



# HIỆN QUÁN TRANG NGHIÊM LUẬN

luận về Bát nhã ba la mật của Phật Di Lặc

Bình giảng: Thrangu Rinpoche & Geshe Lharampa

THIỆN TRI THỨC



## HIỆN QUÁN TRANG NGHIÊM LUẬN

(Skt. Abhisamayalankara – prajnaparamita – upadesha –  
shastra)

Giảng luận về Bát nhã ba la mật của Phật Di Lặc

Một Bình giảng của Thrangu Rinpoche Geshe Lharampa

Dịch miệng bởi Ken và Katia Holmes

Dịch sau cùng bởi Tiến sĩ Cormelia Weishaar-Gunter



## MỤC LỤC

Năm tác phẩm của Maitreya .....	7
Năm con đường.....	9
Chương 1: Một dẫn vào Bát nhã ba la mật .....	11
Chương 2: Những câu kệ dẫn nhập của luận .....	19
Chương 3: Bồ đề tâm .....	30
Chương 4: Những lời dạy thực hành .....	41
Chương 5: Con đường của nối kết và Phật tánh .....	49
Chương 6: Những đối tượng để tập chú cho Bồ tát .....	62
Chương 7: Thực hành thiền định và thực hành tích tập....	70
Chương 8: Những con đường tiểu thừa .....	90
Chương 9: Con đường Bồ tát của quán thấy.....	100
Chương 10: Con đường Bồ tát của thiền định hay tu tập	107
Chương 11: Hiểu biết nền tảng .....	125
Chương 12: Áp dụng chứng ngộ vào mọi phương diện .	139
Chương 13: Con đường nối kết.....	161
Chương 14: Áp dụng khi đạt đến đỉnh.....	173
Chương 15: Áp dụng theo thứ tự những giai đoạn của con đường Bồ tát.....	191
Chương 16: Những hành giả tức thời .....	197
Chương 17: Ba thân .....	202



## NĂM TÁC PHẨM CỦA MAITREYA

1/ *Trang hoàng của những Kinh Đại thừa*, Đại thừa trang nghiêm luận (Skt. *Mahayama – sutra – lamkara*) gồm hai mươi một chương bằng thể kệ, gồm một bàn luận về Phật tánh, quy y Tam Bảo, những con đường Đại thừa, và giáo lý tánh Không.

2/ *Trang nghiêm của Chúng ngộ Sáng tỏ*, Hiện quán trang nghiêm luận (*Abhisamayalamkara*) là một luận giảng theo thể kệ về văn học Bát nhã ba la mật (trong 100.000 và 25.000 và trong 8.000 câu kệ) và giống như văn học ấy, được chia thành tám chủ đề kim cương. Bản luận này được nghiên cứu trong tất cả bốn dòng phái Tây Tạng và được dùng trong nghiên cứu hệ thống kinh.

3/ *Phân biệt Trung đạo khỏi các cực đoan*, Trung biên phân biệt luận (Skt. *Madhyantavibhaga*) là một luận giảng trình bày chủ yếu về trường phái Duy tâm (Cittamatra) của Phật giáo, đặc biệt trường phái Shentong. Bản luận khám phá thường kiến (chủ nghĩa vĩnh cửu) và đoạn kiến (chủ nghĩa hư vô) và tại sao chúng không phải là trung đạo.

4/ *Phân biệt Pháp và Pháp tánh* (Skt. *Dharma – dharmata – vibhaga*) là một luận giảng về giáo lý Như Lai tạng và trường phái Duy tâm.

5/ *Uttaratantra shastra*, được viết bằng thể kệ và có bảy điểm kim cương. Chủ yếu là một giảng luận về Tam Bảo, hạt giống của Phật tánh có sẵn trong tất cả chúng sanh, và những thuộc tính và hoạt động của Phật. Nó đặc biệt nói về chủ đề Phật tánh và sự khai triển chúng ngộ bản tánh của những hiện tượng qua sự tịnh hóa những phiền não.



# NĂM CON ĐƯỜNG

(Skt. *pancamarga*)

Năm con đường này được đề cập nhiều lần trong Hiện quán trang nghiêm luận.

## 1. Con đường tích tập (Skt. *sambhara – marga*)

Trên con đường này hành giả thực hành bốn nền tảng của chánh niệm và thực hành cái cần nhận lấy và cái cần từ bỏ.

## 2. Con đường chuẩn bị (Skt. *prayoga – marga*)

Trên con đường này, cũng được gọi là con đường kết hợp, hành giả khai triển một cái thấy sâu xa vào Bốn Chân lý Cao cả và cắt đứt gốc rễ của cõi dục.

## 3. Con đường của quán thấy (Skt. *darsana – marga*)

Trên con đường này, cũng được gọi là con đường thấy, hành giả chứng ngộ Bốn Chân lý Cao cả và đi vào địa thứ nhất của Bồ tát, chứng ngộ tánh Không của những hiện tượng.

#### 4. Con đường tu tập (*bhavana – marga*, TT. *sgom – lam*)

Trong con đường này hành giả tiếp tục cái thấy của con đường quán thấy và bắt đầu đi vào địa thứ hai cho đến địa thứ chín của Bồ tát. Trong con đường này, cũng được gọi là con đường thiền định, bởi vì tiếng Tây Tạng *sgom* có nghĩa là thiền định.

#### 5. Con đường không học nữa (Skt. *ashaiksha – marga*)

Trên con đường này, cũng được gọi là con đường hoàn mãn (Skt. *nishtha – marga*) hành giả đạt đến thiền định viên mãn hay samadhi và đạt đến Phật quả.

## **CHƯƠNG 1: MỘT DẪN VÀO BÁT NHÃ BA LA MẬT**

Đức Phật dạy trong ba giai đoạn chính mà chúng ta gọi là ba lần chuyển pháp luân. Lần chuyển pháp luân thứ nhất xảy ra ở Varanasi mà bây giờ chúng ta gọi là Benares. Trong những giáo lý đầu tiên này Đức Phật dạy Bốn chân lý cao cả: chân lý khổ, chân lý sự phát sanh của khổ, chân lý chấm dứt khổ, và chân lý con đường dẫn đến sự chấm dứt khổ. Khi tự thông thạo với những chân lý này bằng cách thiền định về bốn chân lý, chúng ta có thể thành tựu trạng thái của một Thanh Văn hay một Độc Giác Phật, những vị thành tựu quả của Tiểu thừa. Trong lần chuyển pháp luân thứ ba Đức Phật dạy về Phật tánh đang hiện diện trong tất cả chúng sanh.

Những giáo lý này về Bát nhã ba la mật thuộc về lần chuyển pháp luân thứ hai. Chủ đề chính của lần chuyển pháp luân thứ hai này là sự khám phá tánh Không của những hiện tượng và chủ yếu được dạy ở núi Linh Thứu, ngày nay có thể viếng thăm ở Rajagriha ở Ấn Độ.

Đức Phật dạy Bát nhã ba la mật (Trí huệ rốt ráo) rất rộng.

Ngài dạy sâu xa trong một kinh gọi là trăm ngàn câu kệ, trong một kinh tâm trung gọi là hai mươi lăm ngàn câu kệ, và trong một kinh ngắn gọi là tám ngàn câu kệ. Những giáo lý về Bát nhã ba la mật cũng có trong một kinh cực kỳ ngắn và cô đọng được gọi là *Tâm Kinh* thường được tụng mỗi ngày trong các trung tâm Phật giáo Đại thừa. Cuối cùng, những giáo lý này có thể gồm trong một hình thức còn ngắn hơn bởi thần chú Bát nhã ba la mật là OM GATE GATE PARGATE PARASAM GATE BODHIYE SOHA và trong hình thức ngắn nhất trong chữ Tây Tạng là AH.

### ***Hai Lối tiếp cận Bát nhã ba la mật***

Có hai lối tiếp cận chính về nghĩa của Bát nhã ba la mật. Lối thứ nhất là một trình bày trực tiếp nghĩa của tánh Không và thứ hai là sự trình bày gián tiếp của việc phát hiện nghĩa ẩn dấu của tánh Không bằng cách bàn luận những con đường và cấp độ tâm linh. Trong sự trình bày trực tiếp bản tánh của tánh Không, chúng ta giải quyết sự thấu hiểu tánh Không là mối quan tâm chính của thực hành của một Bồ tát. Trong một phương pháp chi tiết hơn, nếu chúng ta tiếp cận nó theo một cách phân tích, người ta có thể khảo sát mười sáu phương diện của tánh Không, chẳng hạn nội không, ngoại không, nội ngoại

không, không không, đại không, hữu vi không, vô vi không.... Cách tiếp cận trực tiếp khác là khảo sát tánh Không theo cấp độ tương đối và cấp độ tối hậu.

Sự trình bày gián tiếp thứ hai về tánh Không là tiếp cận tánh Không bằng cách nghiên cứu tiến bộ tâm linh trên năm con đường và mười cấp độ Bồ tát. Năm con đường là: con đường tích tập, con đường nối kết, con đường thấy sâu sắc, con đường tu tập, và con đường không học nữa. Khi khảo sát năm con đường này chúng ta có thể bắt đầu hiểu tánh Không bằng cách suy ngẫm cái gì xảy ra trên mỗi con đường theo một sự tăng dần trí huệ (Skt.prajna). Chúng ta bắt đầu với trí huệ căn cứ trên việc nghe giáo lý (văn huệ). Rồi điều này dẫn đến trí huệ đến từ suy ngẫm điều đã nghe qua nghiên cứu (tư huệ). Sau đó chúng ta thực sự thiền định về tánh Không để có được cái thấy sâu sắc trực tiếp tánh Không (tu huệ).

Sự nghiên cứu trực tiếp tánh Không chủ yếu đến từ những đạo sư Nagarjuna (Long Thọ) và Dharmakirti (Pháp Xứng), các ngài diễn tả tánh Không theo lý trí luận lý. Nghĩa gián tiếp đi đến tánh Không được trình bày bởi đại thánh Maitreya (Di Lặc) trong bản văn này về Bát nhã ba la mật được gọi là *Abhisamayalankara* (Trang hoàng của chúng ngộ sáng tỏ, Hiện quán trang nghiêm luận). Trong giáo lý này ngài ban cho nghĩa gián tiếp của tánh Không bằng cách giải nghĩa năm con

đường và mười địa Bồ tát.

### ***Tu tập Bát nhã***

Để bắt đầu, chúng ta đang sống trong sanh tử luân hồi chứa nhiều khổ đau, nhọc nhằn, khó khăn. Một khảo sát gần sát hơn cho thấy những khó khăn và khổ đau phát sanh từ vô minh, ngu si. Bây giờ cách chính để xóa tan vô minh, nguyên nhân của mọi vấn nạn này là trau dồi, tu tập trí huệ, đặc biệt, trí huệ về tánh Không.

Chúng ta bắt đầu với chỉ trí huệ giới hạn, và cuối cùng qua thực hành, cái này thành một trí huệ bao la (jnana), là trí huệ của Phật. Cách hiệu quả nhất để xóa những trạng thái xấu của tâm ta là bằng trí huệ. Thí dụ cổ điển để minh họa phát triển trí huệ loại trừ phiền não là thí dụ sợi dây và con rắn. Nếu có một sợi dây cuộn vào trong phòng tối và chúng ta nhìn mà không biết đó là sợi dây, chúng ta có thể lầm nó là con rắn. Nếu nghĩ nó là một con rắn, chúng ta khinh sợ, lo lắng. Ý tưởng sai lầm này là nguyên nhân khổ đau của chúng ta, gây ra chỉ bởi vì vô minh, không biết của chúng ta. Chúng ta không biết bản tánh thật của sợi dây và tin nó là một con rắn. Giải pháp để loại bỏ lo lắng là đơn giản biết rằng nó thực là một sợi dây và niềm tin nó là con rắn chỉ là một ảo tưởng. Chính bằng trí huệ thấy

thật tánh của sợi dây mà chúng ta có thể loại bỏ khổ đau trong tình huống này.

Trong một cách tương tự, sự khổ đau và những vấn nạn lớn lao trong đời sống chúng ta đều phát sanh từ không biết bản tánh của mê lầm, tri giác của chúng ta về thế giới là mê lầm. Chúng ta thực sự không cần dùng đến sân giận, nhưng chúng ta làm điều đó. Chúng ta thực sự không cần sanh khởi tham muốn, nhưng chúng ta lại làm. Giận và tham của chúng ta gây ra nhiều vấn nạn và khó khăn. Bây giờ cách tốt nhất để trừ bỏ những vấn nạn và khổ đau của cuộc đời là tấn công gốc rễ của vấn nạn, đó là hiểu rằng ảo tưởng mê lầm và vô minh đã gây ra tình huống. Chúng ta có thể thấy suốt qua ảo tưởng này bằng cách trau dồi trí huệ, điều này quan trọng rất đối với chúng ta.

Khi nói về Bát nhã ba la mật, chúng ta đang nói về sự hoàn hảo của trí huệ này hay trí huệ đưa chúng ta qua bờ bên kia. Điều này là chính xác bởi vì không có gì bằng trí huệ tánh Không. Tu tập bát nhã (prajna) là cách tốt nhất để loại bỏ khổ đau của sanh tử và từ nó chúng ta có được một cái nhìn sâu sắc và trực tiếp vào cách hiện hữu thực của tất cả sự vật.

Không may là chúng ta có nhiều che ám nơi tâm, nên không thể thành lĩnh chuyên sang một trạng thái của trí huệ rất

sáng suốt và sống động. Thế nên chúng ta cần nghiên cứu kinh Phật và những giảng luận khác nhau của các luận sư vĩ đại. Đã học những cái ấy, bây giờ chúng ta có thể suy ngẫm và quán chiếu rất sâu điều đã học và đã nghe. Chính qua việc này mà chúng ta có thể dần dần tra dồi bát nhã.

### ***Học Kinh và Luận***

Rất lợi lạc khi nghiên cứu bài thuyết pháp của Đức Phật bao trùm nhiều lãnh vực. Người ta có thể nghiên cứu kinh điển của hệ thống Tiểu thừa và hệ thống của Đại thừa. Tuy nhiên ở Tây Tạng, là vùng đất giàu có những giáo lý Kim cương thừa, không có sự nhấn mạnh lớn lao vào những giáo lý của chính Đức Phật, mà nhấn mạnh vào sự nghiên cứu những bài thuyết pháp và luận giảng của những vị thầy vĩ đại sau thời Đức Phật. Có một lý do tốt đẹp để nghiên cứu nhiều các luận như vậy ở Tây Tạng. Khi Đức Phật dạy, một đệ tử đến và có một câu hỏi đặc biệt và ngài cho câu trả lời. Vị đệ tử khác đến với một câu hỏi khác và Đức Phật trả lời câu hỏi đó. Suốt đời ngài, ngài đã dạy như vậy. Ngài không ban cho những bài thuyết pháp dài và cấu trúc hệ thống về một chủ đề riêng biệt và rồi qua chủ đề kế tiếp trong một trình tự luận lý. Như một kết quả, sau khi Đức Phật nhập Đại Niết bàn, một số đại sư Phật giáo đã sắp



xếp có hệ thống những lời dạy khác nhau thành những chủ đề. Công trình của các ngài hoàn toàn căn cứ trên điều Đức Phật đã dạy và không phải những lời lý thuyết của riêng các ngài, mà là những giáo lý Phật giáo được tổ chức thành hệ thống. Nếu chúng ta bắt đầu đọc những kinh khác nhau của Đức Phật, chúng ta sẽ thấy rất nhiều, và phải rất nhiều thời gian để xây dựng một bức tranh có tổ chức về những điều Phật dạy. Dễ hơn nhiều nếu bắt đầu khảo sát những luận, chúng trình bày cốt lõi súc tích của những lời dạy của Đức Phật. Một khi chúng ta đã có bức tranh ấy, bấy giờ chúng ta có thể đọc những kinh Phật và biết rằng một người thích hợp với một chủ đề riêng và như vậy hiểu giáo lý của Phật hơn. Đây là lý do tại sao ở Tây Tạng có sự nhấn mạnh nhiều hơn vào những luận.

Chúng ta có thể lấy thí dụ văn chương Bát nhã ba la mật là những lời dạy Đức Phật ban cho trong 100.000 câu kệ, thành mười hai bộ trong tiếng Tây Tạng. Nhưng cũng có 25.000 câu kệ Bát nhã ba la mật gồm trong ba bộ. Rồi có 8.000 câu kệ gồm trong một bộ. Thế nên chúng ta có thể nghiên cứu toàn thể mười sáu bộ về Bát nhã ba la mật hay có thể nghiên cứu *Luận Trang Nghiêm của Chứng ngộ Sáng tỏ* (Hiện quán trang nghiên luận) gồm tóm toàn bộ nghĩa của những giáo lý này trong chỉ một ít trang.

## *Câu hỏi*

**Câu hỏi:** Đây là sự khác biệt giữa một Thanh Văn và một Độc Giác Phật (Duyên Giác)?

**Rinpoche:** Chữ Thanh Văn nghĩa là “người nghe”. Đó là những người nghe những lời dạy của một thiện tri thức và nhận ra giá trị của chúng và làm việc nhiều để hiểu chúng và đưa chúng vào thực hành. Những Thanh Văn sống vào thời Đức Phật dạy hay khi giáo lý được ban cho. Độc Giác Phật là người thức tỉnh bởi chính mình. Nhờ nghiệp lực đời trước, học hiểu đời trước, các vị thường sanh ở những thế giới không có giáo pháp Phật vào lúc đó. Tự mình, các vị hiểu được bản chất Bốn Chân lý Cao cả, hiểu thế giới và khổ đau, những nguyên nhân của khổ đau bằng chính quán sát của mình, hiểu mười hai nhân duyên tương thuộc và thiên định như thế nào, tất cả đều do năng lực tu hành trước kia. Vì thế các vị đi vào những nơi hoang vắng và giác ngộ một mình.

## CHƯƠNG 2: NHỮNG CÂU KỆ DẪN NHẬP CỦA LUẬN

Abhisamayalankara do Maitreya viết, là một luận súc tích về Bát nhã ba la mật. Trong tiêu đề, nó được gọi là một “upadesha shastra”, trong một ít lời cho cái nhìn thấy sâu sắc cốt lõi vào toàn thể chủ đề. Trong luận này Maitreya bắt đầu bằng diễn tả tác phẩm này như là chạm đến dây thần kinh chính của Bát nhã ba la mật và có thể chuyên chở hết trong những lời rất chính xác này.

Tác giả của luận văn, nói một cách thích đáng, là vị bảo hộ vĩ đại của chúng sanh, Maitreya, Di Lặc. Chúng ta đã nhận luận văn này qua thánh Asanga (Vô Trước), vị đại sư Phật giáo qua sự chứng ngộ tâm linh của mình đã có thể đến tịnh độ Tushita (Đâu Suất) và nhận những giáo lý từ Maitreya. Trong năm tác phẩm chính của Maitreya, Abhisamayalankara là tác phẩm đầu tiên. Chúng ta biết điều này bởi vì nó bắt đầu với một kính lễ mà bốn tác phẩm kia không có.

## ***Đánh lễ***

Phần đưa vào bản văn bắt đầu bằng đánh lễ mẹ của chư Phật. Mẹ của chư Phật là trí huệ Bát nhã, bởi vì trí huệ cao nhất này sẽ làm sanh khởi Phật quả. Không có trí huệ này người ta không thể thành Phật. Thế nên trí huệ này giống như người mẹ sanh ra chư Phật. Trí huệ cũng sanh khởi những trạng thái cao cấp ngoài Phật quả như được đề cập trong phần đánh lễ này. Đánh lễ tán dương trí huệ làm sanh khởi Thanh Văn, trong trạng thái bình an của các vị, và trí huệ làm sanh khởi các đại Bồ tát.

Tổng quát, có ba phần về ba loại trí huệ. Trí huệ thứ nhất là hiểu biết căn bản những hiện tượng, trí huệ thứ hai là hiểu biết con đường, và thứ ba là hiểu biết của toàn giác. Ba loại trí huệ Bát nhã này sanh khởi mọi phẩm tính giác ngộ của chư Phật. Những Thanh Văn và Độc Giác Phật trau dồi Bát nhã để hiểu khổ đau vô hạn trong sanh tử và những phẩm tính của bình an làm bình lặng khổ đau. Quan tâm chính của các vị là trau dồi trí huệ thứ nhất. Những phẩm tính của Bồ tát tuôn ra chủ yếu từ trí huệ con đường.

Quan tâm chính của Bồ tát là giúp đỡ những chúng sanh khác phát triển và trưởng thành. Khả năng hiện thực để giúp đỡ những chúng sanh khác trưởng thành đến từ sự học hỏi sâu

rộng con đường. Trí huệ thứ ba của toàn giác là hiểu biết trọn vẹn mọi hiện tượng. Khả năng của chư Phật để hướng dẫn và dẫn dắt chúng sanh đến từ sự toàn giác này. Tinh túy của ba loại trí là trí huệ Bát nhã, và bởi vì nó làm sanh khởi tất cả mọi phẩm tính của tất cả các bậc thánh, sự đánh lễ này tán dương trí huệ, mẹ của chư Phật, chư Bồ tát, chư Thanh Văn và chư Độc Giác Phật.

