nhân của chúng ta, được nhận biết là nền tảng của hiện thể từ đó nó sanh khởi. Thế nên, nó cũng là con đường và mục đích. Maya là cái chứa đựng độc nhất và những nội dung, rượu thánh và thuốc chữa bá bệnh. Đồ chứa đựng không thể được quan niệm

bởi những nội dung được chứa đựng – chỉ trực giác hoặc ‘cảm thấy’. Maya độc nhất là tỉnh giác về chính nó, tỉnh giác vốn sẵn hay tự nhiên, và tánh giác này là hiện diện thanh tịnh vốn sẵn. Theo sự khuyến khích của Longchenpa trong những lời dạy về thiền định hãy nhìn mọi kinh nghiệm là như huyễn, chúng ta được để lơ lửng trong không gian căn bản không có thời gian của maya. nỗ lực hướng đến mục đích giải thể thể giới nhị nguyên được giả thiết lập, qua hiện thực hóa những lời dạy này, một cách không cố gắng, không chủ ý, chúng ta đến mục đích vốn đã hiện diện từ ban đầu. Điểm bắt đầu được nhận biết là mục đích. Hàm ý là bởi vì nhận biết là điều kiện tiên quyết nên không có gì có thể được làm để thành tựu cái maya bất nhị này. Nhìn mọi hoàn cảnh là một màn huyễn thuật là đơn giản buông xả, thư giản trong nó và thưởng thức nó. Như thế – không hành động. Sự khó khăn – sự không thể – của việc ngôn ngữ hóa maya bất nhị một cách trực tiếp được khắc phục bằng sự sử dụng tám cái tương tự.

Mục 3: Maya Yoga như là Atiyoga

Thứ nhất, để nhận biết thực tại của sự giải thoát khỏi thế giới nhị nguyên có một cần thiết ban đầu là thấu biết rằng chúng ta đang bị mắc vào đó. Nhưng bản thân sự nhận biết nhị nguyên này là một cánh cửa từ thế giới tương đối vào tính bất nhị – từ maya bị nhiễm ô vào maya vô nhiễm. Sự nhận biết này là một cái hiểu nơi chúng ta đang ở và nơi chúng ta muốn ở là một. Trong cái hiểu ấy, cái tương đối tan biến và cái bất nhị được chứng ngộ; cái tương đối đã ra đi – nó chưa từng hiện hữu – và chỉ cái maya bất nhị còn lại. Maya bất nhị ấy chúng ta có thể gọi là nhất thể của tương đối và tuyệt đối hay trạng thái trạng thái tự nhiên của hiện thể. Sự nhận biết những giới hạn của hai đối cực chủ thể/khách thể đặt tâm thức chúng ta vào vận động trường của atiyoga nơi chỉ có sự phân biệt trong suốt, tinh tế và mỏng nhất giữa biết và không biết. Thật ra, cả hai biết và không biết là hiện diện thanh tịnh (tánh giác): biết là bản thân hiện diện thanh tịnh, sự diễn đạt năng nổ của nó. Sự chứng ngộ này vốn có trong sự nhận biết tình cảnh nhị nguyên của chúng ta. Nói cách khác là sanh tử chỉ là niết bàn khi chúng ta nhận biết sanh tử là một trạng thái của khổ đau. Niết bàn nằm trong cái thấy trong sáng – trong sự sáng tỏ –

chứ không trong hình thức riêng biệt được thấy khi khổ đau và lo âu nhuộm toàn bộ quang phổ của cái có thể.

Những hình thức đặc biệt xuất hiện thuộc về lối sống được quy định theo nghiệp của chúng ta. Nếu chúng ta cam kết với lý tưởng Bồ tát, lối sống ấy sẽ được phân loại như con đường thứ lớp. Hình thức thực sự của lối sống thì không vật chất chừng nào nó được nhận biết là thừa nhờ đó Đại Toàn Thiện được chứng ngộ từ khoảnh khắc này qua khoảnh khắc khác. Điều đó có nghĩa là không có kỷ luật đặc biệt nào hay hạnh nào tốt hơn cái khác, hay lối sống nào thuận lợi cho việc chứng ngộ bản tánh của tâm hơn cái khác. Chừng nào mọi hạnh vẫn được xác định là nghiệp cho đến khi mọi nghiệp cạn kiệt, bất cứ cái gì sanh khởi đều là nghiệp tương ứng. Như vậy con đường thứ lớp có thể là tôn giáo hay thế tục, lối sống của tu sĩ, thiền giả hay ở đời.

Trong quan điểm của Dzogchen, sự khác biệt giữa những con đường thứ lớp và trực tiếp là cùng một khác biệt giữa chân lý tương đối và tuyệt đối. Con đường thứ lớp cho phép trau dồi, tinh luyện và nâng cấp hình tướng và thể cách, được xem là ‘cải thiện’ và ‘tiến bộ’, nhưng dù cách nào – với hay không với ‘thực hành’ - nó là sự sáng tạo, hay tỏa sáng của hiện hữu thanh tịnh. Cái thấy căn bản của Dzogchen là sự bất nhị của không gian trống không và tánh giác vốn sẵn như là

hiện diện tự nhiên và trong khoảnh khắc không có thời gian của tại đây và bây giờ, cặp đôi ấy không bao giờ có thể tách lìa. Hình tướng là tánh Không và tánh Không là hình tướng.

Bất nhị là bản tánh của thực tại và chân lý tương đối là sự mê lầm không biết phát sanh từ đó. Như truyền thống chủ trương, sự phân biệt giữa tương đối và tuyệt đối là một hành vi ảo tưởng của trí năng và trong thật tế hai chân lý không thể tách lìa.

Nếu chúng ta cho con đường thứ lớp khác với cái có thể gọi là con đường bất nhị thì chúng ta đã đưa vào một nhị nguyên không thể chấp nhận vào cái thấy Dzogchen. Khi hấp thụ phần thứ nhất trong ba phần của bộ ba của Longchenpa, *Tìm thấy Nhìn nhĩ và Thông dong trong Bản tánh của Tâm*, bàn về điểm bắt đầu trong đó những phương diện của tâm giác ngộ được dần dần nhận biết, sự nguy hiểm nằm trong việc quên đi cái thấy Dzogchen và kinh nghiệm ban đầu của chính chúng ta. Cũng thế, nếu chúng ta không quen với cái thấy Dzogchen, nếu chúng ta không thường trực tỉnh giác về kinh nghiệm bản tánh của tâm, trong lúc ẩn cư thiền định, như được diễn tả trong phần thứ hai của bộ ba, chúng ta sẽ không biết ‘không thiền định’. Tuy nhiên, trong phần thứ ba của bộ ba này nói về an vui, Longchenpa bắt đầu mỗi chương của sự tương tự với nhớ lại sự nhận biết atiyoga về tình cảnh hiện tại

của chúng ta trong sanh tử lừa dối nhờ đó mở ra thực tại của cái bất nhị. Ở đây trong maya yoga với chúng ngộ rằng bất nhị là trạng thái tự nhiên của hiện thể, hình tướng và tánh Không được thấy là không thể phân chia.

Từ maha-ati nói lên sự nhận biết tự nhiên bản tánh của tâm trong mỗi khoảnh khắc của kinh nghiệm. Atiyoga là phương sách cuối cùng trong thế giới tương đối trước khi tin chắc vào thực tại của trạng thái tự nhiên làm cho thực tế bất nhị vốn sẵn xảy ra. Chính ở đây mà cái thấy căn bản và không thiên định của Dzogchen đi vào. Đây là nơi những yoga của Cắt Đứt (*trekcho*) và Vượt Thẳng Qua (*togel*), được xem như một lối sống, khiến tin cậy vào maha-ati thành tối ưu. Những thực hành *ruzhen* trong và ngoài, sự phát âm chữ PHAT, chẳng hạn, cung cấp một cách thức mạnh mẽ phá hủy sự can thiệp trí năng vào tri giác trực tiếp. Khi mất cái thấy Dzogchen, những *semdzin* tạo ra một hỗ trợ quan trọng. Chúng có thể cung cấp những viên đá thử vàng tinh tế thuộc tri giác mở ra lại những cửa sổ và rồi những cánh cửa lớn vào cái thấy Dzogchen. Không xác tín nguyên lý rằng maha-ati không thể được hoàn thành qua bất kỳ nhân và duyên nào, ở đây chúng ta có thể thực hành maya yoga, hiện thực hóa giáo huấn sâu xa của Longchenpa trong *Tìm thấy Nhàn nhã và Thong dong trong An vui*.

Giáo huấn cho thực hành chính được đưa ra ở đầu phần thiền định trong mỗi tám chương về tương tự chủ yếu là như nhau. Nó lập lại câu cốt yếu ‘Hãy xem mọi kinh nghiệm là maya’. Giáo huấn áp dụng chủ yếu cho những thời ngồi thiền, nhưng nếu chùng nào nó cũng có thể áp dụng trong thiền định trong từng khoảnh khắc của hai mươi bốn giờ một ngày chứ nó không thể được giải thích như một chỉ thị cho phân tích lan man theo những từ hữu thể học và hiện tượng luận mỗi một tri giác giác quan khi nó sanh khởi. Đúng ra, mỗi tri giác khách quan hay chủ quan, ngoài hay trong – theo câu Longchenpa thường lập lại – là ‘vắng mặt nhưng hiển lộ’, giáo huấn cung cấp một khoảnh khắc nghỉ, một không gian của samadhi không quy chiếu, trong đó sự đối nghịch của mọi tình huống, mọi sự kiện tri giác và tâm thức, là không có gì nhưng là cái gì, tất yếu và tức khắc gọi ra bản tánh của tâm, mở vào không gian bao la thoát khỏi tư tưởng trong đó mọi kinh nghiệm được tìm thấy.

Trong cách này giáo huấn ‘Hãy nhìn mọi hiện tượng là như huyễn’ có thể được xem là một hòn đá thử vàng và sự thực hành có thể được xếp vào một semdzin của phạm trừ thứ ba, phạm trừ giải thoát. Áp dụng lời dạy, ‘Hãy nhìn mọi kinh nghiệm là một màn huyễn thuật’, chẳng hạn, tức gọi ra bản tánh của tâm và mở ra không gian không có tư tưởng trong đó mọi kinh nghiệm là ‘vắng mặt nhưng hiển lộ’. So sánh, nó

tương tự với *vicara* trong Vedanta Bất nhị của Ramana Maharishi, trong đó câu giống công án ‘Tôi là ai?’ dùng để nhỏ gốc trí năng. Lúng túng bởi lưỡng nan không thể giải quyết một cái tôi vắng mặt mà hiển lộ, tâm thức giờ đây phải nghỉ ngơi trong bản tánh bản nguyên của chính nó. Trong Thiền, thực hành công án phục vụ chức năng này.

Trong thực hành chính của maya yoga, ngồi trong thiền định im lặng, một xu hướng kéo dài lớn lên để thông báo trở đi trở lại lời dạy ‘mọi kinh nghiệm là một màn huyền thuật’. Sự bất hòa về tâm lý chỉ được giải quyết bởi sự đầu hàng quy thuận bản tánh của tâm. Nếu lúc bắt đầu sự bất hòa của tình trạng lưỡng nan này chỉ cảm thấy yếu ớt, hay nó giảm dần theo thời gian, bấy giờ một số phóng tâm lan man có thể được dùng, như ‘Đây đều là giấc mộng; nó trôi nổi trong không gian không đáy; không có gì là cứng đặc ở trong hay ngoài; nó là một lừa đảo ảo thuật của trí năng; tất cả đều là ảo giác’, và vân vân, và nhờ đó một phương diện khái niệm của cái thấy Dzogchen được tái lập và cảm thức một thực tại bất nhị trùm khắp bắt đầu. Hoạt động lan man này được cắt giảm khi trực giác về chân lý tự hiện diện. Kinh nghiệm về trực giác này ban đầu có thể chỉ khoảnh khắc và chúng ta tiếp tục trở lại hoạt động lan man của tâm thức. Nhưng bởi vì nó là trạng thái tự nhiên vốn sẵn của hiện diện mà chúng ta đang trực giác, khi chúng ta có được sự quen thuộc nhiều với nó, nó trở nên dần dần dễ hơn.

Tám tương tự của Longchenpa – mộng, huyền thuật, tiếng vang, xuất hiện...-dùng như minh họa của thực tại ‘luôn luôn sẵn có’ của kinh nghiệm hiểu biết tức thời rằng mọi biến cố là maya, bao giờ cũng là ‘vắng mặt nhưng hiển lộ’.

Phong trào Cải Cách châu Âu nuôi dưỡng khuynh hướng huyền học thời cổ là từ chối ý thức tôn giáo cấu trúc phức tạp, sự cầu xin của linh mục, nghi lễ kéo dài thuộc về mặt thể và giáo điều kinh Viện và tế lễ khó hiểu. Phong trào phiêu diêu của thập kỷ 60 đưa tính bất nhị ra khỏi phòng kín cho đến hôm nay trong ‘thời đại mới’ (‘new age’), có một xu hướng về một sự không hình tướng của viễn tượng tôn giáo gợi nhớ cái thấy Dzogchen. Chẳng hạn, chúng ta thỏa mãn trong những lời dạy ‘tự tan biến’ của cái thấy ấy, những lời dạy cắt đứt dòng tư tưởng giáo điều lan man và với nó, thói quen của suy nghĩ dựa vào căn cứ văn ám ảnh/ thúc đẩy của những nhà nhân bản. Cũng như đạo đức nhân bản đã tạo lập và xác định những mệnh lệnh hiểu biết và luân lý của văn hóa Tây phương đương thời được chiết suất từ văn hóa Thiên Chúa giáo truyền thống, Dzogchen thay thế cho Tantra thứ lớp, nghi lễ của Tây Tạng. Nhưng giống như hầu hết truyền thống tôn giáo, Phật giáo Mật thừa Tây Tạng là phần của văn hóa đã sanh ra nó. Thế nên, chẳng hạn chính với truyền thống Longchen Nyingtik của trường phái Nyingma gắn sâu vào truyền thống Phật giáo tu viện, không tách lìa với những hình thức và

lối sống văn hóa và lễ nghi của Tây Tạng thần quyền; nhưng những lời dạy bất nhị căn bản vẫn ở trong trái tim của nó, đòi hỏi sự giải cấu trúc và tự siêu vượt. Như thế chúng ta tiến đến một chứng ngộ mà bối cảnh tôn giáo không liên quan đến sự truy tìm thiết yếu của Dzogchen. Thế thì tại sao chúng ta trong truyền thống Tây phương cần thay thế những hình thức tôn giáo cây nhà lá vườn của chúng ta với những hệ hình Trung Á? Chắc chắn Phật giáo Tây Tạng đang ở trong một trạng thái quá độ và lớn lên nhanh chóng ở Tây phương và sự thu hóa Phật giáo bí truyền với những nội dung siêu hình học, tâm lý học và luân lý đa dạng của nó sẽ tiếp tục để phục vụ và làm giàu có văn hóa Tây phương và làm lợi ích cho người dân ở đó. Nhưng cái thấy Dzogchen không giả định trước căn cứ văn hóa – tôn giáo nào. Những nguyên lý Atiyoga có thể được áp dụng trong bất kỳ môi trường xã hội nào và chính đặc tính ấy khiến nó – và maya yoga của nó – có thể du nhập một cách xuất sắc vào những xã hội Tây phương.

Tuy nhiên, đây không phải là cái thật của mahayoga. Mahayoga có đặc trưng như là tiến trình sáng tạo của thiền định nơi đó quán tưởng có tính nghi thức về những hình tượng tượng trưng của các bản tôn Phật và sự trì tụng những thần chú của các vị được tin là để tịnh hóa nghiệp của thiền giả, và cũng, ở phần kết thúc nghi thức, để cho tịnh quang của Đại Toàn Thiện sanh khởi. Thực hành nền tảng mà Longchenpa

giới thiệu ở đầu phần thứ nhất về thiền định, trong *Giác Mộng: Trương tự thứ Nhất*, là một thực tập mahayoga gồm chủ yếu là quán tưởng ‘sáng tạo’ (giai đoạn phát triển) và cũng một giai đoạn ‘thành tựu’ của thực hành tantra. Cái đối trị cho lưỡng nan được đặt ra bởi sự xâm nhập của yếu tố thiền định có hình tướng này vào ‘quang cảnh’ atiyoga là cái thấy Dzogchen trong đó cái tương đối và tuyệt đối là không thể phân chia và nơi không gian/thời gian được thay thế bởi bất nhị. Ở đây chúng ta được đòi hỏi chấp nhận nghi thức nhỏ của guru-yoga mà qua cấu trúc và nội dung tượng trưng của nó phản ánh thực tế tại đây và bây giờ của Đại Toàn Thiện. Cái thấy bất nhị không thể diễn tả của Dzogchen thì không bị thay thế bởi tâm lý học của con đường thứ lớp trong đó hệ thống niềm tin bị quy định đầy mạnh một loạt những mục đích phải hoàn thành qua thời gian với sự hướng đích ám ảnh chúng ta. Chúng ta không nên rơi vào lỗi lầm của việc quan niệm rằng bộ tâm trong *Tìm thấy Nhà nhà và Thông dong trong An vui* dựa trên nền tảng đã được trau dồi bởi hai bộ trước. Chúng ta không nên lầm khi tin rằng sự hiện thực hóa những lời dạy chính yếu của maya yoga đặt trên nền tảng của thiền định giác mộng. Tuy nhiên chúng ta có thể thấu hiểu rằng những hình thức sáng tạo và thành tựu của mahayoga cung cấp những khoảnh khắc mở bày, qua cái hiểu trực giác tức thời bản tánh của chúng mà vốn luôn luôn soi sáng trạng thái bị mây che của tri giác nhị nguyên của chúng ta. Chúng ta rơi vào cái giếng sâu của ám

ảnh mục đích nếu chúng ta tin rằng thiền định được thiết kế qua thời gian sẽ tịnh hóa maya quy ước; nếu ngược lại huyền thuật của những biểu tượng khái niệm và được quán tưởng tương tác nhau trong mahayoga cho chúng ta nhận biết và rồi làm quen với bản tánh của tâm, thì guru-yoga này mở ra con đường vào tạng của khoảnh khắc không thời gian của hiện diện thanh tịnh.