### ***Sự cần thiết tạo luận***

Phần đầu là đánh lễ, tán dương mẹ của ba loại trí huệ. Phần tiếp theo nói về sự cần thiết tạo ra luận mới này. Trong Phật giáo, nếu người nào muốn tạo ra một luận mới, người ấy cần có thẩm quyền để làm điều ấy. Nói chung, có ba loại tác giả. Loại tác giả tốt nhất là một luận có sự chứng ngộ pháp tánh (dharmata) hay tinh túy vũ trụ. Loại tác giả tốt thứ hai là người đã có một chứng ngộ trực tiếp những bản tôn, như Quán Thế Âm, Văn Thù hay Kim Cương Thủ. Chứng ngộ nghĩa là những tác giả đã gặp gỡ, mặt đối mặt trong thiền định với một bản tôn, khiến có sự tạo luận. Nó không hoàn toàn tốt như chứng ngộ pháp tánh, nhưng là cái tốt thứ hai. Thẩm quyền tối thiểu để tạo một luận là ít nhất vị ấy đã học hết Ngũ minh. Nếu một người rất thông thái và hiểu những ám chỉ của thuật ngữ

và những phân nhánh của các ngành học khác nhau, người ta cũng có thể tạo ra những luận có ý nghĩa, nhưng nếu không có học rất rộng người ta không thực sự có thẩm quyền tạo luận.

Chúng ta cần nghiên cứu những bản luận này của những tác giả có một số hay tất cả những phẩm tính ấy. Nếu cả ba đều có thì tốt nhất. Nếu không có những phẩm tính ấy, chúng ta có thể bối rối và bị lạc khi thực hành. Thế nên chúng ta cần tìm ra những luận được tạo một cách thích đáng. Hiện quán trang nghiêm luận thì rất bổ ích bởi vì người tạo luận, Maitreya, không chỉ là một người rất giỏi ngữ minh, hay người có sự gặp gỡ trực tiếp với một bản tôn, mà ngài thuộc về những người đã có chứng ngộ trực tiếp và chân thật pháp tánh.

Sự chứng ngộ pháp tánh hiện diện nơi những hành giả đã đạt địa thứ nhất của Bồ tát. Maitreya không chỉ đạt địa thứ nhất hay thứ hai, thứ ba, mà đạt đến địa thứ mười và cuối cùng của Bồ tát. Ngài có kinh nghiệm thanh tịnh nhất, phong phú nhất về pháp tánh. Trong tất cả Bồ tát phục vụ Đức Phật khi còn tại thế, Đức Phật đã yêu cầu ngài làm nhiếp chính trong thời hiện tại; thế nên Maitreya là đại diện của Đức Phật và được xưng là “Maitreya Người bảo vệ”.

Khi chúng ta biết rằng chính Maitreya sáng tác luận này, chúng ta có thể tin tưởng lớn lao vào nó. Nếu chúng ta đem

những giáo lý này vào thực hành, kết quả sẽ rất sung mãn cho chúng ta. Luận này không do Maitreya tự tạo, mà hoàn toàn dựa trên những giáo lý Bát nhã ba la mật của Đức Phật. Nếu chúng ta không có chìa khóa của tinh túy của những giáo lý Bát nhã ba la mật sâu xa này thì sẽ rất khó để chúng ta nắm được nghĩa của chúng. Thế nên Maitreya đã viết văn bản này để cho chúng ta chìa khóa đi vào nghĩa Bát nhã ba la mật.

Ngày nay chúng ta không thể trực tiếp gặp Đức Phật hay nghe lời giảng dạy của ngài. Nhưng Maitreya viết luận này đã nhận những lời dạy trực tiếp từ Đức Phật và được trao truyền đầy đủ ý nghĩa. Vì thế Maitreya có thể giải thích những lời dạy ấy một cách sáng tỏ và trực tiếp. Lý do chính để ngài viết luận đặc biệt này là trình bày rõ ràng nghĩa, nội dung toàn bộ, điểm chính của Bát nhã ba la mật. Ngài viết luận này để cho những giáo lý Bát nhã ba la mật được dễ hiểu và tiếp theo, với sự thấu hiểu này, nó có thể giúp người ta đạt đến Phật quả.

Khi chúng ta nghiên cứu Bát nhã ba la mật bộ lớn trong 100.000 câu kệ, chúng ta thấy rằng có tám phần chính. Trong bộ 25.000 câu kệ cũng có tám phần chánh, và cũng có tám phần chánh trong bộ 8.000 câu kệ. Trong luận này cũng có tám phần chính.

Nagarjuna cũng viết về Bát nhã ba la mật, nhưng trong sự

trình bày trực tiếp ngài dùng lý luận để khám phá, chẳng hạn điều Đức Phật nói “sắc tức là Không” bằng cách giải thích phương diện bên trong, bên ngoài, và kết hợp của tánh Không.

Trong những trình bày trực tiếp tánh Không của Nagarjuna, chúng ta học những sự vật khác nhau trông không như thế nào, sắc không có hiện hữu như thế nào, không có tai để nghe như thế nào, và không có sự sanh khởi của thức thuộc tai như thế nào. Về căn bản đó là một trình bày tánh Không của tất cả mọi sự. Nhưng một cách ngầm ẩn, nó cũng chỉ bày tánh Không có thể được chứng ngộ như thế nào, trí huệ chứng ngộ tánh Không được khai mở như thế nào và trí huệ siêu việt này là gì. Nghĩa ẩn dấu này của các kinh Bát nhã ba la mật là điều Maitreya tập trung vào khi ngài giải thích những con đường và những địa Bồ tát trong tám phần chính.

Tám chủ đề chính của *Trang nghiêm của Chứng ngộ Sáng tỏ* có thể chia thành ba phần chính. Phần thứ nhất chứa ba chủ đề đầu tiên liên hệ đến nền tảng của thực tại (TT. *gnas lugs*). Phần thứ hai gồm bốn chủ đề liên hệ đến thực hành gọi là “*bốn áp dụng*” (Bốn gia hạnh vị). Phần thứ ba chỉ có một chủ đề diễn tả quả của thực hành, chứng ngộ Pháp thân.



### **Bảy Chủ đề**

Chủ đề thứ nhất nói về hình thức cao nhất của hiểu biết hay *jnana*, là sự hiểu biết mọi hiện tượng của chư Phật. Chư Phật có hai loại *jnana* (trí) chính: *jnana* của bản tánh các hiện tượng và *jnana* của sự khác biệt của các hiện tượng. Với hai loại *jnana* này, chư Phật có hình thức *prajna* trọn vẹn và sâu xa nhất. Đây là hình thức cao nhất của trí huệ và hiểu biết tất cả các hiện tượng (nhất thiết trí trí).

Chủ đề thứ hai là sự hiểu biết con đường. Chủ đề này nói về những phương tiện để làm sao có được những hiểu biết này của chư Phật với trí huệ Bát nhã phát sanh và càng lúc càng tăng trưởng khi người ta tiến trên con đường Bồ tát và trí huệ làm cho điều này có thể.

Chủ đề thứ ba về trí huệ Bát nhã căn bản và chính từ trí huệ căn bản này mà trí huệ của các Bồ tát trên con đường và trí huệ của chư Phật cuối cùng khởi phát. Chủ đề này liên hệ đến sự nghiên cứu trí huệ của người thường, Thanh Văn và Độc Giác Phật, sự học này là nguyên nhân cho các loại trí huệ khác khởi phát. Ba chủ đề đầu tiên này liên hệ với nền tảng của Bát nhã của ba loại hiểu biết.

Chủ đề thứ tư là làm sao thực sự áp dụng ba loại hiểu biết này trên con đường theo từng bước. Chủ đề thứ được gọi là

“*Những áp dụng của chứng ngộ để làm sao hoàn thiện hiểu biết các hiện tượng*”. Đây là một bản luận về làm sao bắt đầu sự thực hành và về những lợi lạc của thiền định.

Chủ đề thứ năm diễn tả cái xảy ra như là một kết quả của những giai đoạn thực hành trước. Chủ đề này gọi là “*sự áp dụng khi đến đỉnh*”.

Chủ đề thứ sáu được gọi là “*sự áp dụng của tiếp tục dần dần*”. Nó chỉ ra cho chúng ta sự tiến bộ thêm từng bước của con đường này.

Chủ đề thứ bảy chỉ ra như thế nào, nhờ áp dụng tiệm tiến, vào lúc chót có một áp dụng tức thời của sự thực hành của chúng ta và trong một khoảnh khắc ấy, có sự kết thúc trọn vẹn của trí huệ Bát nhã vào đại định như kim cương. Bây giờ tất cả trí huệ trở nên hiện diện trong một thời. Nó được gọi là “*sự áp dụng của giác ngộ đầy đủ*”.

Bảy chủ đề đầu tiên bản luận ba hiểu biết và bốn áp dụng và chủ đề thứ tám bản luận về chính Pháp thân.

Khi chúng ta đi qua những chủ đề này, chúng ta sẽ thấy rằng mỗi chủ đề còn có thể chia nhỏ ra nữa và điều này khiến có tất cả bảy mươi chủ đề nhỏ.

## Câu hỏi

**Câu hỏi:** Kinh Kim Cương có phải là một phần của Bát nhã ba la mật?

**Rinpoche:** Kinh Kim Cương thuộc trong Bát nhã ba la mật. Thường chúng ta nói đến Bát nhã ba la mật 100.000, 25.000 hay 8.000 câu kệ. Nhưng cũng thực có mười bảy tác phẩm chính về Bát nhã ba la mật được gọi là “sáu người mẹ và mười một người con” và một trong mười một người con là Kinh Kim Cương.

**Câu hỏi:** Những Thanh Văn và Độc Giác Phật là những người độc nhất có loại Bát nhã đầu tiên này?

**Rinpoche:** Không chỉ những Thanh Văn và Độc Giác Phật có Bát nhã bản căn này (căn bản trí). Mọi Bát nhã, không phải là trí huệ sâu nhất, thấu hiểu pháp tánh đều được gọi là Bát nhã căn bản. Mọi sự, ngoài trí huệ sâu nhất, được gọi là Bát nhã căn bản, thế nên nó bao gồm nhiều hơn trí huệ mà những Thanh Văn và Duyên Giác tu tập.

**Câu hỏi:** Một Thanh Văn là gì?

**Rinpoche:** Thanh Văn là một từ tổng quát để chỉ những người theo những giáo lý Tiểu thừa. Đức Phật dạy Đại thừa

cho những người có khả năng lớn hơn và Tiểu thừa cho những người có khả năng nhỏ hơn. Tổng quát, những người đi vào những giáo lý Tiểu thừa chúng ta gọi là những Thanh Văn.

**Câu hỏi:** Tại sao Maitreya là nhiếp chính ở Đâu Suất?

**Rinpoche:** Trước khi Đức Phật đến thế giới chúng ta để dạy pháp và thực hiện giai đoạn cuối cùng của giác ngộ của ngài, ngài ở trong một cõi rất thanh tịnh gọi là Đâu Suất. Vào thời đó, ngài có tên là Dampatogdkar (ngọn cờ thiêng liêng màu trắng) và có một hiện hữu thánh thiện và dạy những thánh ở đó. Khi thấy thời dạy pháp ở thế gian này đã đến, ngài từ bỏ cõi ấy và nói trước vào lúc ấy rằng Đức Phật xuất hiện sau ngài là Maitreya. Thế nên trước khi rời Đâu Suất ngài chỉ định Maitreya là người đại diện của ngài ở Đâu Suất để tiếp tục dạy. Đây là lý do tại sao Maitreya là nhiếp chính hay đại diện của Đức Phật.

**Câu hỏi:** Đâu là sự khác biệt giữa prajna và jnana?

**Rinpoche:** Hai từ này đặt nền trên cùng âm gốc *jna* trong tiếng Sanskrit. Đôi khi nghĩa của chúng chòng chéo nhau. Âm *jna* trong *jnana* và *prajna* có nghĩa là “trí huệ”. Âm *pra* trong *prajna* nghĩa là “tốt nhất”. Có nhiều loại hiểu biết khác nhau, nhưng *prajna* (Bát nhã) là hiểu biết cao nhất. Trong các loại hiểu biết khác nhau này, hiểu biết cho phép chúng ta chứng

ngộ tinh túy vũ trụ (pháp tánh), trau dồi từ và bi, giúp đỡ những người khác là hiểu biết cao nhất được gọi là *prajna*. *Prajna* trong tiếng Tây Tạng là *sherab*, âm *she* tương đương với *jna* và âm *rab* là “tốt nhất”. *Prajna* gồm nhiều thứ, nhưng chủ yếu nó có nghĩa là loại trí huệ sanh khởi qua suy nghĩ về trí huệ, có được do suy ngẫm rất sâu xa qua khái niệm.

Khi các dịch giả Tây Tạng dịch *jna* là *she*, họ thêm âm *ye* để nhấn mạnh trí huệ sanh khởi từ thiền định, vượt khỏi khái niệm, và khi người ta tu thiền định, có một thấu hiểu rất sâu xa, không khái niệm, gắn gũi với trí huệ của chư Phật. Bởi vì trí huệ của chư Phật và những đại Bồ tát đã hiện hữu mãi mãi, những dịch giả thêm vào âm *ye* này nghĩa là “mãi mãi”, để chỉ trí huệ này đã luôn luôn có đó. Quả thật trong luận này, đôi khi nói là *prajna*, nó thực ra nhấn mạnh *jnana*. Thế nên những từ này đôi khi được dùng thay nhau cho thấy chúng không tách biệt nhau một cách chặt chẽ.

## **CHƯƠNG 3: BỒ ĐỀ TÂM**

### **CHỦ ĐỀ I: HIỂU BIẾT TẤT CẢ HIỆN TƯỢNG**

#### **A. ĐIỀU KIỆN THỨ NHẤT: BỒ ĐỀ TÂM**

Bát nhã ba la mật có tám chủ đề chính và chủ đề thứ nhất đề cập đến hiểu biết các hiện tượng. Có mười chủ đề nhỏ trong chủ đề thứ nhất này, những nguyên nhân hay điều kiện để đạt Phật quả.

#### ***1. NHỮNG ĐẶC TÍNH CỦA BỒ ĐỀ TÂM.***

Điều kiện thứ nhất cần thiết để đạt được Phật quả là Bồ đề tâm (bodhicitta). Chủ đề Bồ đề tâm chia làm hai chủ đề nhỏ: những đặc tính của Bồ đề tâm và những phạm trù của Bồ đề tâm.

Những đặc tính của Bồ đề tâm là có động cơ cao nhất.

Động cơ này có hai phương diện. Phương diện thứ nhất là mong muốn giúp đỡ tất cả chúng sanh, nghĩa là giúp đỡ một cách tuyệt đối tất cả chúng sanh từ lúc bắt đầu của thời gian suốt khắp thời gian và không gian. Chúng ta muốn cho chúng sanh hạnh phúc nào? Chúng ta biết không ai muốn khổ đau và ai cũng muốn hạnh phúc, nhưng không ai có nó. Thế nên chúng ta muốn cho tất cả chúng sanh hạnh phúc tốt nhất và đây chính là trạng thái Phật quả hoàn hảo. Vậy thì giúp đỡ một cách tuyệt đối tất cả chúng sanh và giúp đỡ họ đạt đến Phật quả tạo ra động lực cao nhất là một đặc tính của Bồ đề tâm.

Chúng ta cũng có thể nhìn vào những đặc tính của Bồ đề tâm về mặt trí huệ và lòng bi, chúng phải hiện diện để thật là Bồ đề tâm. Lòng bi là quan tâm không chỉ những bạn bè, thân thuộc, mà thực sự quan tâm đến hạnh phúc của tất cả chúng sanh khắp suốt không gian và thời gian. Lòng bi chân thật là tỉnh biết rằng tất cả chúng sanh đều muốn thoát khổ và họ đều cố gắng thành tựu hạnh phúc. Tự thân lòng bi thì không đủ bởi vì loại hạnh phúc chúng sanh tìm kiếm và cách họ chọn để loại bỏ khổ đau thì thường rất giới hạn. Chính là qua trí huệ mà chúng ta bắt đầu hiểu rằng hạnh phúc chân thật và vĩnh cửu chỉ thành tựu bằng cách đạt đến Phật quả. Với trí huệ chúng ta biết rằng không có Phật quả sẽ không có hạnh phúc thường hằng. Thế nên trí huệ là đặc tính thứ hai, tập chú vào giác ngộ.

Chúng ta chỉ chắc chắn giúp đỡ chúng sanh khi chính chúng ta hoàn toàn giác ngộ. Thế nên chúng ta phải mong muốn giác ngộ.

Maitreya trong văn bản gốc của ngài nói rằng những kinh giải thích theo cách rất ngắn gọn và cả rất chi tiết làm thế nào chúng sanh đạt đến Phật quả. Khi Đức Phật dạy, đôi khi ngài thấy cần giảng tỉ mỉ rất rộng một chủ đề và lúc khác ngài dạy rất ngắn gọn. Nhiệm vụ của những luận Phật giáo là chỉ ra trong một cách rất ngắn gọn những điều rất bao la và sâu xa. Những luận giả cũng đôi khi mở rộng những lời rất ngắn gọn của Đức Phật để chúng ta hiểu tốt hơn. Đó là tại sao rất lợi ích khi nghiên cứu không chỉ điều Đức Phật dạy, mà còn những giảng luận Phật giáo.

## ***2. NHỮNG PHẠM TRÙ (THÍ DỤ) CỦA BỒ ĐỀ TÂM***

Một giải thích chi tiết hơn về nhiều loại Bồ đề tâm nằm trong hai mươi hai thí dụ. Những thí dụ này được sắp xếp theo sự khai triển dần dần của Bồ đề tâm.

Thí dụ thứ nhất là như đất. Khi trước tiên chúng ta tỉnh ra với Bồ đề tâm của chúng ta, chúng ta cần một mong muốn lớn lao hoàn thành Phật quả. Khi chúng ta muốn giúp đỡ những



người khác, Bồ đề tâm của chúng ta sẽ nảy nở. Nếu nguyện vọng này thiếu, bây giờ sẽ cực kỳ khó khăn để có tiến bộ tâm linh. Thế nên nguyện vọng là tính chất đầu tiên của Bồ đề tâm. Điều này được so sánh với đất bởi vì trên đất người ta có thể xây nhà, cây cối có thể lớn lên... Nếu không có đất, bây giờ không có nền tảng cho những cái này xuất hiện và vững chắc. Khi Bồ đề tâm đi cùng nguyện vọng rất tốt, bây giờ chúng ta có thể nghĩ nó như đất cứng chắc.

Thí dụ thứ hai cho chúng ta thấy nguyện vọng ban đầu giúp chúng sanh cần trở nên vững chắc và hiện diện mọi lúc. Sự vững chắc này được ví với vàng. Chúng ta cần làm cho nguyện vọng không bao giờ thay đổi từ bây giờ cho đến Phật quả. Chúng ta cần có một động cơ liên tục để nguyện vọng chúng ta càng lúc càng sâu hơn.

Thí dụ thứ ba là động cơ Bồ đề tâm này trở nên sâu hơn, phong phú hơn, năng lực hơn. Người ta làm điều này qua sự chuyên cần lớn lao trong thực hành và cải thiện phẩm tính của nguyện vọng. Tinh chế và cải thiện Bồ đề tâm được ví với trăng đầu tháng. Mỗi ngày nó lớn dần cho đến khi tròn. Điều này tương tự với nguyện vọng của chúng ta có thể càng lúc càng tốt hơn trong mọi thời gian.

Khi loại bỏ những chương ngại, nhất là sự tiêu cực của

những tương quan và cảm nhận xấu đối với những người khác bằng cách thực hành để giảm trừ những hiểu chiến, bấy giờ chúng ta có thể thực sự tiến bộ. Thí dụ thứ tư so sánh với việc loại bỏ của một ngọn lửa thiêu cháy mọi thứ đặt vào nó. Chúng ta cần dùng Bồ đề tâm để làm việc nơi chính mình hầu loại bỏ tất cả những chướng ngại.

Thí dụ thứ năm cho đến thí dụ thứ mười liên hệ với sáu ba la mật. Bốn thí dụ đầu chủ yếu gây hứng khởi cho chúng ta thực hành, sự hứng khởi hoàn thành điều tốt đẹp cho chúng sanh và sử dụng những thí dụ đất, vàng, và mặt trăng. Chỉ xóa bỏ những chướng ngại của chúng ta thì không đủ. Chúng ta cần hành động và thực hành để cho ý muốn giúp đỡ tất cả chúng sanh trở thành một thực tại qua sự khai triển sáu ba la mật hay sáu hoàn thiện. Thứ nhất là bố thí ba la mật được ví với một kho tàng không cùng tận được chôn, bởi vì khi chúng ta thực hành bố thí lúc này, nó sẽ gây ra sự thịnh vượng và lòng tốt vô tận sẽ làm lợi lạc cho những người khác trong tương lai.

Thí dụ thứ sáu là trì giới ba la mật. Ba la mật thứ nhất bố thí khi phối hợp với Bồ đề tâm giúp chúng ta cho tặng người khác. Ba la mật thứ hai trì giới giúp chúng ta tịnh hoá chính mình. Qua kiểm soát và tịnh hóa chính mình mà tất cả phẩm tính của hiện hữu chúng ta sẽ phát khởi trong tương lai. Thế

nên nó được ví như một mỏ ngọc từ đó sẽ có những kho tàng lớn.

Thí dụ thứ bảy liên hệ đến kham nhẫn ba la mật. Khi kham nhẫn trở thành một yếu tố trong Bồ đề tâm, nó được ví như đại dương. Kham nhẫn là không chao đảo bởi những khó nhọc và tính hiếu chiến, sân giận. Đại dương thì rất vững vàng, rất rộng lớn và không xao động.

Thí dụ thứ chín là Ba la mật thứ tư tinh tấn, chuyên cần là sự kiên trì rất vui vẻ trong trau dồi Bồ đề tâm. Kiên trì hay chuyên cần này nghĩa là chúng ta cố gắng cải thiện Bồ đề tâm của mình trong mọi lúc. Thế nên ba la mật này được ví với kim cương có tính chất bất hoại.

Thí dụ thứ chín là ba la mật thứ năm thiền định. Khi chúng ta có năng lực của thiền định samadhi, sự chứng ngộ của chúng ta trở nên rất vững chắc, không động lay, và do đó được ví với vua của tất cả núi, vì sự vững chắc lớn lao.

Thí dụ thứ mười là về ba la mật thứ sáu trí huệ, được ví với y khoa. Khi có trí huệ, chúng ta có những dụng cụ cần thiết để xóa bỏ khổ đau, xóa bỏ những che ám bé tắc trong tâm, và sự bị điều kiện hóa của tâm thức chúng ta. Những ngăn ngại bé tắc và lối suy nghĩ sai lầm giống như bệnh và trí huệ là y khoa

có năng lực xóa bỏ hoàn toàn bệnh này.

Thí dụ thứ mười một là về sự hiện diện của ba la mật thứ bảy phương tiện thiện xảo (Skt. upaya). Qua trí huệ chúng ta triển khai phương tiện thiện xảo nâng cấp sự thực hành tâm linh của chúng ta và điều này làm lợi lạc cho bản thân và những người khác. Thí dụ cho những phương pháp này là một thiện tri thức, người bạn tâm linh của chúng ta, từ người ấy chúng ta cũng rút ra lợi lạc.

Sự khai triển của sự hợp nhất trí huệ và phương tiện thiện xảo tạo ra năng lực trong sự thực hành của chúng ta và điều này hoàn thành ở cấp độ của ba la mật thứ tám hay địa bồ tát thứ tám. Sự hiện diện của năng lực ấy được ví với viên ngọc như ý trong thí dụ thứ mười hai. Khi chúng ta thực sự có khả năng làm điều chúng ta muốn để giúp đỡ chúng sanh, điều này giống như có một viên ngọc như ý khiến những mộng ước và nguyện vọng của chúng ta thành sự thật.

Thí dụ thứ mười ba là về ba la mật thứ chín năng lực cầu nguyện. Có hai loại cầu nguyện: thích hợp bởi vì liên hệ với điều gì có thể xảy ra và không thích hợp vì liên hệ với điều không bao giờ có thể xảy ra. Chẳng hạn, nếu cầu nguyện một cái hoa mọc lên từ một cái bàn, đó là không thích hợp. Một cầu nguyện giúp cho nhiều người khác là một cầu nguyện thích

hợp vì nó có thể thành sự thật. Năng lực cầu nguyện được ví như mặt trời, bởi vì nó cho phép hoa, rừng, mùa màng nảy nở. Thế nên khi chúng ta cầu nguyện cho sự triển khai công đức và trí huệ của mình, điều đó giống như mặt trời làm cho thực vật lớn lên và trưởng thành trọn vẹn.

Ba la mật thứ mười, sự chuyển hóa trọn vẹn prajna thành jnana, liên hệ với thí dụ thứ mười bốn. Khi Bồ đề tâm của chúng ta có sự hiện diện của trí huệ tuyệt hảo nhất này đi kèm, nó được ví như một giai điệu rất đẹp đẽ bởi vì khi có một bài nhạc rất đẹp đẽ, người nào nghe cũng vui thích hài lòng. Khi Bồ đề tâm của chúng ta được phối hợp với sự hiện diện của trí huệ tuyệt hảo này thì bất cứ ai chúng ta gặp đều trở nên được ân phúc bởi Bồ đề tâm của chúng ta, như vậy sự hiện diện của chúng ta sẽ luôn luôn có một hiệu quả rất lợi lạc và thích thú cho những người quanh chúng ta.

Thí dụ thứ mười lăm là về phối hợp Bồ đề tâm của chúng ta với năm loại tri giác phi thường (TT.*mngon shes lnga*) và năm loại nhìn thấy (TT.*spyan lnga*). Khi có những khả năng siêu bình thường này, chúng ta có thể thực sự hoàn thành chính xác cái chúng ta muốn làm. Vì lý do ấy điều này được ví với một ông vua vĩ đại có quyền lực và địa vị để hoàn thành bất cứ gì muốn làm.

Thí dụ thứ mười sáu là sự phối hợp Bồ đề tâm của chúng ta với năng lực của thiền định và thiền quán. Khi shamatha và vipashyana đi cùng với Bồ đề tâm, nó được ví với kho tàng của một vị vua từ đó mọi giàu có được phân phát.

Thí dụ thứ mười bảy là một con đường lớn. Bồ đề tâm của chúng ta theo con đường mà những vị thành tựu chúng ngộ trước kia đã theo. Đây là con đường năm giai đoạn, tích tập, nối kết, thấy thấu suốt, trau dồi, và thiền định.

Bằng cách đi từng bước dọc theo con đường mà chư Phật quá khứ đã đạt đến giác ngộ và những Bồ tát hiện tại sẽ thành Phật khi theo con đường lớn này. Trong tương lai những chúng sanh cũng sẽ tìm thấy con đường của họ trên con đường đến giác ngộ này, bởi vì đây là đại lộ duy nhất dẫn đến giác ngộ.

Thí dụ thứ mười tám là phối hợp lòng từ bi rất mãnh liệt với Bồ đề tâm. Khi lòng từ bi chúng ta hoàn toàn không giới hạn và không thiên lệch, bấy giờ nó được ví như một con ngựa. Con ngựa rất mạnh mẽ, phóng nhanh đưa chúng ta đến nơi, không lạc khỏi đường chút nào. Khi chúng ta có lòng bi phổ quát này, nó là đỉnh núi đưa chúng ta đến mục đích giác ngộ không sai lầm.

Thí dụ thứ mười chín là phối hợp Bồ đề tâm với một trí

nhớ tuyệt hảo đáng tin cậy. Khi chúng ta có thể luôn luôn nhớ những giáo lý đã hấp thu trọn vẹn và tự tin có thể nói ra những giáo lý ấy bất cứ lúc nào, bấy giờ Bồ đề tâm của chúng ta được ví như một dòng suối tự nhiên. Một dòng suối tự nhiên có thể cung cấp nước nuôi dưỡng liên tục không cạn. Khi chúng ta đã hoàn thiện về trí nhớ thực hành và sự tự tin lớn lao này, chúng ta có thể dạy luôn luôn.

Ba cái cuối của hai mươi hai thí dụ là về trạng thái Phật quả trong khi mười chín thí dụ trước là về sự khai triển của một Bồ tát. Thí dụ thứ hai mươi nói về ngữ Phật và được ví như âm nhạc của một cây đàn hạc. Lời của Phật giúp chúng sanh khiến họ trưởng thành và lời này là liên tục. Điều này ví như một cây đàn hạc là nhạc cụ được rất kính trọng đem đến âm điệu đẹp đẽ cho những ai nghe. Thí dụ thứ hai mươi một nói về thân Phật, được ví như một dòng chảy của một con sông. Nước luôn luôn chảy tự nhiên khắp vùng, một cách không nỗ lực và tự động. Sự xuất hiện của một vị Phật và công việc của ngài tuôn chảy một cách không cố gắng theo các nhu cầu và nguyện vọng của các đệ tử. Thế nên điều đó được ví với dòng chảy của một con sông.

Thí dụ cuối cùng nói về tâm Phật được ví như một đám mây bởi vì một đám mây tạo ra mưa và hoạt động tự nhiên

của mưa này làm cho mọi vật trên đất sống và phát triển. Tâm của Phật với động cơ tự phát sẵn có giúp đỡ tất cả chúng sanh là nguồn mọi lợi lạc đến từ Phật quả. Những hạt mưa riêng lẻ là những biểu lộ vô số của hoạt động Phật để giúp đỡ chúng sanh.

Chúng ta có thể thấy qua hai mươi hai thí dụ chúng ta tiến bộ từ một người bắt đầu thực hành pháp đến thành Phật với Bồ đề tâm của chúng ta càng lúc càng mạnh mẽ hơn trong tiến trình này. Những thí dụ này cũng cho chúng ta một ý niệm chúng ta cần làm gì để Bồ đề tâm chúng ta tăng trưởng.



## **CHƯƠNG 4: NHỮNG LỜI DẠY THỰC HÀNH**

*Luận trang nghiêm của chứng ngộ sáng tỏ* được chia làm tám phần. Phần chánh thứ nhất bàn về sự hiểu biết tất cả hiện tượng. Ở đây sự toàn tri này của chư Phật không được giải thích, nhưng đúng ra chúng ta được ban cho cái chúng ta cần biết để có thể đạt được Phật quả. Thứ nhất chúng ta cần Bồ đề tâm và đây là phần nhỏ thứ nhất bởi vì Bồ đề tâm là phẩm tính quan trọng nhất hướng tâm chúng ta đến giác ngộ tối thượng. Phần nhỏ thứ hai này là về những lời dạy chúng ta cần có khi thực hành.

### **B. ĐIỀU KIỆN THỨ HAI: NHỮNG LỜI DẠY THỰC HÀNH**

Một khi Bồ đề tâm đã trở thành một phần không thể thiếu của chúng ta, chúng ta khai triển ước muốn mạnh mẽ hoàn thành Phật quả để giúp tất cả chúng sanh. Tuy nhiên, chỉ muốn Phật quả thì không đủ bởi vì chúng ta không có hiểu biết để

giải thoát mình khỏi đại dương sanh tử bao la này. Nếu chúng ta chỉ cố gắng tự mình tìm hiểu làm sao thành Phật, chúng ta sẽ không làm được. Điều chúng ta cần làm là biết rằng đã có nhiều con người vĩ đại trong quá khứ đã đạt đến giải thoát và chúng ta cần những giáo huấn của họ để giải thoát.

Tràng hoa Giải thoát của Gampopa chỉ rõ sự cần thiết có một thiện tri thức qua ba thí dụ. Thí dụ thứ nhất là nếu qua một khoảng nước rộng người ta cần người lái đò giỏi. Thí dụ thứ hai là một vệ sĩ mạnh khỏe đi kèm khi qua một vùng nguy hiểm. Thí dụ thứ ba là một người hướng dẫn khi đi vào vùng đất xa lạ. Theo một cách tương tự, chúng ta cần một người bạn tâm linh cho lời khuyên và hướng dẫn trên con đường khó khăn đến giác ngộ.

## ***1. THỰC HÀNH***

Chúng ta không thể chỉ nghiên cứu và suy ngẫm ý nghĩa của pháp, mà phải thực sự thực hành nó. Có một thí dụ rất sống động của vị thầy vĩ đại Shantideva về điều này. Ngài ví thực hành tâm linh như cần uống thuốc khi bị bệnh. Khi bị bệnh, người ta có thể đọc mọi thứ về y học và học mọi thứ về tình trạng của mình và thuốc nào cần uống.

Nhưng không thực sự uống thuốc, người ta không thể lành

bệnh. Cũng như thế đối với pháp. Có rất nhiều bản văn chỉ rõ cho chúng ta cái chúng ta cần bỏ và cần lấy để chúng ngộ. Nhưng chỉ đọc các sách thì lợi lạc ít nếu không thực hành cái được chỉ định trong các văn bản.

## **2. NHỮNG CHÂN LÝ**

Thứ hai, có những lời dạy về chân lý. Khi chúng ta đã quyết định thực hành, chúng ta phải chắc chắn chúng ta không thực hành cái gì chỉ được sáng tạo ra để làm vui lòng người ta, mà cái gì thực sự chân thực theo nghĩa tương ưng với thực tại. Bởi thế Đức Phật đã ban cho những lời dạy về chân lý, về bốn chân lý cao cả và hai chân lý. Nếu chúng ta thực hành phù hợp với thực tại, chúng ta có thể chắc chắn có một kết quả tích cực, nếu không chúng ta sẽ không có.

## **3. TAM BẢO**

Điểm thứ ba là về Tam Bảo. Bảo thứ nhất là Đức Phật. Thấu hiểu chân lý của những hiện tượng và cách đưa các điều vào thực hành do nơi Đức Phật, vị thầy của con đường tốt nhất, chúng ta có thể được giải thoát. Nếu chúng ta hỏi chúng ta cần thực hành cái gì và làm sao có thể tìm ra những chân lý, chúng ta có được lời dạy từ Tam Bảo và học để thấy Phật là vị

thầy, Pháp là con đường, và Tăng là những người bạn trên con đường như thế nào. Điều này cho phép chúng ta tìm thấy một con đường chân chính.

Trước hết chúng ta hướng về Phật bảo và cách liên hệ với Phật không giống như nhiều tôn giáo khác. Chẳng hạn, trong một số tôn giáo, chúng ta có ý niệm về một đấng toàn năng quyền uy và chúng ta cống hiến hoàn toàn cho ngài, ngài sẽ vui lòng và giải thoát cho chúng ta. Dưới quan niệm độc thần này, nếu chúng ta xa lìa hay gây cho đấng ấy tức giận, chúng ta không bao giờ được giải thoát. Thế nên mọi sự đều tùy thuộc vào vị ấy. Truyền thống đạo Phật không phải như thế. Chúng ta quy y Phật không phải với lòng tin Phật có thể loại bỏ khổ đau của chúng ta qua ân sủng của ngài. Không, Phật chỉ ra cho chúng ta điều chúng ta cần làm, cái chúng ta cần bỏ, và cái chúng ta cần thiền định bằng cách cho chúng ta một loạt những thực hành, và nói với chúng ta rằng nếu chúng ta làm những điều đó, cuối cùng chúng ta đạt đến cùng trạng thái giải thoát như ngài đã hoàn thành. Đây là cách Phật chỉ cho chúng ta con đường.

Bảo thứ hai là con đường của pháp, những lời dạy của Phật. Những lời dạy của Phật là quan trọng nhất. Pháp là sự trao tặng của ngài nhờ đó chúng ta có thể đạt đến giải thoát. Chúng ta cần hoàn toàn hấp thụ những lời dạy này và làm

chúng thành yếu tố cốt lõi của bản thân.

Bảo thứ ba là Tăng, tức là những người bạn cũng đi trên con đường của Phật. Bởi vì hoàn cảnh, chúng ta không thể đích thân gặp Phật và nghe những lời dạy hay hỏi để sáng tỏ những thắc mắc. Bởi vì chúng ta thật sự cần một người bạn giúp đỡ trên con đường, chúng ta xoay về tăng để được giúp đỡ. Đó là những vị giữ những lời dạy của Phật và nắm thật nghĩa và kinh nghiệm những lời dạy ấy. Tăng bảo là những người đã hiểu và hấp thu những lời dạy của Đức Phật, đã thực sự đưa chúng vào thực hành và qua thực hành đã có một số kết quả và chứng thực. Dù tăng chưa hoàn thành sự thành tựu tối hậu, họ có một số chứng nghiệm nào đó từ thực hành của họ. Chính vì điều này mà tăng có thể giúp chúng ta. Các vị có thể chỉ cho chúng ta cách rất chính xác làm thế nào phát triển sự khéo léo và giúp đỡ chúng ta khám phá cái cần được loại trừ và làm sao làm điều đó.

#### **4-6. BA LOẠI CHUYÊN CẦN**

Đã nhận (1) những lời dạy về thực hành, (2) những chân lý, (3) Tam Bảo, bây giờ chúng ta có thể chuyên tâm vào một pháp không có những khuyết điểm sẽ làm lợi lạc cho chúng ta. Nhưng điều này không chỉ dựa vào Tam Bảo ngoài chúng ta,

mà còn vào chính những nỗ lực của chúng ta. Thế nên những lời dạy về chuyên cần là quan trọng.

Có ba loại chuyên cần chính để chiến thắng ba loại lười biếng tâm linh. Loại lười biếng thứ nhất là dấn thân vào những hoạt động tiêu cực và tai hại. Chúng ta cần có chuyên cần để loại bỏ các thói quen xấu và bận tâm với những việc mà chúng ta biết là tai hại cho mình và người khác. Điều này có thể là những tà hạnh đặt nền trên sân và tham. Thế nên loại chuyên cần thứ nhất là chuyên cần trau dồi sự không đưa mình vào việc xấu.

Loại làm biếng thứ hai là mệt mỏi tinh thần, chúng ta thấy những lợi lạc của thực hành, nhưng nó có vẻ quá nhiều với chúng ta vì chúng ta cảm thấy kiệt sức về tinh thần. Kết quả là chúng ta không làm nhiều như chúng ta có thể. Thuốc chữa cho điều này là trau dồi sự chuyên cần đối với tính không mệt mỏi. Chúng ta hãy tự nói, “Làm sao tiến bộ nếu chúng ta không thực hành. Nếu chúng ta làm bây giờ, nhiều tốt đẹp sẽ tăng trưởng cho chúng ta và người khác”. Nghĩ như vậy chúng ta có thể tăng thêm cảm hứng để thực hành.

Có một thí dụ rất kỳ diệu cho sự chuyên cần không mệt mỏi này trong tiểu sử của Milarepa. Sau khi đã được chấp nhận làm một đệ tử, Marpa ban cho những lời dạy về thực

hành và Milarepa vào ẩn tu. Trong nhập thất, ngài tự bít cửa và ngồi thiền với một ngọn đèn bơ trên đầu. Ngài thiền định cho đến khi đèn tắt trong mỗi thời thiền. Ngài làm như vậy trong mười tám tháng với sự chuyên cần không thể tin nổi. Sau thời gian ấy Marpa đến và nói, “Con thực sự đã thiền định chuyên cần và bây giờ con thư giãn một chút là tốt, hãy đi ra và làm vài vòng”. Nhưng Milarepa nghĩ có thể thiền định thì kỳ diệu biết bao và ngài không muốn nghỉ. Thí dụ này là một kỳ diệu cho chúng ta.

Loại lười biếng thứ ba là không can đảm. Thuốc chữa cho điều này gọi là “sự chuyên cần của chuyên tâm hoàn toàn vào con đường thực hành”. Người ta có thể tán thưởng những phẩm tính lớn đến từ con đường và sự thực hành, nhưng người ta có cảm giác rằng không phải ai cũng thành công. Người khác có thể hoàn thành giác ngộ, nhưng mình thì luôn luôn bị cản trở và cuối cùng không thể giống như Phật. Niềm tin này giữ chúng ta lại, nên để vượt thắng sự thiếu nhiệt huyết này chúng ta cần thực sự tin chúng ta có thể hoàn thành Phật quả. Tin có thể hoàn thành mục tiêu này, chúng ta sẽ chuyên tâm liên tục vào con đường.

## ***7-8. NĂM LOẠI NHÌN THẤY VÀ SÁU TRI GIÁC TRONG SÁNG***

Những điều tiếp theo là về những thành tựu tâm linh. Với thực hành chúng ta khai triển thiền định và qua năng lực của shamatha, những năng lực đặc biệt của năm loại cái nhìn thấy và sáu loại cái biết trong sáng sẽ sanh khởi trong chúng ta. Chúng ta sẽ khai triển năm loại cái nhìn thấy và sẽ có được những năng lực đặc biệt của sự thấy này. Chúng ta cũng sẽ có được sáu khả năng siêu thường này. Khi chúng ta có chúng, chúng sẽ làm cho sự thực hành của chúng ta tiến bộ rất nhanh bởi vì những năng lực phi thường này trang bị cho chúng ta tốt hơn rất nhiều để tiến bộ trên con đường.

## ***9-10. CON ĐƯỜNG CỦA THẤY THẤU SUỐT VÀ CON ĐƯỜNG TU TẬP***

Tiếp theo có những lời dạy người ta phải dần dần vào con đường thấy thấu suốt (con đường quán thấy) như thế nào, có thể trực tiếp thấy được nghĩa của pháp tánh. Chúng ta được chỉ cái gì cần từ bỏ và cái gì cần thực hiện ở đây. Sau đó là những lời dạy về con đường tu tập hay trau dồi. Tất cả những cái này phải được thực hành đúng lúc.



## **CHƯƠNG 5: CON ĐƯỜNG CỦA NỐI KẾT VÀ PHẬT TÁNH**

Đã khai triển Bồ đề tâm (điều kiện 1) và đã thực hành những lời dạy (điều kiện 2), chúng ta đến con đường thứ hai, con đường của nối kết (Bốn Gia hạnh vị), như một kết quả của thiên định của chúng ta. Điều kiện thứ ba để đạt đến giác ngộ là bốn giai đoạn của con đường nối kết này.

### **C. BỐN GIAI ĐOẠN CỦA CON ĐƯỜNG NỐI KẾT (HAY TÁCH LÌA)**

Cái thấy thấu suốt thực sự vào bản tánh của những hiện tượng hay vào pháp tánh, xảy ra trong giai đoạn thứ ba được gọi là con đường của cái thấy thấu suốt. Khi đến con đường của cái thấy thấu suốt hay quán thấy này, chúng ta nhận được chứng ngộ trực tiếp và dứt khoát pháp tánh.