Nếu sự giải thích hay biện minh này còn gọi ra tâm lý học của con đường thứ lớp, có thể ích lợi khi nhớ đến ẩn dụ truyền thống về vị vua ở trung tâm của triều đình của ông. Như một ông vua gọi các quan bộ trưởng làm công việc theo tài năng của họ cho những mục tiêu của mình, thiền giả Dzogchen ở trung tâm của mạn đà la có một dãy bao la những phương tiện thiện xảo và thực hành trong những vòng tròn quy tâm, trong việc làm hoàn hảo khoảnh khắc không thời gian của hiện diện thanh tịnh. Sự sử dụng các quan bộ trưởng của nhà vua trong mạn đà la được thí dụ là việc thực hành những phương pháp để giải thể xúc cảm (vào cuối câu kệ của *Thành Càn thát bà: Tương tự thứ Bảy*). Giáo huấn này có thể hiểu là thực hành semdzin trong đó chúng ta chỉ để tan biến tức thời vào sự thoáng qua của nó như bản tánh của tâm. Trong trường hợp ấy chúng ta vẫn ở trong quảng trường của atiyoga. Nếu những cảm xúc khó trị và cái nhìn của chúng ta yếu, chúng ta có thể sử dụng những lời dạy tantra chuyển hóa năm cảm xúc

thành năm phương diện của tánh giác nguyên sơ được tượng trưng bằng năm vị Phật. Hay có lẽ chúng ta đi vào Bồ tát nguyên và sáu ba la mật là những đối trị đặc biệt cho những trạng thái cảm xúc, như kham nhẫn ba la mật là một đối trị cho tức giận (ở cuối của *Tiếng vang: Tương tự thứ Sáu*). Trong những trường hợp sau, dù chúng ta bao gồm trong atiyoga bất kỳ phương tiện thiện xảo nào của tám lối tiếp cận thấp để xử lý những khuynh hướng nghiệp khó trị, Dzogchen vẫn được duy trì trong tỉnh giác về bản tánh bất nhị trùm khắp của tâm, cái này giải quyết cho nhị nguyên tương đối và tuyệt đối của trí năng.

Trở lại với thiền định nghi thức guru-yoga, nó gồm quán tưởng Guru và rời thư giãn trong tịnh quang khi tiêu tan quán tưởng. Tám dòng guru-yoga như là thực hành nền tảng, trung tâm này có vẻ là một phần nhỏ để bàn luận dài hơn, nhưng nó có tầm quan trọng cốt yếu. Thiền định maya-yoga – đặc biệt khi trạng thái thức và yoga giấc mộng – chỉ được thành tựu chừng nào guru-yoga hoàn thành trong đó. Mọi lời dạy của atiyoga chỉ là những cấu trúc danh xưng trừ phi thực tại mà guru tượng trưng trong quán tưởng của chúng ta, và cái mà guru-yoga gây ra, là thực tại của pháp chúng ta. Trong *Xuất hiện: Tương tự thứ Tám*, nơi đó Longchenpa nhắc lại biện chứng hiểu biết của Dzogchen của mọi tương tự trước đó, trong phần đoạn giải cấu trúc cuối cùng, thậm chí những

lời dạy nêu lên sự như huyền của maya theo cách kỹ thuật bị bác bỏ giá trị chừng nào chúng là những cấu trúc trí năng, ngài cung cấp lời dạy tối hậu của Dzogchen: chỉ sự ban phước của guru mới có thể làm dễ dàng sự nhận biết khiến có một phá thấu vào bản tánh của tâm.

Guru-yoga khai triển cảm thức về Guru của chúng ta từ một trung gian đáng kính, một vị thầy hiện thân hiện hữu ‘bên ngoài’ cao cả hơn chúng ta rất nhiều, đến một tiếng nói hay một hòn đá hóa vàng bên trong mà chúng ta liên hệ như một người canh, và sau cùng đến một thực tại bất nhị là bản tánh của tâm. Thực tại này được tượng trưng bởi Guru Rinpoche, Pema Jungney, Guru Vĩ đại mà những lưu xuất của ngài tạo thành mọi kinh nghiệm của chúng ta. Thân ngài là hình tướng của vũ trụ vào bất cứ khoảnh khắc nào; tiếng nói ngài là mọi âm thanh và mọi rung động; tâm ngài là tâm duy nhất của tánh giác bản nguyên. Thế nên, sự ban phước của guru là một khoảnh khắc ngẫu nhiên không có thời gian hoàn toàn không có nhân cách và liên hệ. Ngẫu nhiên, thường trực có mặt, sự ban phước này thoát khỏi mọi nhân duyên điều kiện tuyến tính, thế nên mọi chiến lược hay chương trình tạo lập đều vô ích.

Longchenpa diễn tả sự hiện diện thanh tịnh không thể diễn tả, tánh giác (*rigpa*), nó là bản tánh của sự ban phước

của guru, qua tương tự của xuất hiện, trong thi ca không thể bắt chước, cao siêu của ngài. Nếu sự ban phước của guru là một sự khai mở con mắt bên trong của trí huệ, bấy giờ mọi màu sắc và hình tướng, mọi âm thanh và rung động, mọi hình thành của năng lượng, đều cung cấp sự tỏa sáng của bản tánh của tâm. Một hồi cảnh báo (trong câu kệ chót của *Xuất hiện: Tương tự thứ Tám*): phản kháng những học giả, những tu sĩ bị nhốt trong luận lý của những hệ thống niềm tin khái niệm của họ và những tư tưởng của họ được cho là có thẩm quyền chính thống, do đó ngăn che ánh sáng tự nhiên soi suốt, Longchenpa định nghĩa vô minh làm ngăn chặn sự ban phước của guru. Sự ban phước được tràn ngập với sự khiêm hạ.

Trong những dòng của lời kết, Longchenpa tự nhận là Rạng rỡ Không vết (Drimay Wozen), ‘thiền giả phục vụ sát nơi chân của Đại Guru Pema Jungney’. Ở đây, chắc rằng ‘Đại Guru Pema’ là một tên thơ ca để chỉ maya vô nhiễm của bản tánh của tâm, tên gọi ra hình ảnh nổi tiếng của Guru Rinpoche ngã mình nằm trên hoa sen nguyên thủy, tượng trưng bản tánh năng động của tâm sanh ra một cách tự phát từ bùn của hồ sanh tử bất tận, được kinh nghiệm trong hình thức không đặc biệt của ba thân Phật. Ở đây, vào lúc chấm dứt bản luận, Longchenpa tiết lộ rằng ngài không hề bỏ lia sùng mộ guru. Không có gì ngoài sùng mộ đối với Guru ấy cho phép đi vào những chi tiết rắc rối của công trình sáng tạo bản văn. Không có gì

ngoài thư giãn trong bản tánh của tâm và hợp nhất với nó cung cấp hiểu biết trong đó những lời dạy Dzogchen có thể được dệt nên. Sự ‘dệt những lời dạy Dzogchen trong hiện diện thanh tịnh’ này là một ẩn dụ tinh tế trong ngữ cảnh của Dzogchen căn bản, ở kết thúc của một công trình về maya nơi không gian trống không (*dharmadhatu*, pháp giới) là một đồng nghĩa với maya.

Trong khoảnh khắc không thời gian của sự ban phước của guru, bốn samaya của atiyoga Dzogchen – vắng mặt, mở trống, tính tự phát và nhất thể – được nhận biết là kết buộc với chúng ta một cách bền nguyên, tự nhiên, dù chúng ta có biết hay không. Suốt cả sự nhắc nhở lại của ngài những lời dạy của cả cái thấy và thiền định, Longchenpa nói rành mạch những lời then chốt gọi ra và xác nhận những samaya này. Đặc biệt, maya là ‘vắng mặt’, sự vắng mặt của nó được chỉ ra mỗi khi dùng câu ‘vắng mặt nhưng hiển lộ’, thường trực chỉ thẳng cái bất nhị không đối đãi. Với sự thấu hiểu nghĩa của câu nói cốt yếu này trong maya yoga, khuynh hướng hư vô chủ nghĩa xấu nhất và định của không vô ký tốt nhất – cả hai cái mà sự tham thiền về vắng mặt, có thể vô tình khuyến khích – đều bị nhổ gốc. Maya là vắng mặt chừng nào nó không có một chất thể gì như một cái tôi, một linh hồn hay một Ngã. Nó là không hiện hữu và như vậy không đúng và không thật. Nhưng nó vẫn được cảm giác, hiển hiện, thấy được. Sức mạnh của tham thiền

về vắng mặt là làm không cái khuynh hướng bám rễ sâu quan niệm có chất thể trong tri giác chúng ta về thế giới bên ngoài và ‘cảm thấy’ một cá nhân tách biệt, một cảm thức về tự ngã, trong đời sống bên trong và con người của chúng ta. Mất tiêu bản ngã thì phụ thuộc vào nhận biết sự vắng mặt này.

Samaya thứ hai của Dzogchen, mở trống, gọi ra do đồng nghĩa của nó, đặc biệt là ‘tánh Không’ (*sunyata*) mà Longchenpa thường dùng, nhưng không thường dùng trong một ngữ cảnh Dzogchen. Tánh Không có thể ngụ ý một vắng mặt của bất kỳ thuộc tính khái niệm nào, nhưng trong hàm ý hình tượng – ánh sáng mở ngộ của nó, từ ‘mở trống’ đã được một số dịch giả dùng như một tương đương với *sunyata* (nổi bật nhất là Dr Guenther). Hơn nữa, bất cứ nơi nào, bản tánh của tâm trong không gian trống không bao la của nó được Longchenpa gọi ra giống như bầu trời, thường hằng, mở trống như tánh Không.

Cặp samaya đầu tiên – vắng mặt và mở trống – áp dụng cho thời kỳ Cắt Đứt và cặp thứ hai – tự phát và nhất thể – cho Vượt Thẳng, thời kỳ của quả. Trong một bản văn nói đến áp dụng thực hành những lời dạy của Cắt Đứt, cặp thứ hai ít thường xuất hiện. Tự phát và nhất thể ám chỉ nơi mà những cấu trúc trí thức không còn áp dụng, nơi sự điều kiện hóa của nghiệp đã mất sức mạnh của nó.

Mục 4: Tám Tương Tự

Bản văn chia thành tám chương, mỗi chương xử lý một trong tám tương tự, kết luận toàn bộ với những câu kệ hồi hướng. Mỗi chương chia thành những phân đoạn của Cái Thấy và Thiền Định. Những phần trong những phân đoạn của Cái Thấy và Thiền Định được ấn định trong bản dịch bởi những hàng để trống.

Phần về cái thấy trong mỗi tám chương của sự tương tự bắt đầu với một nhắc nhở về thực tại bất nhị của tịnh quang của bản tánh của tâm (trạng thái tự nhiên của hiện thể, của cái đang là) trong đó hoàn cảnh mê lầm của kinh nghiệm sanh tử bình thường sanh khởi. Cái trước được gọi là ảo giác như huyền thuật vô nhiễm và cái sau là ảo giác như huyền thuật của những khái niệm sai lầm. Sự phân biệt được khảo sát ở đầu chương *Giác Mộng*, nơi Longchenpa đưa nó vào như điểm bắt đầu của luận – chúng ta bắt đầu bằng nhận biết ngục tù của những cấu trúc nhị nguyên của chúng ta. Cũng ở đây, trong sự diễn tả của ngài về cái nhìn mê lầm của chúng ta, ngài phân biệt giữa sự mất tỉnh giác sanh ra một cách ngẫu nhiên, đồng thời với mỗi tri giác giác quan và sự mất tỉnh giác

đi cùng với hoạt động trí năng khái niệm và ý tưởng hóa tìm cách chọn lựa, tinh lọc và phóng chiếu những khái niệm mà bây giờ chúng ta xem là huyền hóa quy ước. Mỗi chương so sánh kinh nghiệm như huyền của những khái niệm sai lầm của chúng ta với một trong tám tương tự – mộng, huyền thuật, ảo ảnh, tiếng vang...

Sự khác biệt giữa maya vô nhiễm vốn là trạng thái tự nhiên của hiện thể chúng ta và maya bị ô nhiễm bởi hoạt động trí năng được nhấn mạnh để sự nhận biết cái sau là không gì khác với cái trước có thể giải quyết cái có vẻ là nhị nguyên giữa trạng thái tự nhiên của hiện thể chúng ta và trạng thái vô minh hiện giờ của chúng ta. Sự khác biệt ấy được giới thiệu ở đây như căn cứ của cái hiểu về nhu cầu ‘làm lạnh đàng sau an vui’. Đây là phương tiện thiện xảo của atiyoga và cho phép biện chứng Dzogchen hoàn thành pháp thuật của nó, bắt đầu với khẳng định rằng bởi vì vô minh sanh khởi trong và như là bản tánh nguyên sơ của tâm, nó không bao giờ trở thành cái gì khác hơn là bản tánh của tâm. Áo tưởng rằng nó trở nên một thực tại tách biệt được chỉ ra bằng sự mê lầm mong manh của tám tương tự. Phần còn lại của những đoạn về cái thấy trong *Giác Mộng* cung cấp một cái hiểu mê lầm sanh khởi từ trạng thái tự nhiên vô nhiễm của hiện thể như thế nào giống như kinh nghiệm về sự tương tự tương ứng, tất cả nằm trong những lời dạy dùng mệnh lệnh cách của động từ – ‘hãy nhận biết’,

‘hãy chứng ngộ’, ‘hãy thấy’, v.v... Những dòng cuối của mỗi phân đoạn về cái thấy trở lại một khẳng định về bất nhị.

Phân đoạn về thiền định trong mỗi chương đề cập trước tiên đến yoga của trạng thái thức và rồi yoga giấc mộng. Giáo huấn về những thực hành nền tảng và guru yoga được quy định trong tất cả tám phương diện của phương diện lúc thức của maya yoga được ban cho ở bắt đầu của phân đoạn thiền định trong *Giấc Mộng*. Sau những sơ bộ này, trong mỗi thiền định của tám cái chúng ta được dạy cần phải khao khát tâm thức maya bằng cách gọi ra bản tánh thực tế của tương tự tương ứng. Sự khao khát này nằm trong hình thức cầu nguyện ra lời, ‘Nguyện con nhận biết mọi kinh nghiệm của con là giấc mộng’. Nó xác nhận hàm ý rằng nội quán của cái thấy thì không tách lìa khỏi thực tiễn của thiền định. Bởi vì cái thấy và thiền định là hai mặt của cùng một đồng xu, điều này là đương nhiên trong Dzogchen. Đó là sự khác nhau, chẳng hạn, giữa mệnh lệnh ‘hãy nhận biết hiện diện vốn sẵn tự hiện hữu’ và giáo huấn ‘hãy để cho tâm chúng ta an định, không biến động, không có hy vọng hay sợ hãi trong không gian như ảo ảnh của mọi kinh nghiệm (*Tương tự thứ Tư*) hay ‘hãy an trụ trong như nhau, cho phép tâm tri giác bất cứ cái gì sanh khởi giống như sự phản chiếu của mặt trăng trong nước (*Tương tự thứ Năm*)’.

Hơn nữa, rõ ràng ở đây rằng thực tiễn chính yếu của

maya yoga là đồng nhất trong cả tám phương diện. Sự khác biệt chỉ nằm ở cánh cửa chúng ta dùng để vào cùng một phòng. Tư tưởng tư biện lan man với nó chúng ta bắt đầu cùng cố nội quán rằng mọi kinh nghiệm là giống như một giấc mộng hay rằng khoảnh khắc đặc biệt này của kinh nghiệm thì giống như một giấc mộng, là cửa vào cùng một sự nhận biết mọi maya là vô nhiễm. Sự thực hành yoga giấc mộng được diễn tả dài trong tương tự thứ nhất – *Giấc Mộng* – và trình bày ngắn hơn trong tương tự thứ hai – *Màn Huyền thuật*. Nó chỉ được đề cập thoáng qua trong những chương tiếp bởi vì sự thực hành vẫn cốt yếu như vậy. Ý định của Longchenpa là mỗi tương tự cung cấp một nội quán mới mẻ vào bản tánh của thực tại (*dharma*), mọi biến cố và hoàn cảnh (*dharma*), là maya. Bản toát yếu sau gồm những đặc trưng nổi bật chọn lọc từ văn phong cô đọng và mãnh liệt của Longchenpa.

Giấc Mộng: Tương Tự Thứ Nhất

Chương thứ nhất giới thiệu cái thấy, thiên định và quả của maya yoga. Phần đoạn ngắn về Cái Thấy đưa vào ý niệm căn bản của maya như hai mặt, maya vô nhiễm và maya bị khái niệm hóa, và rồi phân biệt sự đánh mất bên trong tánh giác và vô minh của những dựng lập cấu trúc và khái niệm thuộc trí

năng. Những lời dạy về cái thấy xác nhận tánh nhất thể của maya hai mặt là tánh giác giống như bầu trời và nó giống như giấc mộng. Phân đoạn dài về thiền định diễn tả những thiền định làm hiện thực hóa nội quán của cái thấy. Mỗi thời thiền định bắt đầu với nền tảng quy y và Bồ đề tâm và rời guru-yoga. Thực hành chính trong thời thiền và sau đó được củng cố trong mỗi thời thiền là yoga giấc mộng từ khoảnh khắc này sang khoảnh khắc khác, hai mươi bốn giờ/bảy ngày, không thiền định mà chúng ta kinh nghiệm trong những khoảng giữa của các thời thiền chính thức.

Yoga giấc mộng có hai phần: giấc mộng khi thức và giấc mộng khi ngủ. Trong cả hai, tham thiền là như nhau. Biết tính chất không có chất thể nội tại của mọi hình tướng xuất hiện, mọi hoàn cảnh, thức hay ngủ, chúng ta thư giãn trong sự không thật của mọi kinh nghiệm, trong thực tại của maya bất nhị. Trong giấc ngủ, qua một vắng mặt của sự không bám nắm giấc mộng, chúng ta mộng giấc mộng sáng tỏ. Ở đây sự chuyển hóa và sự nhân lên của lưu xuất, và du hành trong thế giới mộng, cung cấp một khuôn khổ đáp ứng những mục tiêu của hiện diện thanh tịnh bi mẫn. Chương chấm dứt với một chỉ dẫn ngắn không chỉ về tính sáng tạo được sanh ra bởi yoga giấc mộng khi ngủ, mà cũng về kết quả của thực hành không thiền định hai mươi bốn giờ/bảy ngày.

Màn Huyền Thuật: Tương Tự Thứ Hai.

Cần ghi nhận rằng ‘màn huyền thuật’ có thể có hai nghĩa theo nhấn mạnh chỗ nào. Một màn huyền thuật là một xe nhỏ của người làm nghề huyền thuật. Một *màn huyền thuật* là một sự phô diễn huyền thuật, trong trường hợp của chúng ta là một phô diễn của maya khắp các giác quan và nhiều chiều. Cái trước là một tương tự của maya; cái sau là một diễn tả ẩn dụ về nó. Sự so sánh với sự biểu diễn của nhà huyền thuật là tương tự với *màn huyền thuật* qua suốt chương này, trong đó Longchenpa đưa vào bốn thí dụ thích hợp với maya yoga: maya của đời sống hàng ngày, nó là thật tánh của tâm, nhưng vẫn làm chúng ta lầm lẫn; maya là sự lừa gạt được tri giác như cái cần được khử nhiễm; maya là sadhana – thực hành khử nhiễm; và maya như là sự huyền hóa nguyên sơ của tánh giác nội tại.

Để minh họa tất cả tri giác thuộc sanh tử của chúng ta là những chế tạo quanh co từ tính đơn giản giống như ảo giác của người huyền thuật xuất hiện nhiều hơn những dụng cụ, Longchenpa gợi ý tri giác của chúng ta về tâm của những người khác. Giống như mình, người khác không có bản chất nội tại và bởi thế không thể nói được là hiện hữu độc lập như

là thường hằng hay thậm chí một tia chớp. Chúng ta chỉ biết họ như những phóng chiếu trí năng thêm thắt bằng những tạo dựng và những giả định thoáng chốc, tất cả mọi cái đó xác định nhân cách và thuộc tính của họ. Người ta không gì khác hơn những ảo ảnh của giấc mộng ban ngày.

Để làm mạnh thêm ý niệm lừa dối của maya, chúng ta có thể nói rằng tri giác của chúng ta về người khác là một lời nói dối và tri giác về thế giới chúng ta sống là một lời nói dối tầm mức vũ trụ. Bởi vì sự nhận biết những lời nói dối này cung cấp một cơ hội cho sự khinh khoái của hiện thể, chúng ta cũng có thể gọi nó là một trò đùa – một trò đùa vũ trụ. Longchenpa ám chỉ ý niệm lời nói dối vũ trụ và trò đùa vũ trụ trong phần thiền định.

Ảo Ảnh Thị Giác: Tương Tự Thứ Ba

Cần phân biệt rõ giữa ảo ảnh thị giác và ảo giác. Một ảo ảnh thị giác có từ một đối tượng thị giác được giải thích sai bởi con mắt và trí năng, như một miếng vải đen treo trên xà nhà mà lầm là một con dơi. Một ảo giác là một phóng chiếu của tâm thức độc lập với cái bên ngoài nào. Nó được minh họa theo truyền thống là những mê lầm do loại cây *dhatora* (táo

gai).

Ảo giác cũng có thể dùng như một tương tự của maya nhưng Longchenpa đề cập ở đây trong tương tự thứ ba với ảo ảnh thị giác để xói mòn niềm tin của chúng ta vào thế giới cụ thể bên ngoài. Sự nhấn mạnh ở đây vào thế giới bên ngoài là như huyền vì nó không có lỗi, không có nhân, hay ‘tự ngã’. Môi trường chung quanh của chúng ta chắc chắn được các giác quan thấy nhưng thật ra không hiện hữu, ‘vắng mặt’, bởi vì không nền. Hãy khảo sát nó với con mắt nội quán và giống như ảo ảnh thị giác, nó tan biến và những dè dặt lý trí của chúng ta không tránh khỏi tiêu tan. Quang cảnh thuộc giác quan có vẻ ở ngoài xuất hiện như là thật chỉ bởi vì nhu cầu an toàn của chúng ta trong mỗi sự cố giác quan, một tiến trình trôi chảy tự nhiên từ sự chắc thật của một bản ngã để thoát khỏi sự sợ mất bản ngã. Như vậy, nhận biết bản tánh như bầu trời của tâm là tương thích trực tiếp với sự mất bản ngã của chúng ta.

Ảo Ảnh: Tương Tự Thứ Tư

Trong nghiên cứu về ảo ảnh, Longchenpa khám phá minh họa tốt nhất của maya là vắng mặt nhưng hiển hiện, không hiện hữu nhưng thấy được. Tuy nhiên, vừa lúc tâm lý

trí trượt chân và dừng lại, tan biến trong tri giác của ảo ảnh nghịch lý, nhìn thẳng vào maya ô nhiễm như mê lầm tưởng tượng tâm bèn được trở lại trạng thái vô sanh bất nhị của nó. Cái nhìn thấy toàn thể của maya ô nhiễm, có vẻ có chất thể, trụ trên cảm thức một cái tôi và bởi vì không có cái gì như vậy hiện hữu, khi chúng ta nhìn thẳng vào bản tánh của tâm, trí năng bị chặn đứng và trạng thái tự nhiên của niết bàn được phát lộ.

Sự Phản Chiếu Của Mặt Trăng Trong Nước: Tương Tự Thứ Năm

Maya thì *giống như* sự phản chiếu của mặt trăng trong nước, hay *giống như* một phản chiếu trong một tấm gương. Maya *không phải* là một phản chiếu của một vật hiện hữu tách biệt. Trong tương tự nổi tiếng khác được atiyoga gọi ra, ảo ảnh giác quan giống như quang phổ cầu vòng do *khúc xạ* của một tia sáng mặt trời qua một pha lê tạo ra. Maya có thể là một khúc xạ của một tịnh quang, nhưng nó không phải là một *phản chiếu* của một vật có vẻ cụ thể. Ý nghĩa của sự phản chiếu của mặt trăng trong nước là bản chất huyền thuật của nó. Nó xuất hiện nhưng không có hiện hữu chất thể. Chúng ta không thể đặt ngón tay lên nó để nắm bắt nó. Cố gắng chạm

vào một hình ảnh của mặt trăng trong nước thì sự phản chiếu sẽ tan thành vô số làn sóng sáng lặn tắt. Chúng ta chỉ cần nhận biết nó như là nó.

Trong tánh giác nguyên sơ bình an mà hình ảnh thiền giả ngồi cạnh một ao nước ngắm nhìn sự phản chiếu của mặt trăng tròn đầy trong nước gọi ra, Longchenpa, trong tương tự thứ năm, đưa vào ý niệm tự phát và củng cố thêm lời dạy về không hành động. Trong ngữ cảnh Dzogchen này, từ ‘tự phát’ không diễn tả nhiều về cách thức xuất hiện của một hình ảnh trong bản tánh trong vắt của tâm mà đúng hơn nói về đặc tính của chính hình ảnh. Hình ảnh không phải ‘được sáng tạo tự phát’, hàm ý một người sáng tạo, một sự sáng tạo và hành động sáng tạo, mà đúng ra, nó là một khoảnh khắc không có thời gian của thực tại không thể diễn tả, không được tạo ra trong một tiến trình thời gian cũng không hiện hữu như một vật được kết tinh của sáng tạo. Maya của mọi hoàn cảnh là tính tự phát, thoát khỏi những giới hạn của mọi khái niệm thời gian. Không hành động, mặt khác, là trạng thái tự nhiên của tâm trong đó tính tự phát xảy ra, bao gồm sự đầu hàng của mọi hướng đích và tìm kiếm chiến lược. Bất cứ nơi nào chúng ta được khuyến khích chỉ để cho nó là và thư giãn trong bản tánh của tâm, trong không gian nhất thể, trong trạng thái tự nhiên của cái đang là, đó là không hành động. Tuy nhiên, không hành động không phải là bất động, tĩnh chỉ; nó không kèm

theo một sự mất mát hay giảm sút sự nở hoa hay cách thể hiện hữu riêng biệt nào.

Tiếng Vang: Tương Tự Thứ Sáu

Trong quan kiến Dzogchen Longchenpa dùng tương tự của tiếng vang để gọi ra bản tánh của tâm trong mọi kinh nghiệm, trong mọi sự cố. Không phải tri giác về sự nghe được nghiên cứu ở đây mà là sự tương tự của tiếng vang với mọi kinh nghiệm giác quan, khi nó không có chất thể và trống không, không có nguồn gốc rõ ràng, hầu như không có nguyên nhân. Với sự nhận biết này, không có gì để làm nữa. Không có sự phân biệt phải làm giữa cái tuyệt đối và tương đối bởi vì kinh nghiệm của khoảnh khắc thì vượt khỏi trí năng và không có gì chúng ta có thể nghĩ hoặc tin khiến tạo ra bất kỳ khác biệt nào với thực tại của maya vô nhiễm.

Trong phần thiền định, sau khi khuyến khích chúng ta nhận biết mọi kinh nghiệm là trống không như tiếng vang, Longchenpa tập chú vào tánh Không của mọi tiếng vang. Đặc biệt, ngài xem xét tánh Không của lời tán dương và chê trách để minh họa tánh Không của mọi ấn tượng giác quan nào. Khi

lấy những lời của những người khác như cơ hội để tự làm quen với kinh nghiệm như là tiếng vang, ngoài việc chứng ngộ bản tánh của tâm chúng ta còn trau dồi đức kham nhẫn. Cũng thế, khi nhìn với nội quán vào một xúc cảm phát sanh, đặc biệt tức giận, lấy nó như một hoàn cảnh ngẫu nhiên, giống như tiếng vang, chúng ta thoát khỏi những hoàn cảnh gây ra những trạng thái xúc cảm thân kinh.

Thành Phố Của Các Càn Thất Bà: Tương Tự Thứ Bảy

Thành phố của các càn thất bà là một xứ huyền thoại. Thành Càn thất bà là một cái nhìn thấy được phóng ra bên ngoài trong bầu trời. Như một cái nhìn thấy bên trong nó là một giấc mộng ban ngày hay một chuyện hão huyền; ở bên ngoài nó là những lâu đài trong không khí, xứ sở trong mây, xứ sở huyền thoại của những nhạc sĩ cõi trời.

Trong tương tự thứ bảy này Longchenpa đi xa hơn trong sự đồng nhất của maya nhiễm ô và maya vô nhiễm. Ngài nhận định bằng khá nhiều lời rằng bản tánh của sanh tử là niết bàn. Chúng ta chỉ cần nhận biết thế giới được giác quan làm hiện ra đặt nền trên hư không và chúng ta thư giãn trong tánh

giác nguyên sơ bất nhị của trạng thái tự nhiên của hiện thể.

Ở đoạn chót về cái thấy Longchenpa chỉ ra một thiên định cho những khoảnh khắc (và những tái sanh) khi chúng ta thất bại không nhận biết bản tánh của tâm trong mỗi khoảnh khắc của tại đây và bây giờ. Chúng ta biết một cách trí năng rằng mọi kinh nghiệm giống như một thành càn thất bà, một phóng chiếu của maya, rằng hành động là không hành động trong bản tánh tinh túy của nó và rằng từ bỏ và cam kết giới nguyện đều như huyễn. Nhưng khi có một niềm tin còn sót vào một người thật hay một bản ngã, một chất thể vũ trụ hay một thần linh, chừng đó sự nhận biết không đập tung cái tôi thì vẫn còn sự khao khát một lý tưởng không thể thực hiện. Trong trường hợp ấy sự giới thiệu là làm việc với những cảm xúc, theo những lời dạy của Đại thừa, Tantra hay Dzogchen.

Xuất Hiện: Tương Tự Thứ Tám

Longchenpa giả định rằng đọc giả của ngài đã quen với những xuất hiện hay những hiện hình, trong đời họ, hoặc hồn ma, những thần địa phương, hay những nhìn thấy những bản tôn Phật và vân vân. Sự nhìn thấy xuất hiện như vậy là phần

của văn hóa tôn giáo Tây Tạng. Văn hóa Tây phương duy vật của chúng ta có khuynh hướng không khuyến khích kinh nghiệm như vậy và thậm chí còn chế nhạo. Thế nên bài học đầu tiên rút từ Xuất hiện là khoan dung, chấp nhận và cuối cùng thuận theo những hiện tượng của bản thân sự xuất hiện. Lối tiếp cận maya này là ích lợi bởi vì khi hình dung chẳng hạn những con ma, tâm lý trí bị lúng túng, lưỡng lự, và tự nhiên rút vào sự treo lơ lửng, cho phép bản tánh của tâm soi chiếu suốt qua.

Trong chương dài này Longchenpa ôn lại toàn bộ cái thấy Dzogchen của bảy chương trước. Nhưng như một đỉnh điểm của sự tập chú di động từ thế giới bên ngoài nơi những chương đầu, chính những chúng sanh trên bánh xe đời sống mà ngài trước tiên quy chiếu đến sự xuất hiện. Tuy nhiên, những chúng sanh gắn liền với môi trường chung quanh của họ, được hợp thành một ảo ảnh duy nhất giống như một xuất hiện. Toàn thể ảo ảnh bao la này, gồm nội dung xúc cảm của nó, khi để một mình, không có sự can thiệp của trí năng, thì không gì khác hơn thực tại của Phật tánh của chúng ta, biểu lộ như ba thân Phật và các cõi Phật, mở trống vô biên, thanh tịnh và nguyên sơ – bản tánh của tâm.

Với xác tín dựa trên kinh nghiệm rằng toàn thể mạn

đà la của kinh nghiệm chúng ta thì giống như một xuất hiện, chúng ta có thể đốt cháy những cây cầu thứ lớp và dần từ bỏ tiến trình giải cấu trúc của trí năng ích kỷ đã đưa chúng ta đến điểm này. Nhị nguyên chủ thể và đối tượng riêng biệt hóa và cụ thể hóa những yếu tố đặc biệt của kinh nghiệm chúng ta không còn vững chắc, thế nên giống như những sừng thỏ, mọi đặt tên tưởng tượng của chúng ta lên tánh Không của thực tại tan biến. Những ý kiến và sở thích của chúng ta trở thành một phần của mê lầm phổ quát, liên chủ thể, và thực tại duy nhất là cái vượt khỏi những khái niệm và cấu trúc của ý tưởng, khỏi những chức năng chọn lựa và giải thoát của tâm hiểu biết. Không có một tạo tác ngôn từ nào có thể đánh giá đúng kinh nghiệm sau khi nó được nhận biết như hình tướng – ánh sáng xuất hiện. Những đặt tên là dành cho chim chóc. Bất kỳ bàn luận nào về bản tánh của thực tại chỉ là không khí nóng tự biến. Thậm chí chức năng ngôn ngữ để chỉ thẳng bản tánh của tâm là huyền hóa.

PHẦN II: CHÁNH VĂN

TÌM THẤY NHÀN NHÃ VÀ THÔNG DONG TRONG AN VUI

Đánh lễ Vajrasattva!