Con đường thứ hai của nối kết liên hệ đến học về pháp tánh và trong giai đoạn này chúng ta tự chuẩn bị và thực hành

trong một cách dễ cho có thể có được sự chứng ngộ con đường quán thấy. Thế nên khi chúng ta tìm cách nối kết với sự quán thấy ấy, nó được gọi là “con đường của nối kết” hay “con đường chuẩn bị”.

## **1. ẤM (NOẢN ĐỊA)**

Cái thứ nhất của bốn giai đoạn của con đường nối kết được gọi là ấm. Ở điểm này chúng ta bắt đầu làm ấm kinh nghiệm của quán thấy pháp tánh. Trí huệ hay jnana đột khởi trên con đường quán thấy thì giống như một ngọn lửa lớn và tương tự như chúng ta đến gần một ngọn lửa lớn chúng ta ấm nóng lên.

Tên trong luận để chỉ con đường nối kết là “sự tách lia dứt khoát”. Chúng ta hoàn thành sự tách lia hay giải thoát thực sự trên con đường quán thấy khi chúng ta nhận được sự thấy thấu suốt thực sự pháp tánh. Từ “tách lia dứt khoát” được dùng ở đây bởi vì mọi sự xảy ra trên con đường nối kết cho chúng ta sự tách lia, sự giải phóng này.

## **2. ĐỈNH (ĐỈNH ĐỊA)**

Giai đoạn thứ hai của con đường nối kết được gọi là đỉnh hay đỉnh điểm. Thứ nhất, chúng ta làm ấm nóng kinh nghiệm

về tánh Không; chúng ta chưa thực sự có nó, nhưng chúng ta thực hành nó qua nguyện vọng. Chúng ta biết có kinh nghiệm về pháp tánh này và chúng ta muốn có nó.

Nên trước hết chúng ta làm ấm nóng nó, và rồi đến gần hơn với kinh nghiệm đích thực, chúng ta đạt đến giai đoạn đỉnh.

### **3. NHÃN (NHÃN ĐỊA)**

Khi thiền định của chúng ta cải thiện hơn nữa, chúng ta đạt đến giai đoạn thứ ba gọi là nhãn, kiên trì, chịu đựng. Nhãn nghĩa là chúng ta không sợ nữa, tâm không xoay khỏi sự chứng ngộ pháp tánh.

### **4. PHÁP THẾ GIAN CAO NHẤT (THẾ ĐỆ NHẤT ĐỊA)**

Giai đoạn thứ tư của con đường nối kết được gọi là “pháp thế gian cao nhất” (thế đệ nhất địa) bởi vì chúng ra ở trên ngưỡng của kinh nghiệm về thực tại chân thật này. Khi chúng ta có được sự thấu hiểu thực tại chân thật, bấy giờ từ lúc này trở đi, chúng ta trở thành một người chứng ngộ, một vị thánh (*arya*). Đây là điểm giữa một người bình thường trên con đường niêm ô và một người chứng ngộ trên con đường không niêm ô. Vào giai đoạn này chúng ta không bao giờ trở

lại cái nhiễm ô và chúng ta đã đạt đến sự hiểu biết cao nhất mọi hiện tượng thế gian.

Trên con đường nối kết có bốn chướng ngại chính cần loại bỏ. Gốc rễ của những ngăn chướng này sẽ chỉ được loại bỏ khi giai đoạn quán thấy và giai đoạn tu tập được hoàn thành. Nhưng trên con đường nối kết chúng ta loại bỏ sự biểu lộ thô của chúng để chúng không biểu lộ thành những hậu quả.

Nói chung có hai loại che chướng cản trở bỏ: những che chướng của phiền não nhiễm ô (phiền não chướng) gồm bám luyến, ghét, không biết (vô minh), ghen tỵ, kiêu căng... và những che chướng của hiểu biết (sở tri chướng), ngăn chặn sự chứng ngộ tánh Không, như quan niệm chủ thể, đối tượng, hành động. Bốn chướng ngại được loại bỏ bởi con đường nối kết là những che chướng của hiểu biết.

Chướng ngại thứ nhất được gọi là “quan niệm về những đối tượng được nhận thức”. Đó là tin rằng những cái chúng ta tri giác như hình sắc, âm thanh, mùi hương, vị nếm, những vật chúng ta xúc chạm là những đối tượng bên ngoài chúng ta. Chúng ta tin chúng cứng đặc và ở ngoài chúng ta. Trên giai đoạn Âm thứ nhất của con đường nối kết, chúng ta cần phải vượt khỏi quan niệm này về một thực tại bên ngoài.

Chướng ngại thứ hai là “quan niệm về một chủ thể” hay

người tri giác. Quan niệm này là niềm tin rằng tâm tri giác kinh nghiệm những đối tượng bên ngoài này thì tách biệt với những đối tượng bên ngoài ấy. Điều này được loại bỏ trong giai đoạn Đỉnh thứ hai.

Chương ngại thứ ba được gọi là “quan niệm về chất thể”. Hoặc vật bên ngoài có vẻ thực và cứng chắc hay là tâm bên trong, được xem là sự vật với những phẩm tính nhất định, người ta cần phá vỡ những niềm tin sai lầm này vào thực tại của tâm và vật bên ngoài. Điều này xảy ra trong giai đoạn Nhẫn thứ ba của con đường nối kết.

Chương ngại thứ tư là “quan niệm về thực tại được phóng chiếu”. Trong giai đoạn thứ ba chúng ta loại bỏ niềm tin vào thực tại cụ thể của thế giới bên ngoài và người tri giác bên trong. Điều này đi xa hơn bởi vì chúng ta phát triển một cái hiểu những hiện tượng bên trong và bên ngoài chỉ là những định nghĩa, gán tên, và những phóng chiếu. Chẳng hạn, chúng ta hiểu rằng thân chúng ta chỉ là một phóng chiếu của tâm chúng ta, thế nên giai đoạn cuối này loại bỏ niềm tin vào những tạo hình của tâm và xem chúng là thực. Chương ngại này được loại bỏ trên giai đoạn Pháp thể gian cao nhất thứ tư.

Con đường của Bồ tát thì cao hơn con đường nối kết của các Thanh Văn và Duyên Giác Phật, các vị được gọi là “những

hành giả như tê giác” trong bản luận. Lý do con đường nối kết của Bồ tát thì cao hơn vì trong những thừa thấp hơn những hành giả không nỗ lực thoát khỏi bốn niềm tin sai lầm này, trong khi trên con đường Bồ tát, hành giả cần loại bỏ bốn niềm tin sai lầm đó.

#### **D. PHẬT TÁNH, CĂN CỨ CỦA SỰ THỰC HÀNH CỦA CHÚNG TA**

Có mười điều kiện làm nhân để chứng ngộ pháp tánh. Thứ nhất là Bồ đề tâm, thứ hai là những lời dạy thực hành, thứ ba là con đường nối kết loại bỏ bốn quan niệm sai lầm. Bây giờ chúng ta sẽ nhìn vào nguyên nhân thứ tư, nó là căn cứ, nền tảng cho sự thực hành của chúng ta. Từ “căn cứ, nền tảng” trong tiếng tây Tạng là *rten* nghĩa đen là “cái mà người ta có thể dựa vào”, và cũng có thể dịch là “nền tảng” của sự thực hành của chúng ta.

Nền tảng sự thực hành của chúng ta là Phật tánh (Skt.*gotra*, TT.*rigs*) và Phật tánh này tiềm ẩn trong tất cả chúng sanh cho phép họ hoàn thành Phật quả. Nếu tiềm năng có ở đây, bây giờ đáng để làm việc trên nó, nhưng nếu không có tiềm năng thì có cố gắng cũng không kết quả. Đại sư Nagarjuna giải thích điều này khi nói nếu chúng ta lấy một hòn đá mà biết

có vàng trong đó, bây giờ với nỗ lực chúng ta có thể làm cho vàng trong ấy xuất hiện. Còn nếu không có vàng trong hòn đá thì dù khó nhọc thế nào chúng ta cũng không thể có vàng. Với chúng sanh, nếu chúng ta không có Phật quả tiềm ẩn này, thì không có cách nào để Phật quả biểu lộ. Nhưng bởi vì tất cả chúng sanh đều có Phật tánh, bây giờ nỗ lực là xứng đáng.

Sự chứng đắc Phật quả đến qua việc làm và thiền định trên con đường tu tập thứ năm. Sự thiền định rất sâu ở giai đoạn này sẽ đưa đến Phật quả. Điều này nhờ giai đoạn quán thấy ở trước. Một khi chúng ta đã có cái nhìn thấu suốt vào pháp tánh, chúng ta có thể làm việc trên giai đoạn tu tập. Như chúng ta đã thấy, con đường quán thấy dựa vào giai đoạn thứ tư của con đường nối kết được gọi là Pháp thể gian cao nhất. Pháp thể gian cao nhất đến như kết quả của giai đoạn Nhẫn thứ ba, cái này đến từ giai đoạn Định thứ hai, cái này lại đến từ giai đoạn Âm thứ nhất. Chúng ta bắt đầu toàn bộ dây chuyền những sự cố bởi vì sự hiện diện Phật tánh trong chúng ta. Qua những giai đoạn của con đường và Phật tánh chúng ta có thể làm cho giác ngộ thành hiện thực. Bằng cách làm việc trên những giai đoạn của con đường quán thấy, chúng ta đến con đường tu tập và cuối cùng đến Phật quả.

## ***1-6. SÁU PHÁP CỦA CHÚNG NGỘ***

Có mười ba điểm được bàn luận trong phần này về Phật tánh. Chúng ta chỉ đã bàn sáu điểm đầu được gọi là “sáu pháp của chúng ngộ”, chúng là bốn giai đoạn của con đường nói kết, con đường quán thấy, và con đường tu tập. Chúng xảy ra do loại bỏ những chướng ngại như những phiền não nhiễm ô ngăn chặn chúng ngộ của chúng ta. Để loại bỏ những nhiễm ô này chúng ta cần áp dụng một phương thuốc. Chúng ta cần chúng ngộ trực tiếp bản tánh chân thật của pháp tánh. Để làm điều này chúng ta cần trau dồi samadhi, và trau dồi định, chúng ta cần kiểm soát đời mình và thực hành kỷ luật. Tất cả những thuốc chữa này đều phát xuất từ Phật tánh tiềm ẩn. Thế nên Phật tánh được gọi là một phương thuốc. Khi chúng ta tu tập những phương thuốc đối với những chướng ngại và đưa chúng vào hiện hành, cuối cùng chúng ta sẽ bỏ những che chướng của nhiễm ô và che chướng của hiểu biết. Nếu những che chướng ấy thực sự là thành phần của dòng tâm thức chúng ta, chúng ta không bao giờ từ bỏ chúng được. Nhưng vì chúng có thể bị loại bỏ, chúng ta quan niệm tiềm năng này là khả năng của từ bỏ.



## 7-11. SÁU THÀNH TỰU CỦA CÁC PHÁP NÀY

Tâm chúng ta làm cho điều ấy hiện thực nhờ áp dụng những phương thuốc, bởi vì có Phật tánh và tinh túy (TT.*sning po*) của tâm. Nếu chúng ta trở lại thí dụ một người vào phòng tối thấy cuộn dây và nghĩ là con rắn; nếu đó thực là con rắn, sẽ rất khó cho chúng ta để thoát khỏi niềm tin vào sự hiện hữu của con rắn. Nhưng nếu nó thực sự là một sợi dây, chúng ta có thể vứt bỏ khái niệm con rắn. Cũng thế, Phật tánh không phải là sự che tối, đó là nền tảng đích thực của tâm và cho phép chúng ta vứt bỏ những chướng ngại và thành tựu quả.

Trí huệ và lòng bi liên hệ với Phật tánh như thế nào? Những phẩm tánh của trí huệ cho phép chúng ta loại bỏ những chướng ngại, và những trí huệ này phát sanh từ lòng bi. Bởi vì chúng ta thực sự muốn giúp đỡ tất cả chúng sanh đạt đến Phật quả, chúng ta trau dồi trí huệ, và rồi dùng trí huệ ấy làm việc trên chính chúng ta. Nhưng lòng bi cũng tự động khai triển nhờ trí huệ. Chúng ta càng trí huệ, lòng bi chúng ta càng mạnh. Cả hai phẩm tính trí huệ và lòng bi cũng là phần của nhân địa nền tảng, Phật tánh.

Điểm tiếp theo là làm việc trực tiếp với Phật tánh như Bồ tát trên con đường Đại thừa thì cao hơn nhiều so với làm việc như một Thanh Văn trên con đường Tiểu thừa.

Điểm tiếp là trong con đường Đại thừa, khi chúng ta thực hành những giai đoạn khác nhau đến con đường nối kết, chúng ta có thể giúp đỡ chúng sanh một chút. Khi Phật tánh trưởng thành, chúng ta đi đến con đường quán thấy, chúng ta có thể giúp đỡ chúng sanh nhiều hơn. Khi Phật tánh trưởng thành trong con đường tu tập, chúng ta có thể giúp đỡ chúng sanh một cách sâu rộng hơn nữa. Cuối cùng khi Phật tánh biểu lộ trọn vẹn và chúng ta thành một vị Phật, chúng ta có thể lợi lạc nhiều nhất cho chúng sanh. Thế nên chúng ta có thể thấy rằng dòng thực hành này đi trong con đường Đại thừa, làm việc với Phật tánh thì cao hơn nhiều so với những phương pháp làm việc trên chính mình của con đường Tiểu thừa. Cuối cùng, khi Phật tánh hoàn toàn biểu lộ ở Phật quả, nó tạo ra trí huệ (Skt.*jnana*) hiện diện hoàn toàn tự nhiên và tự phát mà không cần cố gắng nhỏ nhất nào. Ở Phật quả, Phật tánh sanh khởi tự nhiên như trí huệ cao nhất.

### ***Tóm tắt***

Trong phần tóm tắt có mười ba điểm nghiên cứu về Phật tánh. Sáu điểm đầu về cái cần chứng ngộ và những cái ấy là bốn giai đoạn của con đường nối kết, con đường quán thấy, và con đường tu tập. Trong sáu giai đoạn này chúng ta thấy rằng

Phật tánh biểu lộ dần dần nhiều hơn. Điểm thứ bảy là về áp dụng những phương thuốc. Điểm thứ tám là về loại bỏ những chướng ngại. Điểm thứ chín là về trí huệ hay prajna. Điểm thứ mười là về lòng bi. Điểm mười một là Đại thừa cao hơn những con đường khác như thế nào. Điểm mười hai là người ta làm lợi lạc cho những người khác dần dần qua những con đường này. Điểm mười ba là ở Phật quả có jnana không cố gắng, nỗ lực.

Những người quen với *Uttaratantra* (Tantra vô thượng) có thể nghĩ có một mâu thuẫn nào đó ở đây, bởi vì Tantra vô thượng nói rằng tuyệt đối không có những phân chia trong Phật tánh. Mười ba phân chia này ở đây có vẻ mâu thuẫn với điều đó, nhưng không có mâu thuẫn bởi vì trong Tantra vô thượng Phật tánh được diễn tả như nó xuất hiện trên cấp độ tối hậu hay tuyệt đối. Ở cấp độ tuyệt đối không có những khác biệt hay chia tách những phẩm tính của Phật tánh. Ở đây chúng ta xem xét sự hiện diện của Phật tánh ở cấp độ tương đối, nơi đó có những phân chia. Thế nên không có mâu thuẫn.

# MƯỜI ĐIỀU KIỆN ĐỂ TOÀN GIÁC KHAI TRIỂN

Chủ đề thứ nhất của Trang hoàng là mười nguyên nhân để trí huệ Phật khai triển.

## 1. Bồ đề tâm

Chúng ta phải khai triển trước tiên một mong muốn giúp đỡ tất cả chúng sanh đạt đến giác ngộ.

## 2. Những lời dạy thực hành

Chúng ta phải học về con đường Phật giáo và chuyên tâm vào những lời dạy này, chúng được tìm thấy trong năm con đường.

## 3. Bốn giai đoạn của tách lìa dứt khoát

Chúng ta phải đi qua bốn giai đoạn của con đường nổi kết.

## 4. Phật tánh, nền tảng cho sự thực hành của chúng ta.

Toàn bộ sự khai triển chứng ngộ dựa trên sự kiện rằng chúng ta và tất cả chúng sanh khác đều có Phật tánh.

## 5. Đối tượng để tập chú vào

Chúng ta phải chứng ngộ tánh Không của tất cả hiện tượng và chúng ta khai triển thấu hiểu qua 11 loại chủ đề như thấu hiểu cái được sanh và cái vô sanh, bình thường và phi thường, hành động tốt và xấu...

## 6. Mục tiêu

Chúng ta cần hiểu mục tiêu của sự học Bát nhã ba la mật và sự tu tập con đường Bồ tát.

## 7. Thực hành như áo giáp

Cuối cùng, có bốn thực hành khác nhau chúng ta cần làm để thấu hiểu. Sự thực hành này là hoàn thiện sáu ba la mật.

## 8. Thực hành áp dụng

Rồi chúng ta cần áp dụng bốn thiền (dhyana) cho thực hành của chúng ta.

## 9. Thực hành tích tập

Cần thực hành tích tập công đức và tích tập trí huệ

## 10. Thực hành giải thoát chắc chắn

Chúng ta cần thấu hiểu sự không thể phân chia của sanh tử và niết bàn.

## **CHƯƠNG 6: NHỮNG ĐỐI TƯỢNG ĐỂ TẬP CHÚ CHO BỒ TÁT**

### **E. ĐIỀU KIỆN THỨ NĂM: NHỮNG ĐỐI TƯỢNG ĐỂ TẬP CHÚ**

Điều kiện thứ năm để chúng ngộ pháp tánh bao gồm mười một khoản chúng ta cần tập chú vào trong thực hành pháp. Khi nghiên cứu Bát nhã ba la mật và tu tập trí huệ, sự tập chú của chúng ta là tuyệt đối vào mọi hiện tượng đều chúng tốt và hữu ích hay xấu và vô ích. Bất kể chúng là gì, chúng ta cần áp dụng Bát nhã ba la mật cho chúng. Nói tổng quát sự tập chú của chúng ta là vào tất cả các hiện tượng.

#### ***1-3. BA LOẠI HÀNH ĐỘNG***

Khi chúng ta xem xét những hiện tượng khác nhau, chúng ta phải dẫn thân vào ba hành động: phải làm hành động đức hạnh, phải từ bỏ hành động không đức hạnh, và những hành

động trung tính. Bản chất của đức hạnh là nó là điều kiện nguyên nhân cho những sự cố tốt đẹp sanh khởi trong chúng ta và đức hạnh cũng làm lợi lạc cho những người khác. Thế nên đức hạnh cần được làm. Thứ hai là thái độ không đức hạnh, dĩ nhiên, cần loại bỏ. Bản chất của không đức hạnh là làm hại chúng ta vì nó là nguyên nhân của khổ đau trong tương lai. Ngoài làm hại chúng ta, nó còn làm hại những người khác. Thứ ba là những hành động trung tính, nó không tốt không xấu, không lợi không hại.

Khi dùng những chữ này, chúng có một cảm giác hay mùi vị, thế nên khi nói “đức hạnh”, “thiện” chúng ta có một cảm nhận hạnh phúc và lòng tốt. Khi nghĩ đến những hành động bất thiện, nó cho chúng ta cảm nhận không lành mạnh, độc hại. Thế nên dùng đúng đắn những chữ này chúng ta sẽ dễ dàng tự mình thấy bản chất cái gì là thiện cái gì là bất thiện. Khi chúng ta hành động theo cách tạo nghiệp tốt, nó sẽ tạo hạnh phúc và lợi lạc. Khi ứng xử với những tình huống và hành động theo cách làm hại người khác, cuối cùng sẽ gây ra khổ đau và đây là điều chúng ta gọi là hành động xấu. Đây là cách để hiểu chủ đề này.

#### **4-6. CÁI HIỂU THỂ GIAN VÀ SIÊU THỂ GIAN**

Chúng ta cũng có thể nghĩ đến sự vật theo cách hiểu thể gian hay siêu thể gian. Nếu tâm ta bị tư tưởng “tôi” bao trùm, sự suy nghĩ của chúng ta sẽ bị bao trùm bởi những phiền não, cảm giác, tham muốn, chấp giữ... đủ loại. Đây là cái hiểu thể gian và sẽ chỉ thỉnh thoảng đưa tới đức hạnh. Chẳng hạn, khi chúng ta có niềm tin thể gian vào chánh kiến định luật nghiệp quả. Nhưng thường thì tư tưởng thể gian này bị bỏ qua. Cái hiểu xuất thể gian, suy nghĩ vượt khỏi bản ngã, được tìm thấy nơi những con người cao cả và không có những phiền não ấy bao trùm nó. Cái hiểu siêu thể gian đưa vào con đường giác ngộ và cần có.