*Trong không gian nơi mọi kinh nghiệm trú ngụ trong tiềm
năng,*

*đột khởi một trò phô diễn vĩ đại của tánh giác và như
huyễn bất nhị,*

*tính tự phát bốn nguyên của bản tánh của tâm chúng ta
ngự trị*

không phân lìa khỏi nó, bất động, chúng tôi xin lễ lạy.

CHƯƠNG I

GIÁC MỘNG - TƯƠNG TỰ THỨ NHẤT

Để hiểu sự phát hiện hoàn hảo của chư Phật nghĩa là gì
rằng mọi kinh nghiệm của chúng ta có hai chiều kích của ảo
ảnh huyền thuật,

tôi chiết tinh ở đây phương thuốc của kinh, tantra và giáo huấn
khẩu truyền.

Hãy nghe khi tôi tiết lộ nó cho bạn trong ánh sáng của kinh
nghiệm cá nhân.

Trong không gian trống không căn bản bất biến, bầu trời bao
la của bản tánh của tâm,

một không gian sáng ngời và trống không không do tạo tác,

thực tại Phật không tỳ vết chiếu sáng như sao

là tính tự phát của ba thân và tánh giác.

Tịnh quang vốn sẵn này, với tính tự phát đáp ứng hoàn hảo,

cái này là trạng thái tự nhiên, bản nguyên của hiện thể chúng ta,

được biết như ảo ảnh huyền thuật vô nhiễm căn bản.

Nhưng chính trong không gian ấy, hiện diện thanh tịnh bị quên mất,

những đám mây mê làm ngẫu nhiên sanh khởi,

cho vô minh, như giấc ngủ, là một người tạo ra giấc mộng.

Tâm nhiễm ô, làm cho nhất thể thành nhị nguyên,

trong sự quên mất hiện diện thanh tịnh của nó sản sanh mê lầm vũ trụ,

sáu loài chúng sanh trong cõi của họ.

Giống như giấc mộng, họ có vẻ thật nhưng không có hiện hữu,

và chúng ta cảm nhận khổ vui của mỗi chúng sanh trong đó.

Từ thời xa xưa, bị điều kiện hóa trong tính tương đối như thế,

môi trường chung quanh, thân thể, lạc thú – cuộc đời chúng ta,

được nhìn như tốt hay xấu, vui hay buồn;

từ mê lầm, nhất thể xuất hiện trong nhiều giả dạng,

giống như vô số hình đồ họa,

và, tin vào chúng, những hình tướng giả dối xuất hiện không ngừng.

A, vâng, thế giới này chỉ là một giấc mộng.

Giác mộng thế giới đa dạng của trí năng nhị nguyên hóa này,

những hình tướng mê lầm của một giấc ngủ vô minh,

sinh khởi trong tinh túy nhất thể, là bản tánh của tâm –

và bởi thế không có cái gì khác hơn bản tánh của tâm –

cái này chư Phật gọi là ảo ảnh huyễn thuật của quan niệm sai lầm.

Cũng như dưới ảnh hưởng của dhatura

khi ảo giác của chúng ta có vẻ là thật,

hãy chắc chắn, ở đây và bây giờ, rằng trong giấc ngủ vô minh này,

những phóng chiếu thấy được của chúng ta, sáu loại chúng sanh,

đều là tướng tượng, như chúng ta đang bị ảo giác.

Thế giới mê lầm này treo trên sự bám nắm mê lầm

và những tạo dựng trí năng mê lầm của chúng ta.

Nhưng yêu chuộng sự bất nhị của thật và giả, vượt khỏi trí năng,

chúng ta nhận biết tính tự phát của hiện diện nội tại tự sanh,

và trong tạng bao la này nơi ‘là’ và ‘không là’ nổ tung

chúng ta nhận biết năng lực Phật như bầu trời.

Thực tế của mọi kinh nghiệm thì giống như một giấc mộng

và trong sự chớp sáng khoảnh khắc không nền tảng của nó,

có thể tri giác được, nó là hình tướng – ánh sáng không kết tinh,

một chớp sáng lừa gạt, một hình tướng trong suốt mỏng manh của tánh Không.

Nhưng tìm sâu vào chúng ta không thấy thật hay giả,

không hiện diện cũng không vắng mặt, nó vượt khỏi mọi quan niệm;

chúng ta biết nó giống như bầu trời, không thể diễn tả, không thể tưởng tượng,

bao giờ cũng tươi mới nguyên sơ một cách căn bản.

Thiền định

Hoàn toàn tin cái thấy này rằng mọi hoàn cảnh,

sanh tử và niết bàn, chỉ giống như giấc mộng,

hãy theo giáo huấn này để kinh nghiệm nó trong thiền định.

Ngồi trên một chỗ ngồi thoải mái trong thế bán già

hãy quy y Tam Bảo và trau dồi Bồ đề tâm thanh tịnh,

rồi trong không gian nhất thể trống không,

nó là sự như nhau rớt ráo của mọi kinh nghiệm,

hãy áp dụng chú ý tập trung vào sự mê hoặc pháp thuật trống không này.

Trên đỉnh đầu, trên một hoa sen, ngai mặt trời và mặt trăng

quán tưởng rõ ràng guru gốc, hiện thân bốn tôn và dakini,
không tách lìa với những guru của dòng.

Tôn thờ và tán thán ngài, ước nguyện trau dồi một cảm thức
giác mộng,

rời để cho chính mình và môi trường chung quanh tan vào ánh
sáng,

rời ánh sáng tan biến vào guru,

thả lỏng một chốc trong không gian như bầu trời.

Những ban phước của chúng ngộ tự mưa xuống.

Bấy giờ thực hành chính, hãy thiền định như vậy:

thế giới bên ngoài, núi non và thung lũng,

những làng mạc thị thành và dân cư,

những hợp chất của đất, nước, lửa, gió và không gian,

mọi sắc, thanh, hương, vị và xúc,

năm đối tượng của giác quan

và thế giới bên trong của thân tâm

và thức giác quan của nó,

mọi kinh nghiệm, cần được xem xét không ngừng là giấc mộng.

Tất cả những kinh nghiệm của cuộc đời chúng ta cho đến ngày hôm qua,

chỉ là những hình ảnh của tâm thức, giống như giấc mộng hồi hôm,

và cái chúng ta đang thấy bây giờ, vắng mặt mà trong sáng như pha lê,

vắng mặt nhưng hiển lộ, là mê lầm của tâm.

Hôm qua và hôm nay chỉ giống như giấc mộng;

ngày mai và ngày một, tất cả tương lai chúng ta chỉ là mộng.

Bị quy định hoàn toàn trong ý tưởng rằng mọi sự là mộng,

dù được xác nhận hay bác bỏ, sướng hay khổ,

chớ nghĩ dù khoảnh khắc rằng tâm là thật.

Đi hay ngồi, ăn, hay nói,

với chú ý thường trực hãy duy trì ý thức mộng.

Khi tất cả những cái chúng ta thấy, tất cả điều chúng ta làm, tất cả điều chúng ta nghĩ,

tương ứng với mộng, kinh nghiệm chúng ta bị phân rã,

không tập chú, từ từ tan biến.

Đó là tu hành sự không bám dính rất ráo.

Hiểu những xuất hiện của đối tượng mê lầm là mộng,

trí năng buông bỏ và sự bám nắm tức thời ngừng –

phương diện đối tượng được lột trần, mặt chủ thể không hoạt động.

Bấy giờ bất cứ khi nào tâm gặp những hoàn cảnh như mộng,

trí năng tìm kiếm bên trong bên ngoài và chặng giữa

cái gì có chất thể và cứng đặc để bám nắm,

thì không thể tìm thấy điểm quy chiếu nào,

nó chìm vào không gian thăm khắp như bầu trời

và hiện diện nội tại vốn sẵn không có mọi hoạt động tâm thức thúc đẩy

sanh khởi tự nhiên là trong sáng trống không đơn giản.

Bám nắm ngừng, không có gì để nắm,
bình chứa bị lộn ngược, nội dung của nó biến mất,
những hiện tượng được giải kết, không còn những ranh giới.
Đây là tánh giác nguyên sơ không điều kiện, bất nhị.

Hoàn toàn quen thuộc với chứng ngộ ấy,
nhờ giải quyết không cố ý nhị nguyên của người nắm và cái
được nắm,
chúng ta thoát khỏi sự hấp dẫn đối với một đối tượng của tâm,
và với một cảm nhận đứt khoát không dính dáng những hoàn
cảnh,
cái gì cũng tự trình hiện, không thời gian, trống không, lơ lửng
trong không gian.
Đây là trạng thái tự nhiên bản nguyên của hiện thể.

Một khi sự đáng tin của nó đã mất,
sự nô lệ vào ảo ảnh bất tịnh

trở thành an vui thanh tịnh bao trùm.

Như thế chúng ta không thức dậy khỏi giấc mộng sáng tỏ, tâm thanh tịnh ngấm khắp nền tảng bản nguyên.

Mỗi ảo tưởng, không có quá khứ tương lai mà soi chiếu ở giữa được nhìn trong cái ở đây và bây giờ, không được cảm nhận là hiện hữu,

ảo tưởng do nghiệp khởi dẫn của trí năng, vắng mặt nhưng có thể thấy,

bởi vì bản tánh của nó là thanh tịnh bản nguyên, thì giống như mộng.

Khi chúng ta biết mộng là một cái nhìn thấy ở bên trong,

vắng mặt trước khi và sau khi thức,

chỉ chiếu sáng trong khi ngủ, và thậm chí lúc ấy cũng không có chất thể,

như thế chúng ta cần biết những hiện tượng là không nền tảng và không căn cứ.

Khi ban ngày trở nên quen với giấc mộng,
vào ban đêm khi nhu cầu giấc ngủ chiến thắng chúng ta
chúng ta nằm lên bên phải trên một giường thoải mái
như Phật Thích Ca Mâu Ni trong tư thế niết bàn.

Khi hơi thở yên lặng và mắt nhắm yên,
ở trung tâm trái tim, với tập trung như mộng,
hãy quán tưởng một chữ A trắng chiếu sáng trong suốt như
pha lê,
giảm kích cỡ từ một đầu ngón tay đến đầu một sợi tóc,
và tịnh quang như giấc mộng sanh khởi.

Ban đầu chúng ta có thể mộng nhiều giấc mộng đáng sợ,
nhưng chánh niệm vào giấc mộng sợ hãi tự tan biến,
khi tập trung tự nhiên được hoàn thành không cố gắng
thiền giả biết giấc mộng của nó là giấc mộng sáng tỏ.

Sau đó thực hành độc nhất là thấy mọi giấc mộng là không thật.

Tâm mê làm vắng mặt nhưng hiển lộ,
giống như giấc mộng, không có tinh túy để bám nắm,
và chúng ta biết nó vượt khỏi sự thật và hư giả thuộc trí năng.

Rồi, nhìn tiến trình của lưu xuất chuyển hóa:
trong thời gian mộng, biến đổi thân thể thành Phạm thiên,
chẳng hạn,
hay lưu xuất như một vị Phật hay Bồ tát,
chúng ta chỉ đơn giản thư giãn với ý muốn của chúng ta vào
không gian.

Như thế, từ giây phút này đến giây phút khác –
từ Phạm thiên đến Indra, từ trời đến người –
bất cứ chuyển hóa nào chúng ta muốn
được hoàn thành trong một thế giới không thật.

Hơn nữa, bây giờ nhân nhiều lên những sắc tướng ấy
một trăm, một ngàn, hay mười triệu,
chúng ta khai triển sự dễ dàng để chữa lành bất cứ chỗ nào
cần.

Hơn nữa, chúng ta du hành nơi nào chúng ta muốn,
đến các tịnh độ, nước ngoài, hay đến Akanishta
nơi chúng ta thấy và nghe chư Phật thuyết pháp
và thành tựu huệ và định và vô số cái nhìn thấy trong sạch.
Qua suốt thực hành ngày và đêm hòa nhập,
sự sáng tạo của hiện diện thanh tịnh sẽ biểu lộ chắc chắn.
Cốt lõi không méo mó, sai lạc được thực hiện:
đó là cách thể sâu xa nhất của tâm.

Ngày và đêm, tự làm quen với thế giới giác mộng,
những cái cồng của niềm tin vật chất cụ thể được tháo bỏ;
đất đai, núi non và tường vách bây giờ không làm chướng ngại

và những phép lạ, năng lực tâm linh và samadhi được hiện thành.

Với kinh nghiệm sâu thẳm của chúng ngộ trực tiếp và trần trụi này,

tánh giác nguyên sơ, trống không và sáng ngời, mọc lên

và trong không gian trống không bản nguyên của bản tánh của tâm

cả *pháp thân* chủ thể và *sắc thân* khách thể,

đều thành tựu tự phát như trong một giấc mộng.

Hãy áp dụng chú ý tập trung vào cách thức giấc mộng!

CHƯƠNG II

MÀN HUYỄN THUẬT – TƯƠNG TỰ THỨ HAI

Lại nữa, chư Phật trong trí huệ của các ngài đã nói:
rằng trong tính không chất thể trống rỗng của chúng
mọi tình huống đều giống như một trình diễn huyền thuật.

Lại nữa, hãy nghe khi tôi kể lại kinh nghiệm cá nhân
theo nghĩa tâm yếu của các kinh,
tantra và giáo huấn khẩu truyền.

Như tánh giác nguyên sơ sanh khởi tự phát
trong không gian như bầu trời của bản tánh bản nguyên của
tâm,

chiếu sáng như những quả cầu đầy sao sáng,

cũng thế, từ không gian trống không thấm nhập khắp, kỳ diệu,
chứa đựng tất cả,

những tưởng tượng của vô minh nhị nguyên hóa tự sanh khởi
như ba cõi huyễn hóa

với sáu loại chúng sanh,

nó – vắng mặt nhưng hiển lộ – là tất cả màn trình diễn huyễn
thuật.

Qua những điều kiện trùng hợp,

đồng thời, màn huyễn thuật tự trình hiện,

giống như ngựa và voi, đàn ông và đàn bà,

núi non và lâu đài.v.v..., làm xuất hiện bởi một nhà huyễn
thuật

dùng những chất liệu gỗ, đá và bùa chú huyễn thuật.

Vô minh tiềm ẩn của trí năng mê lầm bị nghiệp quy định

phô diễn thế giới khách quan của những tình huống và chủ thể

nơi ba độc, phản ứng với nó một cách chủ quan,

và chúng ta chúng ngộ, rõ ràng, trong khoảnh khắc này,
rằng những hình tướng, không có chất thể, không hề kết tinh,
với chúng sanh xuất hiện, toàn thể chúng,
gồm trong một màn trình diễn huyền thuật hấp dẫn diệu kỳ của
tánh Không.

Chúng ta nhận biết rằng mọi hoàn cảnh, sanh tử và niết bàn,
từ căn bản, là đồng nhất với bầu trời,
thanh tịnh trong chỗ bắt đầu không bắt đầu bản nguyên của
nó.

Trong không gian ấy của sáng tạo như huyền vô sanh
màn diễn thực tế là căn cứ của chuyển hóa,
màn diễn nhiệm ô cần được tịnh hóa,
màn diễn kỹ thuật của giải nhiệm khéo léo,
và màn diễn tối hậu của tánh giác nguyên sơ –
bốn cái này là những xuất hiện của màn diễn huyền thuật.

Trong một sự lừa dối như huyền do bùa chú huyền thuật tạo ra,
như gỗ và đá xuất hiện như những voi và ngựa

không phải là những voi và ngựa mà vẫn là gỗ và đá,

thế nên mọi hoàn cảnh, sự không thực tại của chúng được chỉ
ra,

phải được nhìn chỉ là những xuất hiện của màn huyền thuật.

Mê lầm căn bản, những tình huống của nó là tiến trình mê lầm,

sự giải thoát mê lầm khỏi những hình tướng mê lầm,

và năng lực của sự giải thoát bốn nguyên

được chỉ ra ở đây là bốn trường hợp của màn huyền thuật:

hình ảnh dẫn nhập minh họa thực tế của ảo ảnh,

những hình ảnh minh họa của ô nhiễm và rồi sự khử nhiễm,

và hình ảnh minh họa của trạng thái kết quả.

Thực tế của màn huyền thuật là tịnh quang của bản tánh của
tâm;

nó là không gian trống không của nó và nó là Phật tánh.

Không phân chia theo tịnh hay bất tịnh

bởi vì nó vượt khỏi sanh tử và niết bàn,

nó là không gian trống không từ đó sanh tử và niết bàn đột khởi;

nó là nền tảng trong đó sanh tử và niết bàn sanh khởi

theo sự có mặt hay vắng mặt của hiện diện nội tại;

nó là tinh túy bản nguyên của chúng ta; nó là trạng thái tự nhiên của hiện thể chúng ta.

Nền tảng của hiện thể này giống như một tấm gương sáng phản chiếu những hình ảnh

nhưng không thể chạm đến bởi bất kỳ hình ảnh phản chiếu nào;

mặt gương không chứa màu trắng hay đen

nhưng nó là nguồn gốc của những hình ảnh trắng và đen.

Với thấu hiểu ấy người ta trở nên thông tuệ.

Ảo ảnh bị nhiễm ô là hình tướng mê lầm của sanh tử

sanh khởi trong nền tảng do bám nắm cái nhất thể của nó như là nhị nguyên.

Ảo ảnh kỹ thuật tạo thành tiến trình tịnh hóa:

bốn cái ‘chuẩn bị’, ‘áp dụng’, ‘thấy’ và ‘làm quen’

làm chín hai tích tập và hai giai đoạn (sáng tạo và thành tựu),
xóa đi nhiễm ô của vô minh như những đám mây tan trong bầu trời.

Cực điểm của màn huyền thuật của tánh giác nguyên sơ

xảy ra trong giai đoạn không học nữa,

nơi ba thân Phật trở nên tự phát sinh động,

và cả hai, thanh tịnh tinh túy và thanh tịnh biểu lộ được phát lộ.

Mọi trường hợp của màn huyền thuật là huyền thuật đồng thời

và giống như một màn huyền thuật giả tạo từ những biểu tượng và chú thuật

mọi kinh nghiệm được phô bày như không chất thể và không

thật,

một phần nhỏ của một mạng của ảo ảnh biến đổi liên tục.

Như thế chúng ta có thể chứng ngộ bản tánh như huyền của
mỗi tri giác

hiện ra lò mờ rộng hơn xương cốt của những phần hợp tạo của
nó.

Chẳng hạn, hãy xem những tri giác bình thường của những
người khác –

những tri giác mê lầm không có thực tại,

chỉ là những hình ảnh của những giả định khớp với điều kiện
hóa của nghiệp,

trong chính khoảnh khắc này, trống không, không chất thể,
không thể nắm bắt,

và bây giờ chúng ta nhận biết chúng vượt khỏi tính cách nhị
nguyên.

Bây giờ chúng ta biết sáu loại chúng sanh là như huyền,

những chúng sanh tưởng tượng với những lạc thú tưởng tượng,

những cảm nhận tưởng tượng và sống và chết tưởng tượng,
tin vào những sự thật và giả dối tưởng tượng,
cư trú những vùng đất và thành phố tưởng tượng.

Thanh tịnh từ sơ thủy, nó đều là một màn huyền thuật,
màn huyền thuật bởi vì nó hiển lộ nhưng không có hiện hữu
thật,
màn huyền thuật bởi vì nó là một vận hành của những điều
kiện đồng thời,
màn huyền thuật bởi vì nó đánh lừa, làm ham mê rồi biến mất:
hãy tố cáo mọi hình tướng sanh tử là như huyền, như ‘màn
huyền thuật’.

Nếu chúng ta không thấu hiểu cái được làm cho rõ ràng,
rằng sáu loại chúng sanh chỉ là xuất hiện của huyền thuật,
chúng ta lang thang không ngừng trong thành phố không biên
giới của sanh tử,
bị hành hạ bởi những cảm giác do nghiệp khởi dẫn – đáng

buồn bao nhiêu!

Hãy hiểu, người thân yêu! Những hình tướng quy ước là vọng tưởng!

Các bạn may mắn, tin chắc bằng kinh nghiệm trực tiếp của mình,

bạn nhận biết rằng không hoàn cảnh nào có thật,

đột khởi từ không có gì và tan biến vào không có gì,

thanh tịnh từ ban đầu, nó đều chỉ là một màn huyền hóa.

Các bạn nhận biết, các người may mắn,

rằng bản tánh của chúng sanh là xuất hiện, hiện hình,

bản tánh của tâm thanh tịnh là không gian trống không của ảo ảnh,

và sanh tử – niết bàn bất nhị là trò chơi của ảo ảnh như huyền ấy.

Đức Phật đã nói rằng thông điệp duy nhất của ngài là an vui:

chúng ta nhận biết, tất cả chúng ta tìm kiếm giải thoát,

rằng bản thân toàn thể sự lừa dối là thực tại an vui.

Ảo ảnh làm an vui cũng có thể được biết như thế này:

nó là một màn huyền thuật của tâm thanh tịnh

đó là sự tự phát bất biến, bất động;

nó là vị thầy ở khắp nơi, không lừa dối, như bầu trời,

giống như mặt trời, hay giống như viên ngọc như ý,

phô diễn sự sáng tạo vô hạn và đáp ứng toàn thể,

đó là sự đơn giản không thi thiết của sáng rõ thanh tịnh.

Màn huyền thuật ấy là sanh tử, giả tạo và quyên rũ,

không có bất kỳ định nghĩa nào, thoáng qua như bóng ma;

trong khoảnh khắc khi những khái niệm mê lầm từ bỏ nó,

nó tan biến vào không gian trống không của chính nó.

Ngay lúc những ngựa và voi ngừng xuất hiện

khi bùa chú của nhà huyền thuật bị bẻ gãy,

nhị nguyên thuộc tri giác của sanh tử nhiễm ô

tự giải tan vào bản tánh bốn nguyên của nó,

và bây giờ trống không trong sự thanh tịnh của nó, nó mất mọi tính cách.

Màn huyền thuật của trạng thái tự nhiên là thực tại bất động,

thực tại bao gồm cả nhiễm ô và tinh khôi;

cũng như không gian bên trong của cả hai bình vàng và đất sét,

dù bị bẻ hay còn nguyên, không tăng, không giảm,

thế nên trong những khoảnh khắc của mê lầm và giải thoát

bản thân thực tại vẫn là một hằng số bất biến

đây là tâm Phật trong trạng thái tự nhiên của hiện thể

và biết cái này là thực sự thông thái.

Thiền định

Đàng sau sự thấu hiểu cái thấy như huyền này

chúng ta trau dồi ảo ảnh như huyền an vui như trò đùa vũ trụ.

Trong chuẩn bị, như trước, hãy ngưỡng vọng đến một cảm

thức về như huyễn.

Thường trực, ngày và đêm, khoảnh khắc này sang khoảnh khắc khác,

công việc chính của chúng ta là chú tâm vào mỗi biến cố bên ngoài và bên trong

như màn huyễn thuật xuất hiện bởi sức mạnh của hoàn cảnh,

như những lời nói dối, không trái tim hay ý nghĩa, trong suốt và không thật.

Thương và ghét của chúng ta, những xúc động tích cực và tiêu cực

bất cứ tình cảm nào khởi lên,

hãy xác nhận chúng là như huyễn. Hãy tu hành sự không thật này.

Bây giờ chúng ta thấy rằng cả hai, bên ngoài, những hiện tượng có vẻ vật chất

và bên trong, kinh nghiệm tâm thức, đều như huyễn thuật.

Bởi vì chúng được tạo bởi hoàn cảnh nhân duyên,

bởi vì chúng hư giả và lừa dối,

bởi vì chúng chỉ là hình tướng – ánh sáng

hãy luôn luôn nhìn chúng như là những xuất hiện của một màn huyền thuật.

Vào khi ngủ, như trước, hãy thư giãn vào không gian của giấc mộng,

vào sự không thực làm an vui, không tạo tác gì trong sự đơn giản của nó.

Bất cứ giấc mộng mê lầm nào sanh khởi giờ được biết là như huyền

và chúng ta thoát khỏi sợ hãi và khao khát đối với cái thật.

Làm việc với giấc mộng như huyền, chuyên hóa sự phóng xuất hóa thân,

du hành như huyền thuật vào những tịnh độ, hãy trau dồi tất cả như trước.

Bây giờ sự nghiện ngập sanh tử vỡ toang

và tự do trong như huyền là niết bàn không trụ xứ,

sự hoàn thành tự phát của tự giác giác tha như huyền.

Hãy chăm chú vào sự thật thường hằng là không có gì ngoài như huyền!

CHƯƠNG III

ẢO ẢNH THỊ GIÁC - TƯƠNG TỰ THỨ BA

Lại nữa, chư Phật trong trí huệ của các ngài đã nói rằng tất cả mọi kinh nghiệm của chúng ta giống như ảo ảnh thị giác.

Hãy nghe sự làm sáng tỏ tuyên bố này.

Cũng như ảo ảnh thị giác phát sanh từ một màu sắc hay hình dạng

do năng lực của mê lầm dẫn xuất từ nghiệp

ảo ảnh thị giác của sanh tử, vắng mặt nhưng hiển lộ,

mọc lên trong không gian của bản tánh của tâm –

ở đây mọi hoàn cảnh xuất hiện giống như một ảo ảnh thị giác.

Người vô trí ngây thơ, khát khao cái thật, bị quyến rũ,
lạc trong rừng rậm của ảo ảnh năm giác quan.

Hãy rõ biết sự sai lầm của việc trụ vào cái gì đó khi nó không
là cái gì cả!

Thế giới giác quan, môi trường và chúng sanh,
những cảm nhận vui buồn và xoay chuyển tâm thái,
tất cả vắng mặt nhưng tri giác được, giống như
những cái bóng đáng ngại hắt ra từ một ngọn đèn,
giống như một hình ảnh thứ hai xuất hiện khi ấn con mắt,
như sợ hãi phóng chiếu trên đêm tối.

Chúng chỉ hiện hữu bề ngoài, tan biến khi khảo sát,
trong khi nội quán sâu sắc phát hiện bản tánh mở trống của
chúng
là vô sanh, như bầu trời, thực tại bản nguyên không có thời
gian.

Chúng ta có thể thấy nó ngay trong giây phút này, ở đây và
bây giờ!

Những hình tướng sanh tử, không tìm được, giống như ảo ảnh thị giác,

sự không gốc rễ của chúng giải tan mọi định nghĩa tính cách; với nội quán, chúng xuất hiện như hình tướng – ánh sáng không chất thể, trống rỗng

và chúng ta nhận biết bản tánh vô sanh bốn nguyên của chúng.

Cũng như một vật nhỏ giữa đồng trống,

dù vô nghĩa lại có tầm quan trọng bao la,

như vậy từ niềm tin dai dẳng vào tự ngã trống không là một cái tôi cứng đặc

quang cảnh như huyễn của sanh tử sanh khởi và vật chất hóa.

Dưới sự thẩm xét ảo ảnh như huyễn ấy giải thể tính vật chất

và rõ ràng rằng như bầu trời là không có khả năng gì,

những hình tướng – ánh sáng không có hiện hữu, như ảo ảnh thị giác,

thế nên chúng ta chỉ để mặc nó, từ chối mọi tin cậy.

Nó là không gian thanh tịnh! nó không thời gian! nó tinh khôi
bổn nguyên!

Chớ cố gắng hạn cục nó! Chớ cố gắng quan niệm nó!

Cái là ánh sáng nguyên sơ không chiều kích

không thể bị nhốt bởi những tạo dựng nhị nguyên ám ảnh.

Tốt hơn là buông thả mọi ý tưởng về nó

và nhận biết tất cả nó đều không có sự thật.

Thế nên chúng ta nhận biết mọi biến cố là ảo ảnh thị giác

và yên nghỉ tâm một lữ, y như nó là, trong bản tánh bổn nguyên
của nó.

Thiền định

Để chuẩn bị, như trước, và mong mỏi thấy mọi sự là ảo ảnh
thị giác.

Như thực hành chính, hãy có được sự quen thuộc với nội quán
ấy.

Hãy thấy mọi màu sắc và hình tướng là không thật, như ảo ảnh thị giác;

hãy nghe mọi âm thanh là trống không, như những tưởng tượng của lỗ tai,

mọi hương, vị, xúc là những tưởng tượng của giác quan,

mọi hoạt động tâm thức và kinh nghiệm bên trong là những tưởng tượng của tâm.

Hãy buông lỏng trong không gian nơi mọi sự là không thật,

thoát khỏi những niềm tin nghiệm ngập ám ảnh của trí năng.

Ban đêm cũng như ban ngày: hãy định tâm trong trung tâm trái tim

và ngủ trong không gian nơi mọi sự giống như ảo ảnh thị giác.

Giấc mộng sáng tỏ và vân vân, như trước, chắc chắn sẽ sanh khởi.

Dù những kinh nghiệm thị giác và nội quán, giống như mộng,

và tự nhận biết rằng không có cái thật ở đâu cả,

trong sự trong suốt không dính dáng, những phóng chiếu tích cực và tiêu cực sụp đổ.

Mắt của nội quán, những thần lực, những samadhi

và tự phát đáp ứng hoàn hảo được thành tựu,

và bây giờ giống như Phật chúng ta có thể cung cấp hướng dẫn
cho tất cả chúng sanh.

Hãy tự làm quen với mọi hoàn cảnh như ảo ảnh thị giác!

CHƯƠNG IV

ẢO ẢNH - TƯƠNG TỰ THỨ TƯ

Chư Phật trong trí huệ của các ngài đã nói

mọi kinh nghiệm thì giống như ảo ảnh.

Bây giờ hãy nghe tôi làm sáng tỏ chân lý này.

Như hơi nóng của một ngày mùa hè

một ảo ảnh, một ốc đảo có nước, lờn vờn trên sa mạc,

thế nên qua thói quen mạnh mẽ của sự nhân cách hóa cái tâm
như là tự ngã

phóng xuất như ảo ảnh mê lầm xuất hiện trong bầu trời tâm.

Không có tinh túy ở đó để nắm bắt như là có chất thể,

trong trạng thái của niết bàn bất nhị, trống không,
không vật chất và không tự ngã, như bầu trời, không bắt đầu,
chúng ta biết nó là vô sanh, vô niệm, vượt khỏi hình ảnh và ý
tưởng.

Vào khoảnh khắc nó hình như xuất hiện, dù bất cứ cái gì,
hình như được tạo ra nhưng không nguồn gốc, nó giống như
ảo ảnh;
hình như hiện hữu nhưng không nơi chốn, nó giống như ảo
ảnh;
hình như cụ thể nhưng không hề kết tinh; nó giống như ảo ảnh;
hãy thấy mọi xuất hiện là tan biến nhanh không thể nắm bắt.

Mọi tâm trạng, cảm nhận và phê phán định tính,
giống như ảo ảnh, chỉ là phù phiếm, trống không trong tinh
túy,
và thế giới bề ngoài và cuộc đời tưởng tượng của chúng ta,
mọi kinh nghiệm, bên trong và bên ngoài, tất cả và mỗi một

sự,

giống như một ảo ảnh, không hiện hữu những vầng chiếu sáng, bản tánh của nó vốn luôn luôn tinh khôi và mới mẻ.

Chúng ta nhận biết nó là không thời gian, không trung tâm hay chu vi.

Thậm chí nhị nguyên của hình tướng – ánh sáng và tánh Không là một ảo ảnh;

không có khẳng định hay bác bỏ cái thực sự là phù phiếm

chúng ta thấy tâm nhị nguyên của chúng ta là bất nhị, chỉ là một ảo ảnh:

đây là tâm Phật không thời gian, bao giờ cũng hiện diện.

Thiền định

Bây giờ nhìn tiến trình thiền định làm quen,

trong chuẩn bị, hãy làm như trước:

mong mỗi nhận biết trực tiếp mọi kinh nghiệm là ảo ảnh.

Nhưng điểm chính là để cho tâm an trụ,
không dao động, không hy vọng hay sợ hãi,
trong không gian trống không như ảo ảnh của mọi kinh nghiệm.

Vào ban đêm, như trước, chúng ta sẽ cảm nhận thế giới giấc mộng là ảo ảnh.

Không mong muốn cái gì, cái tôi tự biến mất,
những thần lực huyền thuật, samadhi, hiện ra từ bên trong,
và trạng thái Phật thành tựu nhanh chóng.

Hãy tự làm quen với thực tế như một ảo ảnh!

CHƯƠNG V

PHẢN CHIẾU CỦA MẶT TRĂNG TRONG NƯỚC - TƯƠNG TỰ THỨ NĂM

Chư Phật trong trí huệ của các ngài đã nói

mọi kinh nghiệm giống như sự phản chiếu của mặt trăng trong nước

và ở đây tôi giải thích điều đó để bạn chứng ngộ nó trực tiếp.

Trong hồ trong suốt sâu thẳm của bản tánh của tâm

có những hình ảnh sáng của tính tự phát, sanh khởi không thời gian;

nhưng những làn sóng thô nhiễm ô của tri giác nhị nguyên

làm lắc lư sự sáng tỏ bị khuấy động bởi một trận bão ý niệm.

Sự mê lầm thế gian ấy phát xuất từ niềm tin vào một cái tôi,
và tánh giác ban sơ bây giờ mờ đục và xúc động,
chìm vào sanh tử vô thủy vô chung.

Như phản chiếu của những ngôi sao trong một ao nước trong
suốt

chiếu sáng không lay động, vắng mặt nhưng thấy rõ,
như vậy những hình ảnh như huyền xuất hiện trong tấm gương
tĩnh lặng của tâm,
và những hình ảnh chóng phai ấy làm bận rộn chúng ta.

Không có gì cứng đặc, không có gì để nắm bắt,
không có những dấu hiệu đặc biệt, không có gì để nhận dạng,
không hiện hữu cũng không chẳng hiện hữu, vượt khỏi thật và
không thật –

đó là cái chư Phật gọi là ‘phản chiếu’.

Màu sắc và hình tướng, mọi tri giác giác quan,

thế nên, đều giống như sự phản chiếu của mặt trăng trong nước:

bởi vì có xuất hiện mà không có hiện hữu,

bởi vì không có gì thường còn có thể được tìm thấy,

bởi vì bản sắc của nó, không đông cứng, không kết tinh,

không hợp tạo, vẫn chỉ là một cuộn phim của hình tượng – ánh sáng,

những tạo dựng của mắt, khả năng thị giác và thức của mắt,

tràn đầy bởi tánh Không, chỉ là những tưởng tượng trống rỗng,

những phản chiếu của trăng trong nước.