#### **6-7. TẬP CHÚ VÀO NHIỆM Ô VÀ KHÔNG NHIỆM Ô**

Chúng ta cũng có thể khảo sát những hiện tượng theo bị nhiễm ô và không bị nhiễm ô. Chúng ta dùng từ “nhiễm ô” để chỉ cái dẫn đến những hoạt động gây cho chúng ta sanh vào sanh tử và những nẻo thấp. Trong tiếng Tây Tạng từ “nhiễm ô” là *zagche*. Những hoạt động nhiễm ô này cắm rễ trong niềm tin vào một bản ngã mà có những phiền não chính, tham, sân, si, và mọi phân nhánh của chúng. Một khi những nhiễm ô này



có mặt, bấy giờ chúng ta luôn tiếp tục trong sanh tử luân hồi. Thế nên cái bị nhiễm ô thì thuộc về sanh tử. Những hoạt động không nhiễm ô thì không bị ý niệm một bản ngã bao trùm. Những hiện tượng không nhiễm ô là những cái giúp chúng ta hoàn thành giải thoát khỏi vòng sanh tử.

### ***8-9. NHỮNG HIỆN TƯỢNG ĐƯỢC SANH VÀ KHÔNG SANH***

Chúng ta cũng có thể khảo sát những hiện tượng được sanh và không sanh, đôi khi cũng được gọi là hợp tạo và không hợp tạo. Những hiện tượng được sanh, được tạo ra là mọi sự phải được tập hợp, được sản sanh, qua những nhân và duyên. Khi chúng ta có những sự vật được sanh hay hợp tạo, chúng luôn luôn thuộc về vô thường và thay đổi, luôn luôn dẫn đến một loại khổ đau. Những hiện tượng không sanh thì không nhờ vào sự hòa hợp của những vật khác. Những hiện tượng không sanh thì thường hằng, không bị vô thường nên không thuộc về khổ đau.

## ***10-11. NHỮNG HIỆN TƯỢNG BÌNH THƯỜNG VÀ PHI THƯỜNG***

Người ta cũng có thể khảo sát những hiện tượng theo bình thường của những đệ tử hay phi thường của những bồ tát. Hiện tượng bình thường của những đệ tử ám chỉ những hoạt động chung của những Thanh Văn như thiên định về sự vô ngã của con người, thiên định về khổ đau, về sự lợi lạc của chính mình... Phương diện khác là tập chú vào những hiện tượng phi thường như đại trí huệ của bồ tát, jnana của Phật, những năng lực đặc biệt... Đây là trí huệ của những bồ tát trên con đường Đại thừa.

Tóm lại, có mười một điều mà bồ tát tập chú vào trong nghiên cứu Bát nhã ba la mật. Ba điều đầu tiên là những hành động đức hạnh, không đức hạnh và trung tính. Điều thứ tư là những hiện tượng thế gian. Thứ năm là những hiện tượng siêu thế gian. Thứ sáu là những hiện tượng nhiễm ô, thứ bảy là những hiện tượng không nhiễm ô. Thứ tám là những hiện tượng hợp tạo, và thứ chín là những hiện tượng không hợp tạo. Thứ mười là những hiện tượng bình thường và thứ mười một là những hiện tượng phi thường.

## F. MỤC TIÊU CỦA NGHIÊN CỨU BÁT NHÃ BA LA MẬT

Điều kiện thứ sáu để chứng ngộ pháp tánh liên hệ với mục tiêu học Bát nhã ba la mật đa, tu tập con đường bồ tát và hoàn thành những kết quả của con đường. Đoạn này đưa ra ba lý do để học Bát nhã ba la mật.

### 1. ĐẠI TÂM

Lý do thứ nhất là có thái độ cao cả nhất, không chỉ hoàn thành hạnh phúc và loại bỏ những vấn nạn và khổ đau riêng của mình, mà còn loại bỏ những vấn nạn cho tất cả chúng sanh. Dĩ nhiên tìm an vui và thoát khỏi những vấn nạn cho chính mình là rất xứng đáng. Nhưng đây chỉ là một lối nghĩ hạn hẹp. Đó cũng giống như một người giàu với nhiều thân thuộc rất nghèo nhưng vẫn giữ sự giàu có cho riêng mình. Điều này đáng xấu hổ và không phải là điều tốt nhất nên làm. Sự việc tự nhiên là người ấy phải nghĩ đến chuyện giúp đỡ những người chung quanh. Khi chúng ta nói đến thái độ cao quý nhất, đó là suy nghĩ vượt khỏi chính mình. Cách để làm điều đó là nghĩ đến những người khác cũng giống như chúng ta, nghĩ đến cho họ hạnh phúc giống như chúng ta muốn cho mình hạnh phúc, và

nghĩ đến loại bỏ khổ đau cho họ như chúng ta muốn loại bỏ khổ đau cho mình. Đó là trạng thái cao cả của tâm.

Thái độ cao cả nhất này thì không giới hạn hay phạm vi. Nghĩ đến giúp đỡ một trăm người hoàn thành hạnh phúc và loại bỏ khổ đau là không đủ, bởi vì ngoài những người ấy còn có rất nhiều người cần giúp. Nghĩ đến giúp đỡ 10.000 hay 100.000 người thì vẫn chưa đủ. Khi chúng ta khai triển thái độ cao cả nhất này, chúng ta nghĩ đến mỗi một chúng sanh đã hiện hữu từ sơ thủy, bởi vì tất cả họ luôn luôn muốn tìm kiếm hạnh phúc và tránh thoát khổ đau. Công việc của chúng ta là nghĩ về mình như một người bạn và nâng đỡ họ trong cuộc tìm kiếm hạnh phúc của họ. Điều này nghĩa là không bỏ rơi một người nào bởi vì không có người nào không muốn hay cần sự nâng đỡ của thái độ chúng ta.

## **2. ĐẠI TỪ BỎ**

Chúng ta cần làm việc trong hai lãnh vực để đáp ứng mong muốn của chúng ta là thực sự giúp đỡ chúng sanh. Thứ nhất chúng ta cần loại bỏ những hành động không đúng của thân, của lời, và của tâm.

Chúng ta cũng cần loại bỏ nguyên nhân của những hành

động không đúng của thân, lời, tâm, chúng là những phiền não. Gốc rễ vi tế của những hành động không đúng này và những nhiễm ô là niềm tin sai vào bản tánh của hiện tượng. Thế nên chúng ta cần loại bỏ cả những phiền não chướng và sở tri chướng của chúng ta.

### 3. ĐẠI CHỨNG NGỘ

Tiếp theo chúng ta cần triển khai sự chứng ngộ. Căn bản, chúng ta muốn đi từ trạng thái hiểu biết vài sự vật trong hiện tại đến một trạng thái thấu hiểu tuyệt đối tất cả các hiện tượng. Để khai triển chứng ngộ này, chúng ta cần phát triển nguyện vọng khởi đầu con đường. Điều này khiến cuối cùng chúng ta khai mở những khoảnh khắc của quán thấy. Qua con đường quán thấy chúng ta sẽ khai triển sự chứng ngộ con đường thiền định. Cuối cùng, chúng ta sẽ có chứng ngộ Phật quả, bao gồm *hiểu biết bản tánh* (TT.ji ta ba) và *hiểu biết sự khác biệt* (TT.ji nye pa) của những hiện tượng, đây là hai loại jnana.

## **CHƯƠNG 7: THỰC HÀNH THIÊN ĐỊNH VÀ THỰC HÀNH TÍCH TẬP**

Trong chương vừa rồi chúng ta đã nhìn mục tiêu của thực hành. Trong chương này chúng ta sẽ khảo sát bản thân sự thực hành. Cái thứ nhất là thực hành như áo giáp, liên hệ với động cơ của chúng ta, theo sau là sự thực hành thực sự đi vào những hành động tương ứng. Cũng trong chương này chúng ta sẽ nhìn vào sự thực hành tích tập, và sự thực hành giải thoát chắc chắn.

### **G. ĐIỀU KIỆN THỨ BẢY: THỰC HÀNH NHƯ ÁO GIÁP**

Thực hành như áo giáp liên hệ với sự khai triển động cơ của chúng ta: Chúng ta có thể chuyển động cơ bình thường thành một động cơ bao la qua sự chuyên cần như thế nào. Sự khai triển động cơ chủ yếu được làm qua thực hành sáu ba la mật. Chúng bao la vì không phải là những ba la mật riêng lẻ, mà trong mỗi ba la mật chúng ta cần sự hiện diện của mọi ba la

mật khác. Thế nên sự thực hành sáu ba la mật trở nên rất rộng và đan xen nhau.

Từ “*paramita*” (“ba la mật” nghĩa là “hoàn thiện” hay “phẩm tính siêu việt”. Ba la mật thứ nhất là bố thí hay rộng lượng. Trước tiên chúng ta tạo ra một tâm mở rộng và từ thiện – một tâm rộng lượng, ý tưởng muốn cho. Tiếp theo là giữ giới ba la mật cũng phải hiện diện để chắc chắn không có tham lam hay phiền não nào trong đó. Chúng ta cũng cần không bị ảnh hưởng bởi bất kỳ sự làm hại nào đến từ hành động cho. Chúng ta cần chịu đựng những hoàn cảnh đối nghịch này bằng cách thực hành kham nhẫn ba la mật. Khi cho chúng ta làm nó với cương quyết lớn lao xuyên qua sự khó khăn và vất vả, thế nên chúng ta cần chuyên cần hay tinh tấn ba la mật. Hành động cho cũng có thể là một điểm tựa cho thiền định của chúng ta. Khi cho, tâm ta phải nhất niệm, đòi hỏi phải có thiền định ba la mật. Và mọi sự xảy ra lúc cho phải vượt khỏi người cho, món đồ cho, và người nhận. Để áp dụng điều này, phải áp dụng trí huệ ba la mật. Như vậy người ta có thể thấy trong sự hoàn thiện của bố thí có tất cả ba la mật kia.

Trong cách tương tự, phương tiện ba la mật cũng cần sáu ba la mật hiện diện trong nó. Điều này cũng đúng cho kham nhẫn ba la mật, chuyên cần ba la mật, thiền định ba la mật và

bát nhã ba la mật. Mọi ba la mật cần có sáu ba la mật kia hiện diện trong chúng để thực sự hoàn thiện. Ý định vững chắc để thực hành như vậy, với mỗi ba la mật ở trong được gọi là thực hành giống như áo giáp.

## H. ĐIỀU KIỆN THỨ TÁM: THỰC HÀNH ÁP DỤNG

Bước thực hành thứ hai được gọi là thực hành áp dụng. Trước chúng ta quan tâm đến động cơ để thực hành, bây giờ chúng ta thực sự đi vào đó. Sự áp dụng thực hành là trước hết khai triển thiền định hay samadhi trong tu tập bốn thiền và thiền định không sắc tướng. Nếu người ta muốn vượt thắng sanh tử và có những phẩm tính của Phật, bây giờ điều quan trọng nhất là thuần hóa tâm mình. Tâm chính là gốc rễ của những hiện tượng. Người ta cần trí huệ và thiền định để thuần hóa tâm mình. Trí huệ ấy phát sanh từ thiền định, cho nên sự khai triển của thiền định sẽ mang đến điều chúng ta đang tìm kiếm. Điều đó đến qua sự tu tập những thiền và thiền quán không hình tướng.



## 1. NHỮNG THIỀN VÀ THIỀN ĐỊNH KHÔNG SẮC TƯỢNG

Quan tâm chính của luận là sự khai mở của trí huệ viên mãn, Bát nhã ba la mật, nó là sự thấu hiểu viên mãn thật tánh của những hiện tượng. Khi chúng ta đã có kinh nghiệm về bản tánh này, bấy giờ prajna trở nên càng ngày càng rõ ràng cho đến khi trở thành jnana, trí huệ cao nhất của Phật. Tiến trình ấy chỉ có thể xảy ra nếu tâm chúng ta rất vững chắc. Khi tâm vững chắc, chúng ta có thể nhanh chóng hoàn thành những kết quả mà chúng ta đã chọn để thiền định. Nếu tâm không vững chắc, thay đổi, những kết quả tốt sẽ không thành. Thế nên chúng ta cần đặt tâm dưới sự kiểm soát để làm nó rất vững chắc. Vậy nên ở đây nói trước hết chúng ta cần chuyên tâm vào thiền định.

Tổng quát có những loại thiền định khác nhau được dạy trong những dòng truyền khác nhau. Sự truyền bá Phật giáo có thể gồm trong ba nhánh chính. Đức Phật sống trong thế giới và dạy pháp ở Ấn Độ vào thế kỷ thứ 5 trước Dương lịch. Vài trăm năm sau, mở rộng qua sự hoạt động của người con và người cháu của vị vua Ấn Độ vĩ đại Ashoka, một dòng Phật giáo đến Sri Lanka và rồi lan truyền qua Miến Điện và Thái Lan. Dòng này trở thành cái mà ngày nay chúng ta biết là truyền thống

Theravada (Thượng tọa bộ).

Phong trào thứ hai của Phật giáo được gọi là Đại thừa và di chuyển từ Ấn Độ sang hướng Trung Hoa. Hệ thống pháp này nhấn mạnh vào thiền định. Từ thiền định trong Sanskrit là dhyana, tiếng Trung Hoa thành Chan (Thiền). Những giáo lý Đại thừa này truyền xa hơn nữa đến Nhật Bản, nơi đó dhyana được dịch thành Zen.

Phong trào thứ ba được gọi là Kim cương thừa từ Ấn Độ đến Nepal rồi đến Tây Tạng, xa hơn về phía bắc đến Mông Cổ và Siberia.

Dĩ nhiên, tất cả truyền thống này đến từ những lời dạy của Đức Phật, và chúng đều là những đại diện tốt đẹp của những lời dạy ấy, nhưng có một số khác biệt trong nội dung, về thiền định được dạy và trình bày như thế nào. Đó chỉ là một khác biệt trong kỹ thuật, thế nên trong Theravada hoặc trong Thiền, người bắt đầu trực tiếp với thiền định mà không có nhiều kỹ thuật khác. Ngược lại, một tính đặc thù của Kim cương thừa là có một dãy cực kỳ rộng những kỹ thuật. Đôi khi người ta có thể thiền định về bản tôn (yidam), đôi khi có thể tụng chú (mantra), đôi khi trau dồi sự quán tưởng giai đoạn thực hành, đôi khi chỉ đơn giản tập trung trực tiếp vào một điểm. Cái làm cho hệ thống Kim cương thừa là một cách rất tốt để thực hành

là có một dãy rộng những kỹ thuật khiến thuần hóa tâm dễ dàng hơn. Người ta có thể áp dụng nhiều kỹ thuật thay vì cố gắng rất khó nhọc với chỉ một kỹ thuật.

Với người mới đến với pháp có thể hơi lạ lùng với dãy bao la thiền định và quán tưởng này. Nhưng có sự lựa chọn rộng rãi này chỉ bởi vì tất cả những thực hành ấy là những phương tiện thiện xảo để thuần hóa tâm.

#### ***2-4. NHỮNG BALAMẬT, CON ĐƯỜNG VÀ THIỀN ĐỊNH VÔ LƯỢNG***

Bản văn này chỉ ra nhiều kỹ thuật mà chúng ta có thể dùng để thuần hóa tâm. Chúng ta có thể thiền định sáu ba la mật, hay năm giai đoạn của con đường, hay bốn thiền định vô lượng từ, bi, hỷ, xả. Đây là một số trong nhiều phương tiện thiện xảo để thuần hóa chính mình.

#### ***5-6. KHÔNG CÓ NHỮNG ĐỐI TƯỢNG VÀ SỰ THANH TỊNH CỦA BALUÂN***

Thiền định về Bát nhã ba la mật cốt yếu thấu hiểu tánh Không. Để làm điều này đôi khi chúng ta chọn những đối

tượng ở cấp độ tương đối như tâm từ hay những ba la mật. Vào những lúc khác, chúng ta tập trung ở cấp độ tuyệt đối nơi không có những đối tượng, chỉ bản thân tánh Không. Đôi khi chúng ta cũng thiên định về “sự thanh tịnh của ba luân”, bằng cách từ bỏ bám chấp vào những ý niệm người tri giác, cái được tri giác và hành động tri giác.

Đôi khi chúng ta thiên định với một đối tượng, đôi khi không đối tượng. Đôi khi chúng ta thiên định với một lời dạy trong thiên định, đôi khi không có lời dạy. Để thuần hóa tâm mình, đôi khi chúng ta cần suy ngẫm nghĩa của thực tại khách quan, nghĩ về những ba la mật, những giai đoạn khác nhau của con đường và bốn tâm vô lượng. Nhưng nếu chúng ta làm điều đó mọi lúc, có thể chúng ta thắt chặt với ý nghĩ đang làm cái gì đó để thành tựu một kết quả, nó trở nên quá cứng chắc khiến chúng ta bận rộn với điều chúng ta đang làm. Thế nên đôi khi rất tốt nếu thiên định không có đối tượng, thiên định về chính tánh Không. Bởi thế có những thiên định với một đối tượng và những thiên định không có đối tượng, chúng ta cần thay thế chúng với nhau.

## **7-9. TÍNH MỤC TIÊU, SÁU NHẬN THỨC SÁNG TỎ, VÀ HIỂU BIẾT MỌI HIỆN TƯỢNG**

Toàn bộ mục tiêu của sự thực hành của chúng ta như là những bồ tát là có thể làm lợi lạc cho những người khác theo một cách thực sự rộng rãi. Thế nên chúng ta không nên thỏa mãn khi làm những thực hành này nếu chỉ lợi lạc cho một mình chúng ta. Để giúp đỡ rộng rãi những người khác, chúng ta cũng dần dần khai triển sáu nhận thức sáng tỏ và cuối cùng sự hiểu biết tất cả mọi hiện tượng, trạng thái Phật quả. Và dù bây giờ chúng ta tiến bộ chưa xa thì chúng ta vẫn có thể nghe giải thích về chúng và tra dồi ý tưởng; vì những người khác, chúng ta sẽ khai triển chúng.

### ***Tóm tắt***

Trong phần hai này hôm nay chúng ta học nói về sự áp dụng thực tiễn gồm có chín chủ đề: (1) dhyana, (2) những ba la mật, (3) những giai đoạn của con đường, (4) bốn tham thiền vô lượng, (5) sự vắng mặt của một đối tượng trong thiền định, (6) sự vắng mặt của ba luân, người tri giác, đối tượng tri giác và hành động tri giác, (7) mục tiêu của con đường, (8) những nhận thức sáng tỏ, và (9) trí huệ về mọi hiện tượng. Nếu chúng

ta thực sự thực hành những cái này, bây giờ sự thực hành của chúng ta sẽ tiến từ *giai đoạn tích tập* đến *giai đoạn nói kết*, đến *giai đoạn quán thấy*, đến *giai đoạn thiền định*, và cuối cùng đến *giai đoạn của Phật quả* hoàn hảo trọn vẹn.

## I. ĐIỀU KIỆN THỨ CHÍN

Chúng ta đã bàn luận sự thực hành như áo giáp liên hệ đến động cơ, sự thực hành áp dụng về những hành động bồ tát và bây giờ chúng ta sẽ bàn đến điều kiện thứ chín để hoàn thành giác ngộ\_sự tích tập công đức.

### 1. ĐẠI BI

Lòng bi không thiên vị là gốc cho sự tích tập công đức bao la. Nhưng lòng bi không thể khai phát khi có sự hiện diện của những yếu tố đối nghịch như sân giận hay muốn làm hại người khác. Nếu chúng ta tin rằng ai đó là kẻ thù, bây giờ ý tưởng ấy sẽ dần dần sanh ra những tư tưởng giận dữ và xung đột. Điều này sẽ tạo ra một hiệu quả tích lũy, bởi vì giận dữ tạo ra một tình huống kết thành những phản ứng tiêu cực từ người khác. Chúng ta có thể thấy rõ rằng tuyệt đối chẳng lợi ích gì khi nổi

giận, xung đột. Chùng nào chúng ta ở trong trạng thái xung đột, nó sẽ dẫn đến làm hại những người khác, và sự làm hại này sẽ trở lại làm hại chúng ta.

Cách tốt nhất để thắng giận dữ và xung đột là dùng lòng bi là phương thuốc. Lý do lòng bi là đối trị cho xung đột là cuộc đời chúng ta thực sự giống như một tấm gương. Khi chúng ta nhìn vào tấm gương cau mặt tức giận, bấy giờ trong tấm gương chúng ta thấy một phản chiếu cau mặt đối địch. Nếu chúng ta tươi vui mỉm cười thì chúng ta thấy trong tấm gương một khuôn mặt tươi vui mỉm cười. Cuộc sống cũng giống như thế. Nếu chúng ta phát sinh xung khắc, hiếu chiến thì cuộc đời sẽ xung khắc hiếu chiến với chúng ta. Ngược lại nếu thương yêu, quan tâm tới người khác, đối xử với tôn trọng khích lệ, chúng ta sẽ tìm thấy tình thương, tình bạn và sự thoải mái trong cuộc đời. Một khi điều này xảy ra, đó là một tiến trình tích tập. Càng thương yêu, chúng ta càng học được làm thế nào để thương yêu, và cuộc đời chúng ta sẽ hài hòa hơn. Cội gốc của việc có mối tương quan tốt với phản chiếu của cuộc đời là sự trau dồi lòng bi. Chính từ có lòng bi mà mọi phẩm tính tốt đẹp của những mối tương quan phát sanh.