Chúng ta thấy mọi sự là không có sự thật,

như một bóng ma, như thân cây chuối, không cốt lõi.

Tâm, không bị hạn chế, không nhiễm ô,

không tạo dựng, giống như phản chiếu của mặt trăng trong nước,

hình tượng – ánh sáng đơn giản, trống không, không cấu tạo,

giờ đây chúng ta biết là an bình sâu thẳm, không có tư tưởng,
tánh giác nguyên sơ không thể diễn tả,
không kìa khỏi không gian của sự sáng tỏ của nó.

Chùng nào mặt trăng xuất hiện trong nước không phải là mặt
trăng,

thế thì sự nhân lên nhiều như nó xảy ra không thể được chất
thể hóa;

thoát khỏi đặt tên phân chia của thời gian,

vượt khỏi nhánh nhóc khái niệm, hãy để nó là thế, chỉ là thế.

Bởi vì tâm thanh tịnh không có mục tiêu nào hết,

chúng ta thấy nó không có trong ngoài, vượt khỏi tư tưởng;

bởi vì thực tại vượt khỏi mọi phân biệt thiên lệch,

chúng ta bỏ đi sự tranh đấu cho tài sản và địa vị tâm linh.

Không suy nghĩ, luôn luôn nhiều vô số, như không gian bản
nguyên,

mọi sự xuất hiện dù hiện hình,
mọi sự như phản chiếu của mặt trăng trong nước;
không thật, không giả, sanh tử và niết bàn là như nhau,
hãy để tâm thư giãn trong không gian của thực tại y như nó là.

Thế giới bên ngoài là tất cả cuộc đời chúng ta, sanh tử và niết
bàn,

là những hình tướng của tánh Không được chúng ta vẽ ra, như
trăng trong nước;

không có gì trong nguồn gốc, không có gì khi xảy ra, không có
gì trong khoảnh khắc,

được gán tên lập lại bởi trí năng như đúng hay sai, thật hay
không thật,

tại sao chúng ta bám vào những ý kiến và sở thích?

Bao giờ trí năng còn bị ép buộc giả định một cái tôi,

thì không có khả năng giải thoát khỏi sanh tử;

nhưng vượt khỏi mê tín, an định tự nhiên, trong thoải mái chân

thật,

trong vắt, siêu thoát, tự do trong bản thân và mở trống,

tâm vô ngã, tại sao cố gắng thay đổi cái gì?

Khi mỗi hoàn cảnh trống vắng cái tôi và chất thể như bóng trắng trong nước,

và trí năng thoát khỏi hoạt động bị thúc đẩy

và thoát khỏi sự giả định theo thói quen về thực tại,

bởi vì trong tri giác bất nhị thì tâm và đối tượng là một,

đây là không gian của Dzogchen thư thái, không trung gian.

Với sự tiếp đãi xem mọi thứ xảy ra như bạn hữu,

biết sự tự phát của an lạc không phân biệt, mát mẻ,

bây giờ chúng ta được để mặc cho không có gì không ở đâu

và chúng ta ở trong tâm thanh tịnh này trong nền tảng bản nguyên.

Với chúng ngộ như vậy, trụ trong không gian như vậy,
không lầm lạc, chúng ta tự làm quen với mọi kinh nghiệm
như bóng trăng trong nước.

Người may mắn cần nhận biết một cách tin tưởng
rằng bất cứ gì xảy ra là lung linh, bập bênh, như không thật.

Thiền định

Như trước, trong chuẩn bị, hãy mong mỗi thấy mỗi khoảnh
khắc

như sự phản chiếu của mặt trăng trong nước.

Thực hành chính là an định trong cái biết như nhau,
cho phép tâm tri giác bất cứ cái gì sanh khởi
như bóng trăng trong nước.

Vào ban đêm, làm như trước, nhưng tập chú
vào kinh nghiệm huyền bí của thực tại
như bóng trăng trong nước;

an trụ trong không gian nhất thể không bám víu gì
chúng ta có được đô thành của bản tánh bao trùm của tâm.

Bây giờ nhìn vào cái gì xuất hiện, không bám luyến,
có khởi sanh một ánh sáng rực rỡ, tịnh quang,
giống như sự phản chiếu của mặt trăng trong nước.

Hãy để cho người may mắn nhất trở nên quen thuộc với sự
việc ấy!

CHƯƠNG VI

TIẾNG VANG - TỰ TỰ THỨ SÁU

Hơn nữa, chư Phật trong trí huệ của các ngài đã nói rằng mọi kinh nghiệm giống như tiếng vang.

Hãy nghe tôi soi sáng nghĩa ấy.

Giống như một tiếng nói vang vọng từ những lời được nói ở một vách núi mọi hoàn cảnh đều không có chất thể hay tự ngã; chúng ta nhận biết chúng rõ ràng là không thật.

Ngay lúc chúng ta tìm kiếm một giọng nói khi tiếng vang vọng lại và không gì được tìm thấy ở ngoài, bên trong hay ở giữa,

mọi biến cố tâm thức và những vận hành của tâm,
không dấu vết của một mảy tế hay thô có thể được tìm thấy.
Nó đều trống không như bầu trời, không vật chất, vô nhiễm,
và nhận biết điều ấy, bám nắm là vô hiệu.

Không có cái tuyệt đối có thể quan sát được trong thế giới
trương đối;

‘tuyệt đối’ và ‘trương đối’ là những tưởng tượng phân chia:
tất cả trong khoảnh khắc không thời gian này thì vượt khỏi trí
năng.

Biết mạng những phóng chiếu cấu trúc là tự tâm bạn,
bởi vì khoảnh khắc không thời gian không thể bị ảnh hưởng,
mạng mê lầm của những cấu trúc không còn điễm tựa,
và không có gì cả để thực sự nắm lấy và cụ thể hóa.

Biết điều đó, chúng ta vượt khỏi những phóng chiếu của tâm
thức.

Trong bản tánh bản nguyên này của tâm, như bầu trời, đáp ứng

mọi nguyện vọng

an trụ một đại dương không nhiễm ô của tự phát đáp ứng hoàn hảo;

do đánh mất sự hiện diện (tánh giác) kéo theo sự tạo dựng tâm thức

thế gian tưởng tượng hiện ra lò mờ, vắng mặt nhưng tri giác được,

giống như một tiếng vang.

Ở đây, lang thang như một trong sáu loại hiện hữu,

tự quán tưởng do khuynh hướng nghiệp dẫn dắt,

tâm bị quấy nhiễu, bị nhốt vào những tưởng tượng bao trùm nó.

Nếu quả thực rằng chúng sanh và tâm của họ

trong thật tế là không nên tảng hay căn cứ,

vô lý làm sao, thân phận con người,

có thể tri giác được nhưng không hiện hữu!

Bấy giờ cái gì là điềm cho sự truy cầu đam mê cái thật?

Tại sao yêu quý nghĩa và giá trị ở nơi không có gì cả,
trong cái tưởng như thật nhưng thật ra giống như tiếng vang?

Bất cứ gì xảy ra, chỉ để nó là thế –

nó là không gian nhất thể không điểm quy chiếu.

Mọi xảy ra ngẫu nhiên đều tan thành không thực huy hoàng,
nơi, không quan tâm đến thân phận, chúng ta hạnh phúc như
trẻ con ngu ngơ.

Bất cứ cái gì xảy ra, năng lượng rục rờ không có mục đích,

tích cực hay tiêu cực, là một biến cố như tiếng vang;

cái đang hiện hữu, nó vỡ tan, không để lại dấu vết,

thế nên hãy thư giãn vào không gian nhất thể chiều kích số
không.

Giờ hãy mỉm cười với những hình tướng mê lầm ấy,

với sự tan biến thanh tịnh không có gì để nắm giữ,

những mớ, những cuộn không kết hợp, như không khí không
thể nắm,

chớp lóe khiến tin thật, một ảo ảnh lấp lánh.

Khao khát cái thật, người vô trí thấy đó là vật chất cứng đặc;
đôi với thiên giả thấy sự dối trá là không gian nhất thể.

Những người tín đồ cho ‘thoáng qua’ là ‘thường còn’ thì thấy
một vĩnh cửu;

với người mà niềm tin vào vĩnh cửu sụp đổ thì nó là hình
tượng trống không.

Và thoát khỏi những chu vi của quan niệm giới hạn chúng ta
hạnh phúc!

Thiền định

Để trở nên quen thuộc với chúng ngộ ấy, như trước,
trong chuẩn bị, hãy mong ước nhận biết tiếng vang trong mọi
sự.

Trong thực hành chính, hãy xem mỗi kinh nghiệm là tiếng
vang trống không,

vì nó không chứa đựng cái gì để nắm bắt trong khoảnh khắc
nó âm vang.

Hãy tập trung chú ý vào mỗi cảm tưởng giác quan.

Mọi lời khen chê, lời nói ngọt ngào hay u ám,
là âm thanh trống không, không có gì cụ thể để nắm hiểu;
những phán xét giá trị của tâm đều vô nghĩa,
chúng ta nhận biết mọi âm thanh này là tiếng vang trống không.

Một tâm giận dữ không có trú xứ hay chiêu kích,
và hiện rõ nhưng vắng mặt, nó không thể tìm thấy;
nó là một sự kiện trống không, như một tiếng vang;
thậm chí lời nguyên rủa của kẻ thù, chỉ như một tiếng vang.

Dò tìm và thấy ra vắng mặt, tất cả là rung động trống không;
hiểu rõ, nó trống không như bầu trời
nơi không có tốt hay xấu, lợi hay hại, có thể xảy ra.
Không tin vào chuyện tâm phào bởi vì thật ra nó là trống
không,

chúng ta nhận biết mọi âm thanh và rung động là tiếng vang giác ngộ.

Nhờ đó, gánh nặng sanh tử từ vô thủy được cất đi,

và ngọn lửa của tức giận và thù hận tắt mất.

Ở đây chúng ta có được kham nhẫn cao cả và không có trầm cảm khốn khổ

và vào lúc thích hợp sau này chúng ta tiếp cận sự giàu có của chư Phật.

Vào ban đêm, như trước, tập chú vào kinh nghiệm tiếng vang huyền bí,

vì nơi âm thanh trống không chúng ta có kham nhẫn trong đời sống.

Hãy tự làm quen với nghĩa của tiếng vang!

CHƯƠNG VII

THÀNH CÀN THÁT BÀ - TƯƠNG TỰ THỨ BẢY

Chư Phật trong trí huệ của các ngài đã nói
rằng mọi kinh nghiệm giống như một thành phố của càn thất
bà.

Hãy nghe tôi làm sáng tỏ nghĩa cho bạn
để bạn tự quen thuộc với nó.

Trong bầu trời của tịnh quang bốn nguyên, một cái nhìn thấy,
một thành phố tương tượng của tự phát đáp ứng hoàn hảo,
trụ không bắt đầu hay chấm dứt, không trung tâm hay biên bờ.

Từ tịnh quang đầy khắp, trong tâm như bầu trời vô minh của

chúng ta,

được tạo ra bởi nhị nguyên của tri giác, có một thành càn thất bà,

loài càn thất bà – một trong sáu loài chúng sanh – ở đó,

với màu sắc và hình tướng mà không có cái nương dựa hay nền tảng,

sanh từ những khuynh hướng nghiệp của tâm mê lầm.

Biết như vậy, chúng ta an trụ trong bản tánh bản nguyên của tâm;

không biết nó, chúng ta bị giam nhốt trong mê lầm như huyền hiện tại.

Bởi vì không có gì cụ thể để bám vào,

vâng, tương tự nào tốt hơn là thành càn thất bà.

Mọi sự, tất cả, không có bản tánh nội tại,

giống như một thành càn thất bà trên một cánh đồng mờ sáng,

vì cả hai, cấu trúc và chỗ nương dựa, đều như huyền.

Được hiểu là khuynh hướng do nghiệp,
tâm mê lầm, bây giờ được thấy là không chất thể,
chỉ để mặc nó, vỡ ra và tan biến như nó là thể.

Thế nên, với một trái tim mạnh mẽ, chớ có sợ hãi,
vì chúng ta nhận biết sanh tử, thanh tịnh trong chính nó, vốn
là trống không.

Thế giới khách quan, không thật, là một thành càn thất bà;
những tạo dựng của trí năng, trống không tự nhiên, là một
thành càn thất bà;

cả tâm và trường lượng tử của nó là trống không,
giống như một thành càn thất bà –

hãy để thậm chí những niềm tin tiềm thức tan biến khi chúng
sanh khởi.

Không bị tâm quấy nhiễu, không có những phóng chiếu,
bất cứ tình huống nào – vắng mặt nhưng tri giác được – sanh
khởi

dù sự mê lầm khởi nguyên của nó sanh khởi từ tám năm ám

ảnh,

bây giờ trong lúc này nó có thể được biết trong hoàn toàn không bám chấp

Cũng như sự bình an hoàn hảo, vô nhiễm, vô thượng,
của niết bàn của chư Phật là hoàn toàn không chất thể,
mớ vật chất và không vật chất của chính chúng ta
chắc chắn giống thành phố không thật của càn thất bà.
Giống như khoảng bao la của không gian cõi trời,
chúng ta nhận biết sự bình an hoàn hảo vô sanh.

Không tham muốn có thể cảm thấy ở đó, không tức giận,
không hoang mang, không kiêu căng hay đổ kỵ,
thấu hiểu tâm lý trí là như thành càn thất bà,
những xúc cảm thoáng qua, tốt và xấu,
và bản tánh của tâm – tâm thanh tịnh – là một,
cái ấy chúng ta nhận biết là sự như nhau không nhiễm ô như

bầu trời.

Sanh tử bao giờ cũng là niết bàn:

những ý tưởng mê lầm của chúng ta bay hơi như mây,
chúng ta biết sự thanh thản của quê nhà vốn có của chúng ta,
và chúng ta yêu quý cái sáng tỏ trống không này
và sự bình an hoàn hảo của tánh giác nguyên sơ.

Dù không gian vô sanh ấy thoát khỏi tri giác quy ước,
cho đến khi trò phô diễn huyền thuật của sự sanh được giác
ngộ trong không gian trống không,
chúng ta phải làm việc để nhổ gốc mê lầm phổ quát thuộc khái
niệm.

‘Làm’ và ‘không làm’, ‘trau dồi’ và ‘bỏ mặc’ là một;
nhưng chừng nào tâm còn bám vào tính có chất thể và cái tôi
tự ngã,

xin hãy tuân theo lời dạy sâu xa nghịch lại với cảm xúc này.

Chúng ta chỉ thông tuệ khi chúng ta chứng ngộ trong và ngoài

là một

khi vỡ tung vào bản tánh của tâm

Thiền định

Bây giờ để tự làm quen với sự thực này,

chúng ta chuẩn bị theo cùng cách như trước,

mong mỗi nhận biết mỗi hoàn cảnh như thành càn thất bà.

Cái chính yếu là nhận thấy rõ ràng mọi màu sắc và hình tướng,

trống không trong khi xuất hiện, như những thành càn thất bà,

mọi thanh, hương, vị, xúc và ý tưởng đều là những thành càn thất bà,

mọi nhận định phê phán xảy ra là những thành càn thất bà.

Như trước, ngày và đêm, chúng ta tự làm quen

với mọi sự – bất cứ cái gì xuất hiện – như những thành càn thất bà.

Một khi chúng ta thấy mọi sự là thành càn thất bà,

để cho chúng trong không gian không thật ấy, mọi tạo dựng tâm thức lắng xuống

tịnh quang tự hiện hữu, rạng rỡ trống không, hiện ra từ bên trong.

Cũng thế, trong giấc mộng, hãy thấy nó là thành càn thất bà và như trước, khi tự làm quen với chuyển hóa những giả dạng sự khao khát một bản sắc thường còn được xoa dịu, những xiềng xích của nhị nguyên tri giác bị phá vỡ, và những khuynh hướng trói buộc chúng ta hoàn toàn tan biến chúng ta nghỉ ngơi trong nhàn nhã và thong dong và đạt đến giải thoát.

Hãy tự làm quen với thành càn thất bà!

CHƯƠNG VIII

XUẤT HIỆN - TƯƠNG TỰ THỨ TÁM

Chư Phật trong trí huệ của các ngài đã nói

rằng mọi kinh nghiệm giống như những xuất hiện, những hiện hình.

Một lần nữa, hãy nghe sự soi sáng của tôi với chân lý này.

Trong không gian của tịnh quang, khuôn mặt bản nguyên của chúng ta,

từ niềm tin vô minh vào chất thể, linh hồn hay tự ngã,

những xuất hiện như huyễn của sanh tử đột hiện.

Giống như sự xuất hiện phong phú, vắng mặt nhưng biểu lộ,

chúng ta cảm thấy chúng khác nhau như lạc thú hay đau đớn.

Sáu loại chúng sanh và môi trường của họ
được biểu lộ qua khuynh hướng do nghiệp,
nhưng trong sự thanh tịnh của chúng, chúng là những trường
của ba thân Phật,
phóng chiếu tự hiện của tịnh quang và tánh giác nguyên sơ.
Nhu Mạn của Như huyễn Chuyển hóa¹ nói rõ
sự phóng hiện này có hai chiều kích –
tâm bình thường và tánh giác nguyên sơ.

Không gian trống không bốn nguyên là quê nhà vũ trụ của
chúng ta,
thế nên hiện diện thanh tịnh tịnh hóa nhiệm ô
tánh giác nguyên sơ là ở đây và bây giờ.
Nhưng qua những phóng chiếu tâm thức của ích kỷ mê lầm,
vô minh.
sáu loài hiện hữu, vui hay buồn, hiện ra như xuất hiện.

1 Một bản văn Dzogchen

Giống như những xuất hiện hiện ra từ chỗ không có gì,
chúng ta biết những xuất hiện như huyễn là thanh tịnh trong sự
vắng mặt của chúng;

giống như một xuất hiện sở hữu và điều khiển tâm,

chúng ta biết thế giới và chúng sanh như sự đầy tràn ra của
tâm thức;

giống như xuất hiện hiện ra theo tùy hứng của chúng ta,

chúng ta biết mỗi hoàn cảnh làm bằng những nguyên nhân và
điều kiện;

giống như xuất hiện mê lầm, vắng mặt nhưng rõ ràng

mọi hoàn cảnh, vắng mặt mà rõ ràng, là mê lầm của tâm thức –

những phóng chiếu tự hiện với năng lực lan tràn –

và bị chúng điều kiện hóa, chúng ta đồng hóa với chúng.

Phá vỡ, thói quen vật chất hóa bị bẻ gãy,

chúng ta để cho chúng như chúng là, và không phóng chiếu gì

chúng ta an trụ trong bản tánh của nền tảng hiện thể,

nơi, bản tánh của tâm là không gian trống không không thời gian.

Ba và năm độc phát sanh từ những dựng lập tâm thức
nhưng khi thẩm xét thì không chất thể nào được tìm thấy;
cảm xúc, như xuất hiện, hoàn toàn không chất thể,
thế nên chúng ta để mặc nó như sự sáng tạo trống không.

Mọi chúng sanh của toàn vũ trụ
mỗi đều khác nhau về thân, tâm, xung lực và cảm nhận,
đều giống như xuất hiện, vắng mặt nhưng hiển lộ.
Chúng đều không sanh, không diệt, không chuyển động,
không buộc không thoát,
không chuyển hóa không thay đổi,
nhưng chúng là hình tướng phong phú.
Chúng ta nhận biết chúng, bởi thế, như chỉ là xuất hiện.

Những phóng chiếu mê lầm của tâm với mọi khổ đau của chúng,

tất cả ở trong không gian của xuất hiện;

trong sự vắng mặt chất thể của chúng, chúng không thể đông đặc,

thế nên chúng ta nhận biết chúng là những nói dối trống không, bất nhị.

Những hiện tượng hợp từ năm nguyên tố –

ba cõi và chúng sanh –

mọi sự, khẳng định hay phủ nhận, đều là tâm xuất hiện;

chúng ta nhận biết tâm này, vắng mặt nhưng hiển lộ,

như xuất hiện huyễn hóa, nguyên sơ và thanh tịnh.

Mọi sự có vẻ thật đối với những em bé,

nhưng những hiện tượng do trí năng chế tạo và những thuộc tính của chúng,

tất cả bắt nguồn từ khuynh hướng nghiệp, không thể cho là

thật;

thoát khỏi nhị nguyên tri giác cụ thể hóa thành ‘cái này’ hay ‘cái kia’,

chúng ta biết tất cả đều là sự mở trống không có biên bờ, không thể diễn tả.

Khi chúng ta chỉ định bằng lời một vật như ‘cái này’ hay ‘cái kia’,

lời nói của chúng ta, như những sừng thỏ, là những tên trống không,

chỉ những gán tên tưởng tượng cho cái không hiện hữu:

chúng ta nhận biết mọi sự bây giờ là không gốc rễ và trống không.

Cái chỉ được định danh theo khái niệm là không hiện hữu;

đặt tên bởi khuynh hướng nghiệp, nó là vắng mặt nhưng hiển lộ;

và không có một đối tượng thì chủ thể cũng kết thúc

thể nên không có nhị nguyên tri giác:

tất cả đều mở trống, không thể tưởng tượng hay nói năng.

Bởi vì không ai có thể chỉ định chắc chắn, cái ‘đó’ thực sự là gì,

chúng ta gọi nó là xuất hiện, vĩnh viễn không có chất thể hay tinh túy.

Ngay trong khoảnh khắc xuất hiện, một xuất hiện là trống không,

thế nên mọi hoàn cảnh đều trống không, không thực;

cũng như một xuất hiện siêu vượt những ý niệm của hiện hữu,

thế nên bản tánh của mọi sanh khởi vượt khỏi bất kỳ tư tưởng nào về nó.

‘Bề ngoài’, ‘trống không’, ‘thật’, ‘giả’,

dù chúng ta có gán tên cho nó, sự gán tên không phải là nó;

buông bỏ ‘cái này’ hay ‘cái kia’

hãy nhìn vào sự mở trống bao la của nó.

Khi không có bám luyến ám ảnh,

bất cứ cái gì sanh khởi, đó là một toàn thể.

Thế nên tại sao thềm muốn những lời vô nghĩa?

Nếu chúng ta tin nó là ‘cái này’ hơn là ‘cái kia’

thì trạng thái tự nhiên của hiện thể chúng ta bị giảm bớt.

Cái gì có thể được phát hiện bởi một mạng lưới của những
quan niệm tư biện?

Những đặt tên của tâm là những tạo dựng tâm thức của chúng
ta

và dù nếu tánh Không tối hậu có thể được gọi ra,

chúng ta được để cho chỉ với niềm tin vào trạng thái tự nhiên
của hiện thể.

Cái gì có thể được biết bởi bất kỳ sự chỉ ra nào,

khi điếm cốt lõi nằm khỏi sự chỉ và cái được chỉ?

Và sự tranh luận cãi cọ là tư biện vô ích,

và bản tánh của tâm vẫn không được biết.

Như sự đồng bộ mạnh mẽ, tuy nhiên,
sự ban phước của Lama, đi vào trong trái tim chúng ta,
chiếu sáng như mặt trời linh thiêng mọc trong bầu trời không
mây,
và trong khoảnh khắc ấy thực tại chân thật được phát hiện.

Bây giờ tất cả là không gian nhất thể, không chướng ngại bởi
'là' hay 'không là',

giống như bầu trời bao la, không ranh giới, sự trống không
trong suốt của nó;

bây giờ, không cố ý mọi hoàn cảnh được chứng ngộ là xuất
hiện,

hình tướng – ánh sáng trống không trong không gian bao la.

Bất cứ cái gì là sanh tử – trong khoảnh khắc không thời gian
này – là niết bàn,

mọi khái niệm mê lầm được chứng ngộ là bản tánh của tâm;

tánh giác nguyên sơ vô ngã nhảy nhót trong trường không gian
của nó,

niềm tin vào những hình tướng vật chất bây giờ vô hiệu,
chúng ta hạnh phúc trong không gian xuất hiện của những
phóng chiếu của tâm,

Với nhận biết này, Hiện Thể Tánh Giác thấy chân lý
và không có cái gì còn lại để phát hiện, ngay bây giờ, ngay tại
đây,
bản tánh của tâm tự xuất hiện tức thời.

Nhưng nó không mở ra chỉ với người quý trọng
khả năng thần lực của ban phước của guru.

Màu sắc và hình tướng là một ngọn đèn cháy bùng cho những
người có thể thấy,

nhưng với người mù bẩm sinh thì chỉ những lời không phát lộ
cái gì;

người nào bị mù thì bằng lời chữ, không thể hiểu,

người ấy không thể thấy mặt trời sáng rõ của bản tánh của tâm.

Nhưng mù hơn người mù là những người ngu học giả,
dài dòng như những con vẹt, phồng lên với tự phụ,
nghĩa tâm yếu bị che tối bởi mạng lưới những khái niệm của
họ,

trong vô minh họ như người mù trong một thế giới màu sắc.

Không biết, họ tin vào chân lý của những ý tưởng của họ!

Than ôi! Buồn thay, những người kém may mắn nhất ấy! Ngo-
an cô biết bao!

Nghĩa tâm yếu luôn luôn trốn thoát họ.

Ở đây, bản tánh của tâm, bản thân tánh giác nguyên sơ không
sợ hãi,

nhờ guru phát hiện, là sự hiện diện vốn sẵn của chúng ta.

Nó mọc lên khi tâm an định, không nhiễm ô, không do tạo tác,
trong sự vắng mặt của bám luyến ám ảnh vào những hy vọng
và sợ hãi,

nhưng tốt nhất nó được biết là sáng tỏ trống không vô biên.

Tuy nhiên người nào có sự ban phước của dòng,

và bị guru chân thật² bắt giữ, người ấy được ban phước tối cao nhất.

Thiền định

Để có quen thuộc không lệch với trạng thái tự nhiên của hiện thể,

như trước, sự chuẩn bị là guru – yoga.

Và nguyện vọng trau dồi kinh nghiệm là xuất hiện.

Thực hành chính là củng cố sự tin chắc bằng kinh nghiệm rằng tâm giống như xuất hiện,

và bản tánh của những hình tướng trong tâm cũng giống như xuất hiện.

Hãy để nó như vậy trong bản tánh của tâm không chút gì lay động.

Bây giờ ở yên trong sáng tỏ trống không thoát khỏi thêm thắt của tâm thức,

an trụ trong không gian ấy, không có nhị nguyên tri giác lừa

2 Guru chân thật là bản tánh của tâm.

đối,

tịnh quang sanh khởi như xuất hiện trong sáng.

Nó là những hình tướng – ánh sáng không kết tinh, không vết
dơ do những niềm tin tạo tác,

nó lung linh với một hạnh phúc tự nhiên không dứt.

Tâm như bầu trời, sự sáng tỏ của nó không do quan niệm,

được biết là bầu trời tâm không tạo dựng, không thêm thắt.

Trong lúc này mọi hoàn cảnh hiện ra như xuất hiện,

những nội dung của tâm giải thoát trong xuất hiện,

thích và ghét, hy vọng và lo sợ, cái tôi, đều giống như xuất
hiện,

điểm bắt đầu, tiến trình và quả được giải thoát.

Ở đây những thành kiến và những tưởng tượng không trói
buộc chúng ta nữa:

dù chăm chú vào hiện hữu, mọi cảm thức về thường tan biến;

dù chăm chú vào không có gì, chủ nghĩa hư vô đoạn kiến của
chúng ta bốc hơi;

dù quán tưởng nhị nguyên chúng ta an trụ trong không gian bất nhị;

dù tưởng tượng một cái tôi, một linh hồn, một Ngã, chúng ta tự do đối với niềm tin;

bị điều kiện hóa tin vào một ‘cái khác’ xa lạ, giờ đây không có hy vọng hay lo sợ;

trau dồi giai đoạn sáng tạo, có thành tựu tự nhiên;

trau dồi giai đoạn thành tựu, giai đoạn sáng tạo là xuất hiện, hiện hình.

Trong sự sanh khởi và vỡ tan đồng thời của nó, cảm xúc được giải thoát;

vượt khỏi niềm tin chủ quan, chúng ta ở trong cái đích thực.

Trong luân xa của thực tại, tính nhất thời là không thời gian, và giống như những bóng ma chúng ta thản nhiên không dính dáng đến đồ vỡ và biến đổi.

Người diên linh thánh, không mục đích, không nắm giữ, trong suốt,

trong sự tự phát vô ngại của y không có giả vờ, không có những hy vọng hay sợ hãi;

bất cứ cái gì xuất hiện là không gian nhất thể không động cơ, năng lực Phật của tự phát như bầu trời trùm khắp.

Trong đó, ngày và đêm ở trong không gian xuất hiện,

tất cả những cao cả của chúng ta là một trong luân xa của lạc thú thanh tịnh;

tất cả những cái nhìn thấy ở trong luân xa của hưởng thụ thị giác;

mỗi kinh nghiệm của chúng ta bao bọc trong luân xa của thực tại;

những phóng chiếu huyền thuật của chúng ta không thể tính đếm trong luân xa của lưu xuất;

và hạnh phúc của chúng ta được duy trì trong luân xa của giữ gìn.

Năng lượng tâm thức, thô nặng, không được tập hợp, được rút gọn thành những yếu tố căn bản –

căn bản cấu trúc của nó là hệ thống những kinh mạch năng lượng,

cái cần tịnh hóa là những luân xa tương ứng

và nhân tố của tịnh hóa là năng lượng thanh tịnh;

sự thanh tịnh hiện thực là một vị của tánh giác nguyên sơ.

Trong giấc mộng, sự lưu xuất của chúng ta chuyển hóa trong những cõi Phật

và sau đó những giấc mộng lạc lối không xảy ra.

Ở trong tịnh quang ngày và đêm

trong samadhi của sáng tỏ và lạc phúc vô niệm,

thiên nhãn, những thần lực tâm linh, những khả năng huyền thuật

và tự phát đáp ứng hoàn hảo được hoàn thành.

Bây giờ những kinh nghiệm và chứng ngộ

cho lợi lạc của chính mình và người khác được thành tựu.

Tất cả những người may mắn chúng ta cần không ngừng

tự làm quen với mọi sự như là xuất hiện!

CHƯƠNG IX

NHỮNG ĐOẠN KẾT LUẬN

Để giải thích những giáo lý của chư Phật
về tám minh họa của ảo ảnh huyền thuật
tôi đã gom góp thần dược của kinh, tantra và giáo huấn truyền
miệng
và diễn đạt chúng như những tia sáng mặt trời vô nhiễm.

Qua công đức ấy nguyện tất cả chúng sanh không trừ ai
tri giác mọi hoàn cảnh là thoáng qua như huyền không nguồn
gốc,
và hoàn thành cái thấu hiểu cao hơn và cao hơn được trang
hoàng bởi ba thân Phật.

Từ bỏ trí năng khao khát sự an toàn
trong cái chỉ là mộng, màn huyền thuật, ảo ảnh,
phản chiếu, tiếng vang và xuất hiện,
hãy để cho tánh giác và tính tự phát lấy lại vương quyền của
chúng.

Một khi đã bị ám ảnh bởi thành phố xác thịt và những tình
cảm,

bây giờ thoát khỏi rừng rậm của không xác quyết đến khu
rừng thưa mát lạnh

hãy để bầu trời tán dương những đứa bé ấy.

Nguyện rằng, tâm tôi, ghê tởm sự xao lãng,

trong sự tách biệt, hạnh phúc trong rừng an bình,

chỉ tập chú vào thật nghĩa,

hoàn thành nội quán vô nhiễm của bậc cao cả.

Trong khu rừng hoa, lá và trái này,

được tươi tốt thêm bởi nước trong trẻo của một đời từ bỏ,

nguyện hiện thân của tôi trong dịp may độc nhất và hoàn cảnh đúng hợp này,

đi con đường của tự do đến kho tàng của nghĩa sâu xa.

Trong sự quá cảnh ngắn ngủi này, cho đến khi tôi đạt được mục đích,

thực hành công đức trong thế giới con người này,

trên con đường của an vui, hiện thực hóa những phương tiện thiện xảo,

nguyện tôi giải thoát cho vô số chúng sanh khỏi thế giới ảo tưởng này.

Phương pháp này là tinh túy của giáo lý sâu xa của chư Phật và vì nó chuyên chở ý nghĩa của mọi chân lý được thể nghiệm, với mong muốn tự do, chúng ta cần nỗ lực từ trái tim, ngày và đêm, không buông lỏng, sống nó trọn vẹn.

Những người của thế hệ sau, may mắn và có đức tin,

cần dựa trên những lời nói này mọi lúc,
và vượt qua đại dương sanh tử của cái ta và cái khác,
để hai mục tiêu của tất cả chúng sanh hoàn thành tự phát.

Thiền giả này với đôi mắt thấu suốt tất cả,
thấy nghĩa của kinh và tantra
và nghĩa thiết yếu của mọi lời dạy,
Drimey Wozer, với sự rạng rỡ không vết dơ,
tạo bản văn này trong một hang ở Gangri Tokar.

Mặt trời pháp này với vô số tia sáng vô nhiễm –
tánh giác nguyên sơ soi chiếu – xua tan bóng tối của vô minh,
làm trống không đại dương sanh tử đến giọt nước cuối cùng,
phát lộ lục địa không bờ bến của tự do.

PHỤ LỤC

PHỤ LỤC I

NHỮNG TƯƠNG TỰ CỦA THỰC TẠI CHO THẾ KỶ 21

Một Nagarjuna hiện đại chắc chắn sẽ gồm chiếu bóng như một tương tự của maya thống nhất sanh tử và niết bàn này. Có lẽ ngài sẽ gồm toàn ảnh (hologram) như một tương tự khác. Một Longchenpa hiện đại sẽ tạo những thơ kệ tinh tế kết buộc những tương tự vào kinh nghiệm thực tại của ngài; những thơ kệ dưới đây có lẽ là một phản chiếu yếu ớt của các ngài.

Chiếu bóng: Tương tự thứ Chín

Chư Phật trong trí huệ của các ngài sẽ nói

rằng tất cả kinh nghiệm của chúng ta giống như một phim chiếu.