## 2. CHO

Đã trau dồi lòng bi, chúng ta cần đi vào sáu ba la mật. Chúng ta đã thấy ở trước những ba la mật này là rất quan trọng trong thực hành như thế nào. Khi thực hành những ba la mật, chẳng hạn bố thí, chúng ta có thể thấy chúng xảy ra trong liên hệ với thế giới bên ngoài. Nhưng cái xảy ra ở ngoài không quan trọng lắm, mà cách thức bên trong chúng ta liên hệ với tình huống. Chẳng hạn trong Lối sống của Bồ tát của Shantideva nói rằng lĩnh vực của bố thí không phải là cố gắng xóa bỏ tất cả nghèo nàn trong thế giới, điều ấy là không thể. Đúng ra bố thí ba la mật liên hệ đến phương diện bên trong của động cơ chúng ta, cái tâm. Khi chúng ta nghĩ, “Qua hành vi này tôi muốn xóa bỏ sự nghèo” hay “Tôi sẽ xóa bỏ nạn đói khát”, điều thực sự quan trọng là ý muốn giúp đỡ. Có hiệu quả nhiều hay ít, điều ấy không quan trọng mà trạng thái của tâm quyết định chúng ta có bố thí ba la mật hay không. Chính lòng bi là yếu tố then chốt để khai triển sự hoàn thiện thực tiễn, bởi vì lòng bi cho tâm chúng ta có động lực thích đáng.

## 3. KỶ LUẬT

Cũng như vậy với ba la mật thứ hai, giới hay kỷ luật. Kỷ



luật liên hệ với hành động đúng của thân, lời và tâm. Khi trau dồi giữ giới ba la mật, không phải người ta quan tâm đến việc xóa bỏ giết chóc khắp vũ trụ hay dừng tất cả việc ăn nuốt lẫn nhau của thú vật. Sự hoàn thiện của giữ giới là khai triển bên trong chúng ta sự không thể làm hại và giết chúng sanh khác. Đó là trở nên không bao giờ nói dối, trộm cướp, hay làm việc bất thiện với thân, lời, tâm. Nếu người ta đã làm chủ điều này trong chính mình, không phải trong thế giới bên ngoài, bấy giờ người ta đã làm chủ giới ba la mật.

#### ***4-7. NHỮNG BALA MẬT KHÁC***

Dĩ nhiên, kham nhẫn ba la mật cũng tương tự. Kham nhẫn ba la mật không có nghĩa là xóa bỏ mọi hoàn cảnh khó khăn, đối địch ở bên ngoài, mà làm chủ cái tâm để chúng ta không sanh những phản ứng tiêu cực như tức giận. Tương tự với ba la mật kia, tinh tấn, thiền định, và bát nhã, chúng ta có thể hiểu rằng sự khai triển của sự hoàn thiện của chúng đến từ làm chủ chính mình, từ sự hoàn thiện của tâm mình.

Đại sư Shantideva có một thí dụ rất sinh động khi ngài nói, “Để tránh đau chân trần, chúng ta hoặc có thể phủ toàn bộ con đường có gai và đá với da, hoặc chỉ phủ bàn chân với

da”. Che phủ toàn bộ thể giới bên ngoài với da là không thể. Tuy nhiên chúng ta chỉ cần dùng một miếng da nhỏ làm giày để che phủ chân chúng ta. Điều này chỉ ra rất rõ ràng làm sao dùng những ba la mật. Chúng ta không dùng những ba la mật để chuyển hóa thể giới bên ngoài, mà để làm chủ tâm mình. Đã làm chủ tâm mình, bất cứ nơi nào chúng ta đi sẽ có sự hoàn thiện, sự bình an chúng ta tìm kiếm.

### **8-10. ĐỊNH VÀ QUÁN VÀ SỰ PHỐI HỢP CỦA CHÚNG**

Những điểm kế tiếp là về thiền định (*shamatha*) và thiền quán (*vipashyana*). Thiền định là trau dồi an định và vững chắc của tâm. Dựa trên một tâm an định, chúng ta sẽ áp dụng thiền quán để kinh nghiệm thể giới đúng như nó là (*dharmata*, pháp tánh). Để gom tụ hay sự tích tập công đức và trí huệ, bỏ tất cả tham thiền.

Một người mới bắt đầu tham thiền học những kỹ thuật khác nhau để làm an định tâm, đây là *shamatha*. Chúng ta học những kỹ thuật khác nhau để trau dồi quán chiếu thấu suốt, hay *vipashyana*. Khi tham thiền này tiến bộ, *shamatha* và *vipashyana* trở nên hợp nhất hơn để sự quán chiếu làm tăng trưởng sự an định và sự an định làm mạnh sự quán chiếu. Thế

nên, trước hết có shamatha, rồi vipashyana, và rồi sự hợp nhất của hai hình thức tham thiền này.

## **11. PHƯƠNG TIỆN THIÊN XẢO**

Điểm tiếp theo nói về những phương tiện khác nhau mà người ta sử dụng để gom góp sự tích tập của sáu ba la mật, lòng bi, shamatha và vipashyana, và sự hợp nhất của chúng. Người ta có thể dùng tất cả những cái này trên con đường giác ngộ.

## **12-17. SÁU ĐIỂM NỮA**

Ba điểm tiếp theo trong phần này tóm lại phương diện thực hành và ôn lại điều đã được nói. Thứ nhất, chúng ta phải thực hành jnana hay kinh nghiệm pháp tánh. Thứ hai, chúng ta phải thực hành tích tập công đức nhờ sáu ba la mật và vân vân. Thứ ba, năm con đường phải được vượt qua tiệm tiến theo thứ tự.

Bây giờ có ba điểm thuộc phương diện trí huệ. Điểm bốn được gọi là *dharani* (đà la ni), sự khai triển đà la ni nào đó sẽ giúp ta có một nhớ lại toàn bộ và rõ ràng điều đã học. Điểm

thứ sáu là về những phương thuốc khác nhau chúng ta phải áp dụng để trước hết hàng phục và rồi xóa bỏ những chướng ngại khác nhau chúng ta đã gặp thường xuyên, tức là những che ám của nhiễm ô và của hiểu biết, phiền não chướng và sở tri chướng.

## **J. ĐIỀU KIỆN THỨ MƯỜI: SỰ THỰC HÀNH GIẢI THOÁT CHẮC CHẮN**

Điều kiện thứ mười để đạt đến giác ngộ là sự thực hành giải thoát chắc chắn, được giải thích trong tám chủ đề.

Nói ngắn gọn: điểm thứ nhất là mục tiêu của giải thoát chắc chắn thì giống như sự thực hành tích tập, nghĩa là, đại tâm, đại từ bỏ, đại tu tập. Với những điều này trong tâm, chúng ta có thể hoàn thành thực hành này. Điểm thứ hai là sanh tử và niết bàn là đồng nhất trong chân tánh của những hiện tượng. Điểm thứ ba là bằng cách dựa vào giải thoát chắc chắn, sự giúp đỡ những người khác trở nên hoàn toàn không cố gắng. Điểm thứ năm là thoát khỏi những ý niệm giới hạn bởi vì kết quả thành tựu là tuyệt đối vô lượng. Nó không phải là cái gì có thể quan niệm. Điểm thứ sáu nói về những phẩm tính Phật đã hiện hữu sẵn khi người ta đạt đến trạng thái Phật quả như thế

nào. Thứ bảy, khi đạt đến Phật quả người ta thực sự có toàn giác, hiểu biết toàn bộ mọi sự một cách tuyệt đối. Cuối cùng, lý do cho sự đạt đến toàn giác là tiến bộ theo năm con đường.

Ở điểm này chúng ta đến chỗ chấm dứt của những phần chính đầu tiên của luận, “sự hiểu biết tất cả mọi hiện tượng”, mười điều kiện nguyên nhân để đạt Phật quả.

## Câu hỏi

*Câu hỏi:* Trong con đường nào năm loại cái nhìn thấy và sáu nhận thức sáng tỏ phát khởi?

*Rinpoche:* Chủ yếu, chúng phát khởi với con đường quán thấy và con đường thiền định, nhưng chúng cũng có thể phát khởi trong con đường nối kết, bởi vì con đường nối kết là sự chuẩn bị cho những con đường cao hơn.

Những nhận thức sáng tỏ và những cái nhìn thấy khác nhau là một yếu tố hỗ trợ trong sự phát triển của người ta. Chúng bắt đầu phát khởi trên con đường nối kết đến mức độ nào đó và làm mạnh thêm sự thực hành. Chúng càng phát triển, chúng càng nâng cấp sự thực hành. Nhưng chúng hoàn

toàn phát khởi trên con đường nối kết.

***Câu hỏi:** Rinpoche, ngài có thể giải thích thêm một ít về giai đoạn thứ ba và thứ tư của con đường nối kết, tức là giai đoạn kham nhẫn và pháp thế gian cao nhất.*

***Rinpoche:** Ở giai đoạn thứ ba của con đường nối kết, sự kham nhẫn hay can đảm của người ta là không hề để cho một loại nghi ngờ nào về tánh Không phát triển. Trong toàn bộ con đường nối kết người ta tiến sát đến cái thấu hiểu thật tánh của những hiện tượng. Sự can đảm này nghĩa là người ta làm tiếp điều người ta biết là đúng và không để cho chút nghi ngờ nào trì hoãn việc chứng ngộ tánh Không. Thật cương quyết, thật can đảm trong sự khai mở cái thấu hiểu thật tánh này, đó là tánh Không. Chính qua sự cương quyết mà người ta chứng ngộ kinh nghiệm đích thực về tánh Không. Khoảnh khắc đầu tiên của sự chứng ngộ thực sự bản tánh của những hiện tượng là giai đoạn cuối cùng của con đường nối kết, pháp thế gian cao nhất. Khoảnh khắc tiếp theo là cái chúng ta gọi là giai đoạn kế tiếp tức con đường quán thấy. Pháp thế gian cao nhất bởi vì đó là thời gian cuối cùng, sự chấm dứt của thế gian và người ta không bao giờ trở lại thế gian nữa.*

***Câu hỏi:** Thuần hóa, rèn luyện tâm là việc quan trọng nhất trong thực hành những ba la mật, thế thì làm sao điều đó*

*có thể phù hợp với hoạt động của bồ tát là quan tâm rất nhiều đến việc giúp đỡ những người khác trong thế giới bên ngoài.*

**Rinpoche:** Dĩ nhiên có một khác biệt giữa con đường trong đó tâm làm việc đối với hành giả Tiểu thừa và con đường tâm làm việc đối với hành giả Đại thừa. Dù thuần hóa tâm là sự việc quan trọng nhất, nếu người ta không có động cơ bồ tát để phát triển những ba la mật, người ta sẽ không có mong muốn giúp đỡ những người khác và làm Bồ tát hạnh. Nếu chỉ quan tâm đến tâm mình, thì người ta không có động cơ để khai triển những ba la mật. Dù có một dãy bao la những việc trong thế giới bên ngoài, tâm bên trong là rất quan trọng trong liên hệ với từng hành động, mà không phải là thế giới bên ngoài. Một thí dụ sinh động đến từ cuộc đời Gyalwa Karmapa thứ năm, ngài qua Trung Hoa nơi ngài là một trong những vị thầy tâm linh của hoàng đế Trung Hoa. Hoàng đế có niềm tin và sự sùng mộ lớn lao đối với ngài và cúng dường vàng, bạc, đồ thù rất hậu hỉ. Trên đường về Tây Tạng, Karmapa nhận món cúng dường từ một bà lão cho ngài một con dê với một cái chân gãy. Karmapa thứ năm nói rằng ngài chưa bao giờ nhận một món cúng dường lớn như vậy, so với những đồ cúng dường của hoàng đế cũng không bằng. Điều chủ yếu ở đây là hoàng đế cho rất nhiều, nhưng ông không cho tất cả mọi cái mà ông có. Còn bà lão, chỉ có một con dê gãy chân, nên sự bố thí của

bà là hoàn hảo. Bởi vì ý nghĩa của bà, món quà của bà giá trị hơn của hoàng đế.

***Câu hỏi:** Về những điều người ta phải bỏ trên bốn phần của con đường nối kết, xin ngài giải thích giai đoạn thứ tư, nó là niềm tin vào thực tại bên ngoài.*

***Rinpoche:*** Trong giai đoạn thứ ba chúng ta bỏ niềm tin vào một thực tại cụ thể. Người bình thường tin rằng thế giới biểu hiện bên ngoài là rất thực và cứng đặc như nó có hiện hữu riêng tự nó. Cũng thế, họ nghĩ rằng tâm cũng có hiện hữu chất thể nào đó và là một sự vật. Giai đoạn thứ ba người ta vượt qua niềm tin vào thế giới bên ngoài và bên trong như những sự vật cứng đặc.

Trong giai đoạn thứ tư, còn vi tế hơn bởi vì người ta có thể chứng ngộ rằng mọi sự biểu lộ hoặc ngoài hoặc trong chỉ là một thực tại giả tạo. Chúng ta có thể hiểu rằng chúng ta đã sáng tạo ra nó bởi thức của chúng ta gán tên và định danh. Giai đoạn thứ tư là tiến trình giải thể những gán tên này, đây là điều quan tâm chính ở đây, hơn là tin vào thực tại. Nó làm việc trên sự loại trừ tiến trình thức mà chúng ta đã dùng để tạo ra những ý niệm bên trong và bên ngoài.

***Câu hỏi:** Xin ngài nói thêm về con đường nối kết và bốn*



giai đoạn.

**Rinpoche:** Chúng ta cần hiểu rằng trên con đường nói kết chúng ta không thực sự chứng ngộ tánh Không. Chúng ta đang làm việc hướng đến sự chứng ngộ tánh Không hay thật tánh. Trong con đường nói kết chúng ta cố gắng trau dồi sự chắc chắn trong chúng ta về tánh Không, để trở nên xác quyết và tin tưởng, thích thú ý nghĩa của tánh Không. Để làm điều đó chúng ta cần bỏ những thứ bên trong chúng ta trái ngược với sự thật của tánh Không này.

Bốn loại ý tưởng mà chúng ta làm việc là những quan niệm bên trong ngăn chặn sự chứng ngộ này, bởi vì chúng nghịch lại với chân lý tánh Không được chứng ngộ trên con đường quán thấy. Điều chúng ta làm trong bốn giai đoạn là giảm trừ bốn loại tư tưởng sai lầm ấy. Chúng ta giảm thiểu chúng, và khiến chúng không biểu lộ hiển nhiên nữa. Nhưng hạt giống của những tư tưởng ấy, gốc rễ vi tế của chúng, chỉ có thể xóa bỏ về sau qua quán thấy và sự khai triển của quán thấy này. Như vậy trên con đường nói kết chúng ta loại bỏ những ngăn chặn với tánh Không, nhất là đối với sự tin cậy tuyệt đối vào tánh Không.

## **CHƯƠNG 8: NHỮNG CON ĐƯỜNG TIÊU THỪA**

### **CHỦ ĐỀ II. HIỂU BIẾT CON ĐƯỜNG**

Trong chương này chúng ta đến chủ đề chính thứ hai của tám chủ đề của luận, nói về sự hiểu biết những bồ tát cần có về con đường. Chúng ta sẽ nghiên cứu con đường qua mười một chủ đề nhỏ.

#### **A. NỀN TẢNG CỦA CON ĐƯỜNG**

Hiểu con đường là hiểu tinh túy của con đường mà bồ tát du hành và cách mà con đường này có thể hoàn tất là nền tảng của chính con đường. Căn cứ hay nền tảng từ đó con đường sanh khởi, là chủ đề thứ nhất.

#### **1. XÓA BỎ KIÊU CĂNG**

Đức Phật dạy pháp cho mọi loài chúng sanh khác nhau.

Khi ngài dạy Bát nhã ba la mật, có rất nhiều chư thiên đến để nghe và thấy Phật. Những vị trời này có thân thể rất đẹp và rực rỡ, tinh tế. Khi họ đến, họ hoàn toàn bị che mờ bởi ánh sáng của đức Phật khiến họ xấu hổ và giảm sự kiêu căng của các vị trời. Lý do đức Phật có một thân thể sáng đẹp như vậy là trước kia ngài đã học và thực hành những giáo lý mà không có kiêu căng.

Khi thực hành chúng ta phải loại bỏ tham, sân, si, ghen tỵ và kiêu ngạo. Bởi vì chúng là gốc rễ của những hành động xấu, chúng cũng là gốc rễ của khổ đau. Đặc biệt, khi học và hành pháp, quan trọng nhất là loại bỏ kiêu căng. Chùng nào còn kiêu căng, rất khó để cho những phẩm tính tốt phát khởi. Sự kiêu căng chứng tỏ chúng ta quan tâm đến vẻ bề ngoài, tài sản và cũng đến tâm bên trong của chúng ta. Trong kinh có một thí dụ về kiêu căng, kiêu căng thì giống như một bình lật úp, không thể đổ gì vào được. Thế nên khi học, nếu chúng ta có kiêu căng thì chúng ta không bao giờ thực sự nhận được tinh túy của những lời dạy.

## **2. CHẮC CHẮN VỀ ĐỐI TƯỢNG (THỰC HÀNH)**

Sau khi trừ bỏ kiêu căng, việc này làm gốc cho sự thực

hành đúng đắn, chúng ta phải phát triển sự chắc chắn về đối tượng. Nếu chúng ta là một hành giả không đều đặn, bây giờ đôi khi chúng ta không theo con đường và đôi khi chúng ta định thực hành và vui thích thực hành và đôi khi chúng ta lơ là một lát. Nếu chúng ta là loại hành giả tùy hứng này, chúng ta chẳng bao giờ đưa sự thực hành đến đích. Dĩ nhiên, điều gì tốt chúng ta làm sẽ có những kết quả tốt. Nhưng với một thái độ không đều đặn, chúng ta không thể hoàn thành quả trọn vẹn. Bởi thế chúng ta cần tin tưởng hoàn toàn vào sự tốt đẹp của cái chúng ta đang làm.

### ***3. BAO GỒM (TẤT CẢ THỰC HÀNH)***

Ngoài việc có một cam kết nào đó với điều chúng ta đang làm, chúng ta cần có một cam kết trọn vẹn chuyên tâm vào toàn bộ thực hành. Thay vì chọn lựa, chúng ta thực hành tất cả những ba la mật chứ không chỉ vài cái.

### ***4. BẢN TÁNH VÀ CHÚC NĂNG***

Điểm thứ tư là làm việc trên sự khai mở sự chứng ngộ thật tánh của những hiện tượng. Thật tánh là một chủ đề cốt lõi

trong thiền định của chúng ta. Từ bỏ kiêu căng, cam kết dứt khoát với sự thực hành của mình, toàn bộ của cam kết và nghiên cứu thật tánh cần được đưa vào hành động. Làm bốn điều đầu tiên này thành hiện thực trong thực hành là điểm thứ năm. Năm chủ đề này là nền tảng con đường. Mười chủ đề nhỏ còn lại liên quan đến bản thân con đường. Trong phần này chúng ta sẽ học những đường đi chính do Đức Phật chỉ ra. Chúng ta sẽ thấy con đường của Thanh Văn, Duyên Giác Phật, và con đường lớn của những Bồ tát, chúng ta sẽ nhìn xem con đường của quán thầy, con đường của tu tập....

## **B. HIỂU BIẾT CỦA CON ĐƯỜNG THANH VĂN**

Con đường duy nhất đến Phật quả là con đường Đại thừa. Có một số người thực hành con đường Đại thừa và một số người chưa có thể. Thay vì bỏ mặc những người không thể thực hành con đường bồ tát, Đức Phật dạy con đường Tiểu thừa để đạt đến giải thoát.

Trong con đường Tiểu thừa, những đệ tử học về Bốn Chân lý Cao cả của Đức Phật và thiền định về nghĩa của bốn chân lý ấy. Mục đích của thực hành là cuối cùng có được một chứng ngộ trực tiếp nghĩa của chúng. Khi chúng ta bệnh, trước hết

chúng ta cần hiểu đó là bệnh gì, chỗ nào bị bệnh và cần làm một khám nghiệm để biết bệnh. Để chữa lành bệnh, thứ hai chúng ta cần hiểu nguyên nhân của bệnh. Rồi thứ ba chúng ta cần nghĩ nếu khỏe mạnh hết bệnh sẽ tốt thế nào. Chúng ta cần biết giá trị của sức khỏe. Thứ tư chúng ta cần biết thuốc nào cần dùng để phục hồi sức khỏe. Nếu biết bốn bước này trong y khoa, sẽ dễ hiểu bốn chân lý liên hệ một bệnh tâm linh.

Khi sống trong sanh tử, chúng ta cần biết bản chất thật của hiện hữu chúng ta. Chúng ta cần biết nó là vô thường và luôn luôn có khổ đau. Khổ đau là thành phần nội tại của sanh tử. Khi nghiên cứu, điều này trở nên rất rõ ràng và chúng ta biết rõ chân lý của bản chất khổ đau ấy, là hoàn cảnh hiện tại của chúng ta. Chân lý Cao cả thứ nhất là hiểu biết chân lý của khổ. Điều này tương tự với khám nghiệm bệnh gì. Nhưng biết về khổ chưa đủ, cần bỏ được nó. Chúng ta không thể tiêu diệt tức khắc khổ đau, mà phải loại bỏ những nguyên nhân của khổ trong hiện tại và cả tương lai. Thế nên chúng ta cần biết những nguyên nhân ấy là nghiệp. Chúng ta cần biết nghiệp phát sanh từ những phiền não, vậy nghiệp và những phiền não phải bị loại bỏ là Chân lý Cao cả thứ hai về nguồn gốc của khổ. Điều này tương tự với biết nguyên nhân của bệnh trong thí dụ trên. Tiếp theo chúng ta cần biết loại bỏ khổ sẽ đưa đến hạnh phúc lâu dài. Hiểu biết giá trị của diệt dứt là Chân lý Cao cả thứ ba

về diệt dứt khổ. Điều này tương tự với mong muốn khỏe mạnh ở thí dụ trên. Để thoát khỏi nguyên nhân của khổ, người ta cần thực hành con đường của pháp, đây là Chân lý Cao cả thứ tư, chân lý con đường. Điều này tương ứng với dùng thuốc trong thí dụ trên.

Bốn Chân lý Cao cả được Đức Phật dạy cho những người theo con đường Tiểu thừa. Những người theo học về bốn chân lý, và rồi suy ngẫm chúng và thiền định về chúng và chúng sẽ đưa họ đến những kết quả của bậc thanh văn. Nhưng bốn Chân lý Cao cả cũng là chủ đề chính của những người theo Đại thừa, bởi vì con đường này đưa đến giải thoát và sự hiểu biết mọi hiện tượng. Bởi thế, làm chủ bốn Chân lý Cao cả là thích hợp cho những người Tiểu thừa và Đại thừa. Nhưng dù đối tượng là như nhau, có một khác biệt trong cách tiếp cận của chúng. Trong Tiểu thừa, bốn Chân lý Cao cả là chân lý của thực tại có thật, nên khổ được hiểu là rất thật và có chất thể. Cũng thế, nguyên nhân của khổ, nghiệp và những nhiễm ô, được thấy như là những sự vật hiện hữu thật. Diệt dứt được thấy là cái gì thực sự hiện hữu. Con đường là một hiện tượng có thật.

Ngược lại, những bồ tát tiếp cận với bốn Chân lý Cao cả từ tánh Không và ở nơi họ chúng không phải những sự vật cứng đặc, hiện hữu độc lập. Dĩ nhiên, họ biết rằng trong thế

giới tương đối khổ là thật, nhưng họ cũng biết rằng khi chúng ta nhìn vào bản tánh của cái đang xảy ra, thì không có gì ngoài tánh Không. Cũng như vậy khi họ nghiên cứu những nguyên nhân của khổ: họ hiểu những nguyên nhân ấy không gì khác hơn tánh Không. Thế nên cách tiếp cận của hai thừa về bốn Chân lý Cao cả là khác nhau.

Khi so sánh hai thừa, chúng ta không thể nói chúng hoàn toàn giống nhau cũng không phải hoàn toàn khác nhau. Nhiều yếu tố trong hai cách tiếp cận này là giống nhau. Trong cả hai thừa chúng ta nỗ lực tìm ra thực tánh của những hiện tượng. Người nào áp dụng những giáo lý của thừa nào một cách đúng đắn đều có thể hoàn thành kết quả cuối cùng là giải thoát. Ngược lại, chúng không giống nhau một cách chính xác bởi vì trong thừa thấp hơn, những giáo lý thì khá giới hạn. Chúng là những lời dạy rất khéo léo mà Đức Phật ban cho những người có một khả năng nào đó. Những giáo lý ấy dễ dàng hơn để thực hành và kết quả của chúng dễ dàng hơn để thực hiện. Trong Đại thừa, như chúng ta đã bàn luận, bốn Chân lý Cao cả được thấy trong bối cảnh tánh Không sâu xa và mọi phương diện của con đường bồ tát được bao gồm trong đó. Bằng cách thực hành con đường bao trùm này, chúng ta có thể hoàn thành mục tiêu tối hậu là Phật quả. Thế nên chúng ta có thể nói rằng từ một quan điểm ban đầu, hai thừa có một bản chất khác



nhau, nhưng từ quan điểm sau cùng, bản tánh chúng là giống nhau. Thế nên bồ tát cũng cần biết con đường thanh văn.

### C. HIỂU BIẾT CON ĐƯỜNG DUYÊN GIÁC

Bây giờ chúng ta khảo sát con đường cao hơn của Duyên giác Phật, được gọi trong bản văn là “những vị Phật đơn độc”, bởi vì các ngài chứng ngộ chân lý bởi chính mình. Trong những đời trước, các ngài đã học với một vị Phật hay những vị thầy khác và học thực hành pháp như thế nào. Rồi sau đó, để đưa sự học ấy đến quả, các ngài sanh ra trong một thế giới nơi giáo pháp không được biết. Nhờ năng lực nghiệp trước kia, các ngài có một tâm hiểu biết đời sống là gì, từ đâu các ngài đến, và tương lai cái gì sẽ xảy ra cho các ngài. Các ngài bị nghiệp trước thúc đẩy để đến những nơi như nghĩa địa, thấy xương thịt hư rữa và nghĩ, “Mọi thứ này có nghĩa gì?” Cái chết đến từ sự sanh, và sanh xảy ra là do nghiệp. Khi suy ngẫm điều này các ngài hiểu nghiệp đến từ nhiễm ô phiền não. Nhìn sâu hơn, những nhiễm ô phiền não này đến từ niềm tin vào một tự ngã hay cái tôi. Trong ánh sáng của cái hiểu này, các ngài quyết định phải thực hành. Các ngài đi tìm chỗ thiền định và cảm thấy rất thoải mái, không cần phải nương nhờ thầy hay những bạn đạo. Các ngài thích sự yên vắng một mình, do đó

được so sánh với một con tê giác một sừng.

Các Duyên giác Phật không đặc biệt muốn dạy pháp hay những điều đã thấu hiểu cho những người khác. Nhưng nếu có người đến và hiểu những phẩm tính của Duyên giác Phật và muốn học thì các vị sẽ giúp họ. Nhưng các ngài không dạy theo ngôn từ và ý niệm. Duyên giác Phật không chính thức thu nhận đệ tử, không nói ra những giáo lý, dẫn dắt người khác bằng cái các ngài đã làm. Các ngài dùng thân rất vi tế có từ thực hành để biểu lộ những thần thông. Thấy những sự phi thường này, người ta sẽ hiểu điều gì đó.

Hành giả của con đường này trong sự từ bỏ của mình chứng ngộ được sự không hiện hữu hay tánh Không của những hiện tượng bên ngoài và của tự ngã. Trên con đường nối kết, có bốn điều phải được loại bỏ: quan niệm về cái được tri giác, người tri giác, thực thể đối tượng, và niềm tin vào thực tại của những tạo hình của tâm thức. Trong những cái này, Duyên giác Phật thoát khỏi được ý niệm thứ nhất và thực sự hiểu sự không hiện hữu của những đối tượng bên ngoài. Thế nên các vị thành tựu điều này và cũng thấu hiểu sự không hiện hữu của tự ngã cá nhân. Các Duyên giác Phật hiểu sự không hiện hữu của những đối tượng bên ngoài, nhưng còn chưa chứng ngộ tâm là người tri giác không có hiện hữu thật. Các vị còn cảm

thấy sự hiện hữu thật của tâm đang kinh nghiệm. Con đường này của Duyên giác Phật là một đối tượng rất đáng để hiểu biết đối với những bồ tát bởi vì nó là một con đường đích thật đưa đến giải thoát khỏi sanh tử. Vì lý do này, bồ tát cần hiểu biết con đường thanh văn, con đường Duyên giác Phật và con đường bồ tát. Chúng đều là những con đường đích thật.

### ***Tóm tắt***

Trong nghiên cứu về hiểu biết con đường, trước hết chúng ta khảo sát nền tảng cho con đường, điều này cho phép chúng ta bước vào con đường. Thứ hai, chúng ta khảo sát con đường thanh văn và thấy cái gì tạo thành đường lối và sự thực hành cùng những kết quả. Thứ ba, chúng ta khảo sát con đường phi thường hơn của các Duyên giác Phật. Chúng ta lại thấy sự thực hành và kết quả của con đường này. Chúng ta cũng thấy những bồ tát không phải là không biết con đường này. Không chỉ biết con đường ấy, họ còn hiểu con đường ấy trông không bất kỳ bản chất thật nào trong bản thân nó. Họ hiểu không có cái gì hiện hữu một cách cứng chắc. Thứ tư các bồ tát hiểu con đường Duyên giác Phật. Họ biết nó, hiểu nó, và cũng hiểu nó không hiện hữu thật như thế nào.

## **CHƯƠNG 9:**

# **CON ĐƯỜNG BỒ TÁT CỦA QUÁN THÁY**

Con đường bồ tát được chia thành hiểu biết có được trên con đường thứ ba của cái quán thấy thấu suốt (quán thấy) và hiểu biết có được trên con đường thứ tư của thiền định (hay tu tập).

### **D. CON ĐƯỜNG QUÁN THÁY CỦA ĐẠI THỪA**

Phương diện thứ nhất liên hệ đến hiểu biết của trí huệ của con đường quán thấy. Hiện thời, chúng ta và hầu hết người khác đều đánh mất sự sáng tỏ của tri giác về thật tánh của những hiện tượng. Với vô minh của mình, chúng ta đã phóng chiếu thành thực tại hiện giờ của chúng ta, đó là cái chúng ta gọi là sanh tử. Vấn nạn của cái này là chừng nào chúng ta còn sống trong vô minh mê lầm này, thì chừng đó luôn có khổ đau, khó nhọc, sợ hãi... cho chúng ta. Rõ ràng chúng ta cần xóa bỏ cái vô minh này khỏi hiện hữu của chúng ta. Để xóa bỏ vô minh, chúng ta cần, trước hết, thấy rõ ràng thật tánh của những

hiện tượng. Một khi có cái thấy sáng tỏ này về nó, chúng ta có thể thiền định về nó trở đi trở lại cho đến khi thực tại của pháp tánh hiển lộ. Trên con đường của cái thấy thấu suốt, cái thấy đầu tiên về thật tánh xảy ra.

Sự quán thấy vào thực tánh bắt đầu trên con đường quán thấy và trở nên rõ ràng hơn khi tiến bộ trên con đường. Để có một ý niệm rõ ràng hơn về cái đang xảy ra, chúng ta trở lại với thí dụ sợi dây và con rắn. Khi thấy sợi dây và con rắn chúng ta có một tri giác mê lầm. Đó chỉ là một sợi dây. Nhưng bởi vì tri giác hư vọng của mình, chúng ta phát triển sợ hãi, lo âu và đau khổ. Rồi để loại bỏ lo âu, sợ hãi, chúng ta có thể lấy cái đối trị với nọc độc hay một bẫy rắn. Mọi cách thức chữa chạy này đều vô hiệu trừ khi chúng ta hiểu rằng sợi dây chỉ là một sợi dây và con rắn chỉ là một ảo ảnh. Thế thì con đường quán thấy là khi người ta có cái nhìn thấy thực điều đang thực sự xảy ra. Người ta thấy bản tánh chân thật. Trên con đường nối kết ở trước, chúng ta dần dần đến gần hơn sự chứng ngộ cái đang thực sự xảy ra bằng cách suy nghĩ tham thiền về bản tánh của thực tại, và tiếp tục thiền định trở đi trở lại về nó. Trên con đường quán thấy, thiền định này đạt đến kết quả là thấy thực tại đúng như nó là.

Khi chúng ngộ rằng sợi dây chỉ là một sợi dây, điều đó

đủ để loại bỏ ảo tưởng về một con rắn. Cũng thế khi chúng ta đạt đến con đường quán thấy. Cái thấy thấu suốt thật tánh của những hiện tượng đủ để xóa bỏ những nhiễm ô trong tâm thức và chúng ta đặc biệt cần làm việc trên những phiền não này bởi vì sự nhìn thấy chân lý tự động xua tan chúng, như tri giác thật về sợi dây xua tan ý niệm về con rắn. Tuy nhiên có một khác biệt giữa thí dụ sợi dây và cái thấy thấu suốt sự vật như chúng là. Sợi dây thì rất tạm thời còn ảo tưởng về sanh tử thì từ vô thủy. Bởi vì sanh tử là một thói quen thâm căn cố đế như vậy, nên dù người ta đã thấy thật tánh, những cảm xúc thoáng qua của sanh tử mê vọng này sẽ đến trở đi trở lại. Thế nên chúng ta cần tra dồi, tu tập cái quán thấy này lập đi lập lại mãi cho đến khi chứng ngộ trở nên hoàn hảo, trọn vẹn. Người ta đi con đường tiếp theo, con đường của thiền định hay tu tập.

Chúng ta đã thấy các thanh văn và Duyên giác Phật nghiên cứu và thiền định bốn Chân lý Cao cả. Ở đây, trên con đường bồ tát, cái quán thấy là soi vào bốn Chân lý Cao cả. Bốn Chân lý Cao cả có hai lãnh vực chính: trạng thái ảo ảnh của sanh tử và thoát khỏi ảo ảnh. Có tương quan nhân và quả giữa sanh tử với ảo ảnh của nó và giải thoát khỏi ảo ảnh của sanh tử này. Trong Chân lý Cao cả thứ nhất chúng ta nghiên cứu cách mà tâm mê vọng sanh ra mọi khổ đau và sự biểu lộ của thế giới sanh tử như là một hậu quả. Chân lý Cao cả thứ hai nhìn

vào gốc rễ hay nguyên nhân của khổ đau ấy. Chân lý Cao cả thứ ba nghiên cứu kết quả của sự giải thoát khỏi mê lầm, đó là trạng thái diệt dứt của Phật quả hoàn hảo. Trong Chân lý Cao cả thứ tư chúng ta hiểu những nguyên nhân sẽ giải thoát chúng ta khỏi mê lầm. Thế nên chúng ta có thể thấy một nguyên nhân và kết quả giữa kết quả của sanh tử do mê lầm và nguyên nhân của sanh tử do mê lầm. Có kết quả của giải thoát và có nguyên nhân của giải thoát. Nguyên nhân và kết quả này là chủ đề chính của con đường quán thầy. Chi tiết hơn:

Trước hết, sanh tử là khổ đau. Đôi khi chúng ta khổ đau và có những khó khăn, đôi khi cảm thấy hạnh phúc và vui vẻ, đôi khi không khổ không vui. Nhưng khi nhìn từ một quan điểm tuyệt đối, vi tế và sâu sắc hơn, chúng ta thấy toàn bộ sanh tử có bản chất là khổ. Dầu có đôi khi hạnh phúc nhưng chỉ tạm thời, và người trải nghiệm cũng phải già, bệnh, chết. Vì lý do ấy sanh tử không phải là hạnh phúc tốt nhất. Mọi sự và mọi người kết thúc lúc nào đó. Mọi vật hợp tạo phải có lúc tan rã. Mọi cái do kết hợp lại phải phân tán. Hiểu chân lý của khổ nghĩa là thấy toàn bộ sanh tử bị trói buộc trong khổ.

Chân lý Cao cả thứ hai về nguồn gốc của khổ, hiểu rằng khổ là sản phẩm do kết quả của nghiệp. Chúng ta thấy rằng nghiệp (nghĩa là “hành động”) là do những phiền não trong

tâm chúng ta tạo ra. Chúng xui khiến chúng ta hành động, và những hành động sanh ra sanh tử. Thế nên những phiền não và nghiệp là hai chủ đề chính của Chân lý Cao cả thứ hai: Dưới sự lay động của những phiền não, đôi khi chúng ta làm việc thiện, đôi khi bất thiện, đôi khi trung tính. Tất cả những hành động này tạo ra những nguyên nhân khác dệt nên sự biểu lộ của sanh tử. Trên cấp độ tương đối, bỏ tất hiểu hai chân lý đầu tiên: khổ và những nguyên nhân của khổ. Nhưng bỏ tất cũng hiểu hai chân lý ấy trong nghĩa tối hậu của chúng. Bỏ tất hiểu khổ không có bản tánh độc lập của riêng nó. Nguyên nhân của khổ cũng không có thực thể độc lập về phần nó. Bỏ tất vượt khỏi bề ngoài của sự vật đến chân lý tối hậu, và như vậy bỏ tất khai triển jnana hay trí huệ sâu nhất về hai chân lý này.

Bộ thứ hai của nguyên nhân và kết quả là sự diệt của khổ và cái đưa đến đó. Nếu chúng ta thực sự nghĩ về sanh tử đang tiếp tục như thế nào, chúng ta thấy có nhiều loại khổ khác nhau. Khổ càng rắc rối hơn vì nó không phải chỉ là một vấn nạn cá nhân mà vì chúng ta đang sống trong đại dương khổ của sanh tử. Chúng ta là thành phần của mạng lưới nhân loại đang khổ đau. Cách để thoát khỏi nó không phải là làm việc trực tiếp với nỗi khổ cá nhân, mà là có được giải thoát dứt khoát khỏi toàn bộ hệ thống sanh tử. Thế nên chúng ta cần loại bỏ chính những nguyên nhân của khổ là nghiệp. Loại bỏ



nguyên nhân của nghiệp tức là loại bỏ những nhiễm ô phiền não. Khi muốn dừng khổ, chúng ta cần loại bỏ những nhiễm ô. Khi loại bỏ được hoàn toàn những nhiễm ô này, chúng ta có được sự diệt khổ thực sự. Cách loại bỏ những nhiễm ô là bằng những phương tiện thiện xảo khác nhau của con đường. Làm sao phá vỡ những ngăn chặn bao bọc mọi nỗi khổ trong chúng ta, đây là chân lý thứ tư của con đường. Nguyên nhân và kết quả của sự diệt bấy giờ giống như hai cái đầu tiên, bồ tát không chỉ thấy cái xảy ra theo một cách tương đối, mà cũng có cái hiểu sâu sắc rằng sự diệt ấy là tự nó trống không và con đường tự nó trống không. Đây là cái thấy thấu suốt rất sâu thẳm và xảy ra trên con đường của cái thấy thấu suốt. Bồ tát có được quán thấy theo cách được diễn tả là bốn Chân lý Cao cả, khổ, nguyên nhân của khổ, diệt và nguyên nhân của diệt. Thế nên con đường của quán thầy được gọi là “con đường của thấy bốn chân lý”.

Khi chúng ta đến con đường cái thấy thấu suốt, chúng ta hoàn thành địa thứ nhất của bồ tát, gọi là “hoan hỷ địa”. Lý do nó được gọi là niềm vui tràn ngập bởi vì khi chúng ta chứng ngộ chân lý của tánh Không, có niềm vui chứng ngộ vì cuối cùng chúng ta đã thực sự thành tựu cái chúng ta đã mong mỏi từ lâu để làm lợi lạc cho chính mình và những người khác. Vì từ lâu chúng ta đã làm việc hướng đến thành tựu chứng ngộ

dứt khoát nào đó, hy vọng thấy thấu suốt thực sự vào thật tánh của những hiện tượng. Thành linh nó ở đây, trong chính bàn tay chúng ta. Nó là cái gì rất thực đến độ chúng ta sẽ không mất nó. Nó đã được chờ đợi rất lâu nên người ta tràn ngập niềm vui. Nó đem đến niềm vui lớn lao bởi vì trước khi người ta đạt đến cấp độ chứng ngộ này, người ta đã rất mong muốn giúp đỡ những người khác, nhưng người ta không có nhiều năng lực để giúp đỡ họ. Người ta có khả năng, sự bao la, trí huệ để thực sự là một làn sóng bao la hoạt động để giải thoát cho chúng sanh khác. Bởi vì cuối cùng người ta có thể làm được cái điều đã mong mỏi từ lâu là giúp đỡ họ, cho nên người ta ngập tràn niềm vui tự phát. Thế nên nó là lý do nó được gọi là cấp bậc, địa của niềm vui không bờ.

## **CHƯƠNG 10: CON ĐƯỜNG BỒ TÁT CỦA THIỀN ĐỊNH HAY TU TẬP**

Chúng ta đang ở trong phần hai của luận nói về hiểu biết con đường. Chúng ta đã nghiên cứu bốn phần nhỏ thứ nhất, cái thứ nhất là chỉ ra nền tảng của con đường, chẳng hạn từ bỏ kiêu căng. Rồi chúng ta xem con đường thanh văn, con đường duyên giác, và con đường bồ tát.

Có một lý do để gọi con đường thứ tư này là con đường tu tập hơn là con đường thiền định. “Tu tập” được dịch qua tiếng Tây Tạng là “gom”, có nghĩa là thiền định. Từ này có ý nghĩa là quen thuộc với cái gì đã gặp trên con đường quán thấy, tức là pháp tánh. Nhưng kinh nghiệm pháp tánh thì chưa đủ vì còn cần làm việc để kinh nghiệm này dần dần quen thuộc hơn, càng trở nên hoàn hảo hơn. Thế nên con đường này được gọi là con đường trau dồi hay tu tập bởi vì người ta trau dồi sự chứng ngộ đã bắt đầu với con đường quán thấy, và người ta thiền định về nó cho đến khi sự chứng ngộ được trọn vẹn. Trở lại thí dụ sợi dây và con rắn, mọi sợ hãi lo âu khi nghĩ nó

là con rắn được xóa bỏ, chỉ bằng cách biết nó là sợi dây. Lầm sợi dây là con rắn là một quan niệm sai lầm tạm thời với ít sự bị quy định trong đó. Tuy nhiên, mê lầm bao phủ tri giác về pháp tánh của chúng ta thì khó xóa bỏ hơn nhiều bởi vì chúng ta đã mang nó từ thời vô thủy. Cho dù chúng ta có thấy thật tánh trên con đường quán thấy, nhưng qua sức mạnh to lớn của thói quen, sự mê lầm sẽ trở lại. Đó là tại sao trên con đường tu tập người ta cần tu tập kinh nghiệm thanh tịnh cho đến khi nó trùm khắp.