Hãy lại nghe sự soi sáng về chân lý này.

Bản tánh của tâm giống như một phim chiếu bóng,
phim và màn hình không thể phân chia.

Chiếu bóng là ảo ảnh huyền thuật,
maya mê lầm tạo nên thế giới chúng ta,
một tương tục của sướng và khổ, lo âu và vui vẻ.

Nhưng màn bạc là tánh Không có cái biết
vẫn không bị những biến cố mà nó phản chiếu chạm đến.

Động đất, sóng thần, bão lửa, cuồng phong,
sinh và chết, thương và ghét, xuất hiện,
nhưng tấm màn vẫn nguyên sơ, luôn luôn vô nhiễm,
không hề bị xâm phạm, như mặt một tấm gương sáng.

Người nhìn với ý thức tự ngã,
đối tượng hóa hình ảnh trên tấm màn,
làm hiện maya nhị nguyên mê lầm
nơi maya là kẻ thù cần hàng phục.

Nhưng đối với người đi xem phim thích thú,
giống như một đứa trẻ trong trò chơi
nhưng ý thức đầy đủ mỗi khoảnh khắc xảy ra,
tâm nguyên sơ của nó và phim là một.
Nhu vậy kinh nghiệm điện ảnh giống như maya bất nhị.

Thư giãn vào cái biết bao trùm tất cả ấy,
phim và màn ảnh là một toàn thể một vị.
Không có màn – không có hình;
không có phim – chỉ là trông trợn;
hai cái hợp nhất – niềm vui thanh tịnh!

Tâm phê phán quan sát bộ phim
phân biệt giữa chỗ xuất sắc và chỗ nghèo nàn;
khen cái hay và chê cái dở
nó trau dồi nghiệp xác định sự tái sinh của nó.

Trong sự mải mê cuốn phim được chiếu,
bám luyến vào cái làm thoải mái, khước từ cái làm cho choáng
váng,
khẳng định cái vui thích và phủ nhận cái làm tổn thương,
những khuynh hướng thiên vị của nó được kết đọng và tăng
trưởng.

Tin vào thực tại của chúng sanh trên màn hình,
bị xô đẩy vào ảo ảnh huyền thuật của khoảnh khắc,
bị quyến rũ bởi những lừa dối của maya phim ảnh,
bám dính vào hành động như thể nó là của riêng chúng ta,
lần lượt chúng ta cười và khóc, hy vọng và lo sợ,
bị bắt giam vào những phóng chiếu tạo bởi khuynh hướng
nghiệp.

Tin vào thực tại của chúng sanh trên màn hình,
bị lôi cuốn bởi tạo dựng và múa may,

bởi thao tác xảo quyết của ánh sáng, và âm thanh,

không thấy chất liệu con người bên dưới,

đồng hóa nam nữ diễn viên với vai đóng của họ

những đứa trẻ con chúng ta tri giác chúng như là những nhân vật chân và thực.

Khi chúng ta thấu biết những hiệu quả thấy nghe là huyền hóa, rằng những phản ứng của chúng ta được xác định một cách chủ quan,

rằng kịch bản điện ảnh, người xem và phim là huyền hóa,

rằng thân tâm và môi trường là tâm tạo,

khi chúng ta thư giãn vào không gian trống không của bản tánh của tâm,

hoặc trong phim hoặc ngoài rạp hát,

bây giờ ở đây chỉ là sự lóe sáng của hình tượng – ánh sáng thoáng qua

và niềm vui của không dính mắc với mỗi sự cố.

Cũng như chiếu bóng là một giả vờ ảo ảnh, một lừa đảo, một ảo ảnh,

một nói dối được tính toán để dụ dỗ và làm mê say khán giả, thế thì những diễn viên là những phương tiện và tác nhân của trò lừa gạt ấy.

Để hoàn lại tánh giác và thần lực, giá trị và nghĩa,

bị đánh cắp bởi những xuất hiện trên màn,

chúng ta thấy tất cả, tất cả là huyễn hóa,

và do đó chúng ta có lại tự do.

Như thế, nhờ gốc niềm tin vào ‘tự ngã’ chúng ta,

và tin vào chung quanh như là ‘cái khác’,

người đã bị những phóng chiếu tiềm quyền

trở lại trạng thái tự nhiên của nó, bản tánh của tâm,

và maya của những khái niệm hư giả trở thành maya vô nhiễm.

Màn bạc là nơi những diễn viên với ý thức tự ngã cư trú

nỗ lực qua kỹ thuật cho sự tự phát không thật;
trong sanh tử chúng ta thư giãn trong bản tánh của tâm
qua không hành động.

Thiền định

Để chuẩn bị, như trước, chúng ta mong mỗi thấy những sự vật
là điện ảnh

và thực hành mỗi ngày là làm quen với nó.

Hãy thấy những biến cố của trạng thái thức là không thật như
cuốn phim;

treo lửng lơ trong không gian nơi mọi sự vốn không thật,

thoát khỏi niềm tin vào thực tại của những tri giác và quan
niệm của chúng ta.

Tâm đang bận rộn trở lại từ những chuyển đi của nó,

thư giãn trong trạng thái tự nhiên của hiện thể,

và quy phục niềm vui của bản tánh tinh túy của tâm.

Chúng ta là một vớ sự lưu xuất của ảo ảnh huyền thuật,
maya của tánh giác nguyên sơ của hiện thể chúng ta.

Ở đây và hiện tại là hiện diện thanh tịnh, không thời gian, bất
nhị,

trí huệ là mong muốn của trái tim.

Dòng chảy của cuốn phim không bao giờ dứt,

mỗi khoảnh khắc là trọn đủ trong chính nó,

nhưng không tách lìa với cái toàn thể –

sự tu hành như dòng chảy của sông giữ cho chúng ta hiện diện.

Như ban ngày, ban đêm cũng thế: hãy định tâm vào trung tâm
trái tim

và ngủ trong không gian nơi giấc mộng giống như một cuốn
phim,

và giấc mộng trong sáng, và vân vân, như trước, sẽ chắc chắn
sanh khởi.

Thậm chí những kinh nghiệm thị giác và nội quán giống như chiếu phim,

và với nhận biết tự động không có gì ở đâu cả,

những phóng chiếu tốt xấu đều sụp đổ.

Mất của nội quán, những thần lực tâm linh, những samadhi

và tính tự phát đáp ứng hoàn hảo thành tựu,

và sống như Phật chúng ta hướng dẫn cho chúng sanh.

Hãy tự làm quen với mọi hoàn cảnh như là chiếu phim!

Toàn ảnh: Tương tự thứ Mười

Chư Phật trong trí huệ của các ngài sẽ nói

rằng tất cả kinh nghiệm của chúng ta giống như một toàn ảnh.

Hãy lại nghe sự soi sáng chân lý này.

Như một toàn ảnh thấy được nhưng không chất thể

cũng vậy ảo ảnh huyền thuật thì vắng mặt nhưng hiển lộ;
mọi kinh nghiệm của chúng ta là ảo ảnh không chất thể,
maya của những khái niệm hư giả giống như một toàn ảnh,
thậm chí maya vô nhiễm giống như một toàn ảnh.

Cũng như mỗi phần chứa một hình ảnh của toàn thể,
cũng như một mảnh riêng lẻ của nó chứa toàn bộ hình tượng
– ánh sáng,
thế nên biết một phần tử chúng ta biết toàn thể –
chúng ta biết vũ trụ trong một hạt cát.

Giống như những electron truyền thông với nhau bất kể xa
gần,
bản tánh của tâm thì bao trùm tất cả,
mọi kinh nghiệm là một toàn thể vô biên,
không gian – thời gian là nền tảng trong đó nó sanh khởi.

Khi gạch và hồ là những trường thống nhất trông không, không gian – thời gian là không nền tảng, không gốc rễ hay cốt lõi;

như bóng ma, mọi xuất hiện, giống như một toàn ảnh, mọi kinh nghiệm là một hình tượng – ánh sáng thống nhất của tâm và trường của nó.

Sanh tử là một mẫu hình bị nhiễu, một lộn xộn vô nghĩa, trừ phi được soi sáng bởi ngọn đèn tia laser của tâm; bây giờ mọi sanh tử của chúng ta là niết bàn, những mẫu hình của ánh sáng, giống như một toàn ảnh, tánh giác của sáng tỏ và tánh Không.

Khi một toàn ảnh được phân chia, những phần của nó thì đồng dạng

thế nên mỗi phần tử của kinh nghiệm chúng ta là một toàn thể –

chỉ bây giờ và ở đây là ánh sáng thống nhất của tâm.

Nếu những phần tử của một toàn ảnh là đồng dạng với mọi cái khác

thì có sự nối kết khoảnh khắc không có thời gian;

không gian ba chiều kích là một ảo ảnh được thiết lập trước

và không có những phân chia của thời gian trong cái tại đây và bây giờ.

Thiền định

Để chuẩn bị, như trước, chúng ta mong mỗi thấy mọi sự là một toàn ảnh

và thực hành chính là có được quen thuộc với nội quán ấy.

Trước tiên hãy tự quán tưởng là một toàn ảnh,

rồi bao gồm quang cảnh chung quanh trong toàn ảnh ấy

và mở rộng phạm vi để bao gồm toàn thể thế giới

và cuối cùng toàn bộ vũ trụ với những ngôi sao và thiên hà của nó.

Hãy kinh nghiệm mọi biến cố của trạng thái thức là những toàn ảnh,

mọi sắc tướng là hình tướng – ánh sáng lung linh, lấp lánh,

ở nơi mà bên trong và bên ngoài, hiện diện và vắng mặt, là một,

nơi tâm và những sáng tạo trong suốt của nó là chỉ một.

Như ban ngày, ban đêm cũng thế: hãy định tâm vào trung tâm trái tim

và ngủ trong không gian nơi giấc mộng thì giống như một toàn ảnh,

và giấc mộng sáng tỏ, và vân vân, như trước, sẽ chắc chắn sanh khởi.

Thậm chí những cái nhìn thấy và nội quán vĩ đại đều giống như những toàn ảnh.

Mắt của nội quán, những thần lực tâm linh, những samadhi

và tự phát đáp ứng hoàn hảo được hoàn thành,

và sống như Phật chúng ta trở thành ngọn đèn cho tất cả chúng sanh.

Hãy tự làm quen với mọi hoàn cảnh như là một toàn ảnh!

PHỤ LỤC II

VĂN HÓA HANG ĐỘNG

Để dàng suy luận từ phong cách bền bỉ của văn xuôi và thơ ca của Longchenpa rằng ngài đã sáng tác những tác phẩm trong tháp ngà của một học viện tu viện tiện nghi, có lẽ có những thị giả hầu hạ, thỉnh thoảng có những đồng nghiệp đến thăm trong sự ngưỡng mộ công trình như tháp báu của ngài. Một quan kiến như vậy có thể thích hợp với Je Tsongkhapa, ngài đã sống phần lớn đời mình trong những nơi ẩn cư như Yangon ở sau Tu viện Retang và Taishi Dokha ở Yonlung, những nơi ẩn cư hang động trong rừng giữa những sườn thấp xanh cỏ và hoa của những phụ lưu sông Tsangpa vùng Trung Tây Tạng. Nhưng trong chùng mực mà phần lớn đời ngài đã ở trong những hang động gần đường mức tuyết, Longchenpa giống nhiều hơn với ẩn sĩ hạng nhất Jetsun Milarepa. Quả thật những hang động của Milarepa nằm ở vùng cao dãy Himalaya ở những độ cao hơn, trong vùng trơ trụi những sườn núi phía bắc của dãy Himalaya. Những hang động của Longchenpa ngược lại được tìm thấy nơi cao trong những khúc sông phía

trên những thung lũng của sông Yarlung Tsangpo, nơi con sông lớn cắt những rãnh vào bình nguyên cho mùa màng nông nghiệp Tây Tạng. Milarepa đã sống nguyên tắc khổ hạnh cực kỳ lớn hơn Longchenpa, nhưng những cái chính yếu của hai cách sống thì như nhau – một mình, đơn giản, giảm thiểu giác quan và dần thân vào cái nhìn thấy bất nhị.

Tuy nhiên, hang của Longchenpa giống như của Milarepa, không phải là những hang của những người chăn súc vật. Hang của Longchenpa rộng và khô, bảo vệ khỏi thời tiết, có lẽ với giường đục vào đá, bàn thờ bằng đá, một ít kệ để sách và có chỗ cho người tham dự và khách. Một bức tường trước hang, có lẽ với cửa sổ và cửa lớn, có thể được thêm vào để bảo vệ khỏi thời tiết.

Longchenpa diễn tả cách tìm một hang lý tưởng cho việc thiền định. Nó nằm trên cao ở trung tâm của một nửa vành trăng của những ngọn đồi tạo thành một nửa mạn đà la được quán tưởng, phía nam đối mặt với một cái thấy 180 độ của bầu trời, một con suối cạnh một cái cây và một tháp trong tầm mắt. Hang ấy ở cao trên sườn đồi, gần đường mức tuyết, chắc chắn để dẫn khởi một ý thức khổ hạnh (*tapasya*) nhưng sự gần gũi với không gian trống không thì còn quan trọng hơn. Xa cách với làng xóm hay lều trại du mục được bảo đảm nhưng điều này không phải làm cùn nhạt những giác quan hay đánh thuốc

mê tâm thức. Hơn nữa, tỉnh giác của năm lục thú giác quan được nâng cao và sự chuyên chế của những nội giác quan được buông lỏng. Hiệu quả của độ cao trên thân tâm khi nó giảm thiểu năng lực vật lý và khuynh hướng chuyển động thân khuyến khích cho một trạng thái thiền định.

Longchenpa sáng tác *Bộ Ba Tìm thấy Nhà nhĩ và Thông dong* trong chỗ ẩn cư hang động vùng Gangri Tokar, nằm trên nữ tu viện Shuksep ở đỉnh thung lũng Nyephu. Ở đây Longchenpa cũng sáng tác *Bảy Kho Tàng, Khandro Nyingtik* vĩ đại của ngài và nhiều công trình quan trọng khác. Ngày nay chỗ ẩn cư dễ đi đến bằng đường bộ. Hai giờ lên dốc từ nữ tu viện Shuksep, qua những bụi tùng xù rải rác trên đá, hành hương đến đỉnh của Gangri Tokar. Cũng có thể đến bằng hai ngày đi bộ trên những cánh đồng cỏ cho trâu yak từ thung lũng Dorje Drak ở phía nam.

Tượng trưng theo địa thế của những hang và khung cảnh mạn đà la ở đỉnh thung lũng tạo ra những điểm thiết yếu của quang cảnh cho chỗ ẩn cư. Về phía tây có một tầm nhìn xuống thung lũng đến sông Kyichu và những dòng uốn quanh của nó băng qua đồng bằng ngập nước; về phía nam là quang cảnh tráng lệ nhìn thấy Rivo Tsenpa. Nhưng Gan-gri Tokar nằm ở tâm của một hình ảnh biểu lộ tự nhiên của Dorje Pakmo, Lợn nái Kim cương, tạo bằng hình dạng của đỉnh Gangri Tokar. Hai

dòng suối phát sanh nước sữa tượng trưng những vú, Shuksep trên đầu gối trái của lợn nái; và yoni nuôi dưỡng dòng chính ở mặt bắc của đỉnh. Như vậy cảnh vật đầy đủ những biểu tượng thiêng liêng tự nhiên.

Nơi thần lực chính ở Gangri Tokar là hang gọi là Orgyen Dzong Wosel Tinkyi Kye-motsel, Hang Mây Tịnh Quang của Đô thành của Orgyen. Hang thì nhỏ và trần thấp, tạo thành bằng một tảng đá lớn đỡ bằng các mặt như vách. Một phòng thờ nhỏ trước hang đã được xây dựng lại. Một tượng nhỏ của chính Longchenpa được đặt ở vị trí trên bàn thờ của hang. Từ hang nhìn ra là phần gốc của cây tùng xù nơi đó các bồn tôn bảo vệ ở và giúp đỡ Longchenpa trong việc viết. Gần đó là lá cờ cầu nguyện trang hoàng cho chỗ ở của vị nữ hộ pháp Doye Yudronma, đã mời Longchenpa đến cảnh trí ấy. Dưới sườn dốc bên phải là tảng đá lớn, trên đó những Kandroma và Hộ pháp đặt nguyên liệu để làm mực.



Chương trình ấn tổng sách điện tử do quỹ Liên Hoa Quang (lienhoaquang.org) với sự trợ giúp của NXB Thiện Tri Thức. Xin tùy hỷ công đức tất cả bè bạn gần xa ủng hộ, đóng góp cho chương trình này.

Nguyện đem công đức này xin hồi hướng cho tất cả hữu tình chúng sinh trọn viên thành Phật Đạo.



ཡི་གེ་ཉི་ཤུ་ཅུ་རྒྱལ་པ་འདི་དཔེ་ཆ་ཡི་ནང་དུ་བཞག་ན་དཔེ་ཆ་དེ་ཅི་འདྲར་
བཀོ་སྐུ་ལྷན་པ་མི་འབྲུང་བར་འཇམ་དཔལ་ཅུ་རྒྱུད་ལམ་གསུངས་སོ།།