Có hai phương diện chính trên con đường tu tập: phương diện không nhiễm ô và nhiễm ô. Phương diện không nhiễm ô liên hệ đến thiên định khi người ta đắm mình trong chứng ngộ pháp tánh. Đây là sự chìm sâu rất thanh tịnh và trọn vẹn vào thật tánh. Trên con đường quán thấy, chúng ta chỉ quan tâm đến chiều kích không nhiễm ô này của sự thấy thực tại tuyệt đối. Nhưng trên con đường tu tập, chúng ta cũng có một chiều kích nhiễm ô liên quan đến hậu thiên định khi người ta không hoàn toàn chìm đắm vào kinh nghiệm ấy. Trong hậu thiên định, chúng ta làm việc trên sự khai triển năng lực của những thiện căn của chính chúng ta, trên sự làm lợi lạc cho những người khác, trên sự xóa bỏ những vết dơ huyền ảo. Bởi vì chúng ta đang làm việc trên những cái này ở cấp độ tương đối, nó được gọi là chiều kích nhiễm ô. Bây giờ chúng ta sẽ

nhìn vào những phương diện khác nhau của con đường tu tập, cái đầu tiên là những chức năng, cái có thể hoàn thành bởi con đường tu tập.

## **E. NHỮNG CHỨC NĂNG CỦA CON ĐƯỜNG TU TẬP**

Điểm thứ nhất là bình lặng hoàn toàn. Bằng cách thiền định trên con đường tu tập, người ta sẽ, trước hết, phát triển những nỗ lực trong việc làm bình lặng những nhiễm ô, chấp ngã, che ám đối với hiểu biết và bất cứ thứ gì khác người ta cần từ bỏ.

Điểm thứ hai là tôn trọng tất cả chúng sanh. Người ta đã mất sự kiêu ngạo và không tìm cách lôi kéo mọi người, mà tự nhiên cảm thấy tôn trọng những người khác.

Điểm thứ ba là chiến thắng những nhiễm ô. Do năng lực làm bình lặng tâm mình và tôn trọng mọi người, người ta sẽ có thể hàng phục và cuối cùng loại bỏ hoàn toàn những nhiễm ô.

Điểm thứ tư là không bị những ảnh hưởng xấu khuất phục. Ngoài việc đánh bại những ma và phiền não trong tâm, người ta cũng chiến thắng những biểu lộ bên ngoài của các ma là những lực lượng xấu và thậm chí cả quỷ. Có một liên hệ thân thiết giữa ma bên trong và sự xuất hiện của các ảnh hưởng xấu có vẻ như bên ngoài. Một khi đã phá vỡ năng lực của ma bên

trong thì tự động những ảnh hưởng xấu của bên ngoài bị phá tan và không còn tác dụng. Thế nên đoạn tiếp theo của phần này nói rằng trên con đường tu tập người ta chiến thắng những ảnh hưởng xấu.

Tất cả những phẩm tính này sanh khởi dần dần bởi thực hành con đường tu tập của Bồ tát. Thế nên phần nhỏ này được gọi là “những chức năng” hay “những hành động” liên hệ đến con đường tu tập.

## **F. NGUYỆN VỌNG CỦA CON ĐƯỜNG TU TẬP**

Những bồ tát đang vượt qua giai đoạn tu tập có sự chuyên cần tinh tấn và nguyện vọng rất lớn lao, đây chính là gốc rễ của sự tiến bộ thực sự. Họ được cảm hứng trước tiên bởi sự chứng ngộ rất sâu xa bản tánh của những hiện tượng, họ hy vọng hoàn thành cho chính mình mục đích cao nhất có thể được cho một chúng sanh. Thứ hai, họ có cảm hứng hoàn thành lợi lạc lớn nhất cho những người khác. Thứ ba, họ có quyết định rất lớn lao hoàn thành lợi lạc đồng thời cho mình và cho người. Chính quyết định ấy kích thích họ.

Trên con đường tu tập người ta khai triển cái học về con đường quán thấy ở trước. Người ta làm việc để loại bỏ mọi ngăn chận và những cảm xúc thoáng qua của sự bị quy định

trước kia còn lại. Người ta cũng cố gắng khai triển mọi phẩm tính tốt làm nâng cấp cho sự quán thấy. Chìa khóa cho mọi điều này là có sự chuyên cần và chính mức độ chuyên cần sẽ xác định cho kết quả hiện khởi. Thế nên chỉ ở trong cấp độ chứng ngộ này thì không đủ. Tổng quát có hai loại chuyên cần. Thứ nhất là chuyên cần áp dụng, nỗ lực trong một tháng hay một năm và rồi tiếp tục và tiếp tục với sự khai triển của chứng ngộ. Thứ hai là chuyên cần do cảm hứng, toàn tâm vào việc mình làm. Hơn nữa, người ta có đầy cảm hứng cho cái mình đang làm và nhắm vào chứng ngộ với tình yêu nhiều nhất. Có một thí dụ rất tốt cho loại chuyên cần thứ hai này ở trong cuộc đời của Jetsun Milarepa, sự phấn khích và tôn trọng cái có thể xuất hiện trong thực hành khiến ngài làm rất gian khổ cho sự khai triển của ngài. Một thí dụ của chuyên cần liên tục là Asanga trong ba năm thiền định về đức Di Lặc. Ngài không có nhiều kết quả hiển nhiên, nên ngài thiền định ba năm nữa, và rồi ba năm khác, và ba năm nữa. Cuối cùng, từ thời gian ngài bắt đầu nhập thất đến lúc ngài thực sự có cái nhìn thấy đức Di Lặc, ngài đã thiền định không ngừng trong mười hai năm. Hai loại chuyên cần này giúp chúng ta nhanh chóng vượt qua những địa của con đường tu tập.

Tóm lại sự chuyên cần của chúng ta tập trung vào làm lợi lạc cho chính mình, làm lợi lạc cho người khác, và đồng thời

cả hai. Thế nên sự thành tựu của chúng ta và giúp đỡ những người khác là tất cả lý do của áp dụng chuyên cần. Chúng ta thành tựu lợi lạc lớn hay nhỏ cho chúng ta và cho những người khác dựa vào loại cảm hứng tâm linh mà chúng ta có đối với việc giúp đỡ những người khác. Chính vì lý do này mà ba chủ đề về cảm hứng là một phương diện căn bản của con đường tu tập.

Chúng ta bắt đầu thực hành pháp với chỉ một cảm hứng nhỏ giúp đỡ những người khác. Điều đó có thể được khai triển đến khi người ta có một mức độ cảm hứng trung bình. Trong bản luận có đề cập ba cấp độ cảm hứng nhỏ, rộng hơn và lớn lao. Khi áp dụng ba cái này vào ba lãnh vực của

công việc thì thành chín loại cảm hứng. Đối với lợi lạc cho chính mình, người ta có thể làm việc cho giác ngộ với cảm hứng nhỏ, hoặc trung bình hoặc rất lớn lao. Làm việc cho lợi lạc đồng thời của mình và của người thì có thể được làm với nguyện vọng nhỏ, hoặc trung bình, hoặc lớn lao. Làm việc một cách đặc biệt cho lợi lạc của những người khác, người ta có thể tiến đến đó với một nguyện vọng nhỏ, hoặc trung bình, hoặc lớn hơn. Điều này làm thành chín khả thể. Những cái ấy là rất quan trọng, rất thực tiễn trong việc đưa đến những chứng ngộ khác nhau và thoát khỏi những chướng ngại và dấu vết nghiệp còn lại. Điều này nhấn mạnh một lần nữa sự quan



trọng của nguyện vọng trong công việc người ta làm trong con đường tu tập.

## **G. BA LOẠI TÁN THÁN TRÊN CON ĐƯỜNG TU TẬP**

Như đã bàn, trên con đường tu tập có một phương diện nhiễm ô và một phương diện không nhiễm ô. Phương diện nhiễm ô gồm năm điểm: chức năng, nguyện vọng, tán thán, hồi hướng và tùy hỷ. Nguyện vọng là một yếu tố quan trọng để tiến bộ qua giai đoạn tu tập bởi vì với nó chúng ta sẽ rất siêng năng và chú tâm vào sự khai triển cái nhìn thấy thật tánh mà chúng ta đã có. Qua sự siêng năng này mà chúng ta sẽ thực sự tiến bộ và hoàn thành những kết quả. Với nguyện vọng này chúng ta có một tâm phần khích tán thán Tam Bảo.

Những bồ tát tán thán bởi vì nguyện vọng lớn lao của họ, đó là một yếu tố then chốt trong sự khai mở của họ. Chúng không phải là những ca tụng mù quáng gửi đến cái gì. Chúng là những lời cầu nguyện rất ý nghĩa, những biểu lộ của niềm vui của bồ tát trên con đường tu tập. Đối tượng của những cầu nguyện này là Đức Phật hoàn hảo tối thượng, trạng thái hoàn hảo tối thượng của Phật quả và những đại bồ tát khác. Các vị tán thán để có thể phát sanh năng lượng tâm linh hơn nữa cho việc phục vụ những người khác. Điều họ tán thán và cách họ

có những nguyện vọng là khéo léo và phần khích nhất bởi vì điều này thực sự khai mở một lợi lạc to lớn cho mình và cho người.

Người bình thường khi tán thán điều gì hay được tán thán thì có khuynh hướng phát sanh kiêu căng thêm và lại sanh khởi thêm những vấn nạn rắc rối. Tuy nhiên, những bồ tát này thanh tịnh đến độ cho và nhận tán thán không gây ra tác hại nào mà còn nâng cấp trí huệ và thấu hiểu của họ. Thật kỳ diệu, cũng như chúng ta có ba cấp độ nguyện vọng khác nhau – kém, trung bình, và lớn lao – chúng ta cũng có ba cấp độ tán thán: tán thán, tán thán kính trọng hơn, và tán thán rất sâu xa.

## **H. HỒI HƯỚNG TRÊN CON ĐƯỜNG TU TẬP**

Trên con đường nhiếp ô của tu tập, có năm điểm: những chức năng, những nguyện vọng, tán thán, hồi hướng và vui theo. Như đã thấy, nguyện vọng là cảm hứng từ đó mọi sự xảy ra. Qua nguyện vọng, chúng ta tiến bộ và phát sanh một năng lượng to lớn. Những hồi hướng dẫn năng lượng nguyện vọng chúng ta đã khai triển vào những con đường bồ tát. Chúng ta có thể so sánh cái này với vàng. Qua nguyện vọng chúng ta trên con đường tu tập, và điều này giống như vàng được làm thành đồ trang sức đẹp để người ta muốn có.

Khi chúng ta nghiên cứu chi tiết hơn phương diện hồi hướng trên con đường tu tập, chúng ta sẽ thấy rằng có mười hai thuộc tính riêng. Trên con đường tích tập, hoạt động hồi hướng, năng lực sự thực hành của người ta, thì rất đặc biệt và khác thường. Nó được gọi là hành động tối cao. Bình thường nếu chúng ta làm điều gì tốt bấy giờ chúng ta tạo ra cái gì đức hạnh. Nếu chúng ta chỉ để đó, thì năng lượng của thiện hạnh ấy có thể nhanh chóng bị tiêu hoại bởi vì tức thời sau đó chúng ta làm hỏng nó bằng kiêu căng và mọi cảm xúc tiêu cực bình thường. Hay chúng ta chỉ làm được một số lợi lạc nhỏ và do đó năng lượng tích cực tự cạn dần khiến công đức chỉ tạm thời. Nói chung, chúng ta cần hồi hướng hoặc đưa công đức ấy tức thời hướng đến giác ngộ hoàn hảo nhất. Trong cách ấy không có một giọt nào bị mất và nó được chuyển thành một nguyên nhân cho cái tốt nhất của mọi sự. Thế nên sự hồi hướng này làm ích lợi cực độ cho mọi sự chúng ta làm. Sự hồi hướng về Phật quả vì những người khác là hoạt động tối cao vì nó có một nhu cầu đặc biệt và một kết quả đặc biệt.

Thuộc tính thứ hai là sự hồi hướng thiện căn của bồ tát trên con đường tu tập được làm cho giàu có bởi vì nó được làm mà không có đối tượng hóa cái xảy ra. Nó vượt khỏi ba luân, tức là cái được hồi hướng (những thiện căn) người hồi hướng (bồ tát), và người được hồi hướng (tất cả chúng sanh). Ba cái

này không được lầm cho là có thật thể vì các bồ tát biết rất rõ rằng chúng đều trống không, không có tự tánh.

Thuộc tính thứ ba của sự hồi hướng này là nó hoàn toàn không sai lầm. Khi người ta gom năng lực nào đó qua thực hành, họ có thể hướng năng lực ấy vào cái gây hại cho những người khác khi dùng năng lực ấy để tăng thêm nhiễm ô phiền não có hại cho người. Sự hồi hướng của bồ tát trên con đường tu tập thì không sai lầm, bởi vì điều họ hoàn thành thì luôn luôn được hồi hướng đến sự tốt đẹp của tất cả chúng sanh. Hồi hướng cho họ để sự thực hành pháp được thực hành trong cách hoàn hảo nhất, nên không có gì ngoài sự mong muốn tốt nhất của hồi hướng.

Thuộc tính thứ tư là sự hồi hướng là đơn thuần, không có ích kỷ. Sự hồi hướng chỉ là cho sự tốt đẹp của tất cả chúng sanh, không có dấu vết nào của lợi lạc cho mình. Nó vượt khỏi mọi dấu vết ích kỷ.

Thuộc tính thứ năm là sự hồi hướng của bồ tát trên con đường tu tập theo gương của Đức Phật. Trong quá khứ chư Phật và chư bồ tát đã tạo ra những thiện căn và đã hồi hướng cho sự tốt đẹp của tất cả chúng sanh. Trong hiện tại, chư Phật chư bồ tát đang làm như vậy và tương lai cũng sẽ làm như vậy.

Thuộc tính thứ sáu là hồi hướng của một bồ tát đi kèm với

phương tiện thiện xảo. Sự hồi hướng của họ không phải là một ý muốn trống không. Sự hồi hướng năng lực hiện thực mà họ đã có được qua thực hành sáu ba la mật, thế nên đó là cái được thực sự hồi hướng. Như vậy hồi hướng phối hợp với phương tiện thiện xảo của họ.

Thuộc tính thứ bảy là hồi hướng không có những đặc tính, không có tướng. Nghĩa là hồi hướng được làm trong ánh sáng của sự hiểu tánh Không. Nếu người hồi hướng bám chấp vào ý tưởng có cái gì được hồi hướng, người đang hồi hướng và người được hồi hướng cho thì sự hồi hướng là bất tịnh. Thay vì thế, bồ tát trên con đường tu tập hồi hướng trong hiểu biết chân thật tánh Không, thế nên không rơi vào cái bẫy của chấp tướng.

Thuộc tính thứ tám là hồi hướng làm vui lòng chư Phật. Đây là một dấu hiệu của phẩm tính và sự thanh tịnh lớn lao của sự hồi hướng. Thế nên nó làm vui lòng tất cả chư Phật và phát sinh niềm vui và tùy hỷ lớn lao trong những người đã hoàn toàn giác ngộ đầy đủ.

Thuộc tính thứ chín là hồi hướng không phải là một dụng cụ của ba cõi. Người ta có thể hướng dẫn năng lực của sự thực hành của mình để có một loại phần thưởng trong sanh tử, do đó rơi vào dục giới, sắc giới hay vô sắc giới. Tuy nhiên hồi

hướng này dẫn hướng năng lực của thực hành đến giải thoát và giác ngộ.

Thuộc tính thứ mười, mười một và mười hai được gọi là hồi hướng kém, trung bình và lớn lao. Điểm thứ mười là ba địa đầu trong con đường tu tập, tức là địa thứ hai, thứ ba và thứ tư là hồi hướng năng lực kém. Điểm thứ mười một là nhờ sự chứng ngộ và thanh tịnh của bồ tát ở địa thứ năm, sáu và bảy, sự hồi hướng có một năng lực trung bình. Rồi ở địa thứ tám, chín và mười được gọi là cấp độ rất thanh tịnh của bồ tát, có hình thức hồi hướng cao cấp nhất. Đó là điểm thứ mười hai.

Với mười hai thuộc tính này chúng ta có thể hiểu tính cách hồi hướng của các bồ tát trên con đường tu tập này.

## I. TÙY HỖ TRÊN CON ĐƯỜNG TU TẬP

Tính cách tiếp theo của con đường tu tập nói về sự vui theo công đức của chúng ta và hòa hợp với công đức của người khác. Chúng ta đã thấy sự hồi hướng công đức biến đổi nó thành con đường bồ tát. Tùy hỷ làm tăng năng lực ấy và làm cho nó thành cái gì rất bao la và trùm khắp.

Trước hết, sự hòa hợp được phối hợp với phương tiện thiện xảo. Khi những bồ tát tạo ra sự khai triển tâm linh, họ không chỉ hồi hướng chứng ngộ và năng lực và tùy hỷ nó, mà

còn hòa nhập với mọi sự được hoàn thành bởi các đại bồ tát và chư Phật khác. Do sự hòa hợp, năng lực tự động tăng thêm.

Tùy hỷ công đức hay hòa nhập xảy ra vượt khỏi bất kỳ sự đối tượng hóa nào, nghĩa là vượt khỏi ba luân, người làm, cái được làm, và người nhận. Không bị đối tượng hóa thành cứng chắc nên sự tùy hỷ là rất thanh tịnh.

Sự hòa hợp công đức của chúng ta thường là phương thuốc để chữa bệnh ghen tỵ. Ghen tỵ là một cái độc tiêu cực và phá hoại, có trong mọi cái độc khác và làm chúng mạnh thêm. Ghen tỵ phối hợp với tham đối với những phẩm tính của mình và âm thầm nối kết với sự ghét bỏ những phẩm tính trong những người khác. Nó cũng nối kết mật thiết với kiêu căng bởi vì chúng ta cảm thấy chúng ta cũng xứng đáng với cái những người khác đang có. Thế nên chúng ta có thể thấy ghen tỵ chứa mọi phiền não khác và làm chúng mạnh thêm. Một khi rơi vào làm nạn nhân cho ghen tỵ, nó rất tàn phá bởi vì nó khiến chúng ta làm hại những người khác và làm hại cho chính sự khai mở của mình. Nó khiến mọi sự tốt đẹp chúng ta đã tích tập bị phân tán.

Ngược lại nếu chúng ta làm sự hòa hợp này, chúng ta vượt khỏi mọi khuynh hướng ghen tỵ. Bởi vì ghen tỵ vốn liên hệ với những phiền não khác nên chúng ta loại bỏ năm phiền não

này khỏi đời sống chúng ta. Chỉ bằng làm điều đó, chúng ta đang làm cái gì rất quan trọng và ích lợi trong việc giúp đỡ những người khác. Đó là tại sao hòa hợp là rất thiết cốt như vậy cho chúng ta.

Chúng ta đã bàn ba phương diện của chiều kích nhiệm ô của con đường tu tập: nguyện vọng, hồi hướng và hòa hợp.

Nói chung, trên con đường tu tập trong giai đoạn hậu thiên định, bỏ tất thực hành sáu ba la mật và qua đây, chúng ta tích tập một lượng lớn công đức và trí huệ. Hai sự tích tập này được làm chủ yếu qua ba thực hành nguyện vọng, hồi hướng và hòa hợp. Mọi sự bỏ tất làm trong giai đoạn hậu thiên định trở thành nguyên nhân cho một thực hành rất bao la và đầy năng lực lợi lạc cho mình và cho người.

## **J. SỰ HOÀN THÀNH CON ĐƯỜNG TU TẬP**

Bây giờ chúng ta đến những điểm trong phương diện không nhiệm ô của con đường tu tập. Phương diện thứ nhất của phương diện không nhiệm ô là sự hoàn thành con đường tu tập.

Tổng quát, trên con đường tu tập chúng ta trau dồi tu tập cái quán thấy đã có được trên con đường trước và cố gắng hoàn thiện cái thấy ấy. Bởi vì sự hoàn thiện này làm việc trên



nguyên nhân của Phật quả, cái thấy then chốt thật tánh của những hiện tượng này được gọi là “cái tối thượng hơn cả”.

Sự hoàn thành con đường tu tập thì rất ý nghĩa, bởi vì chỉ bằng cách an trụ trong cái chứng ngộ bản tánh phổ quát này mà tất cả những giai đoạn thành tựu sẽ hiện khởi tự chúng. Người ta không cần chú tâm vào một phương diện riêng biệt nào. Nó là sự nghỉ ngơi trong tánh Không là bản tánh của những hiện tượng và mọi sự tự động hiện khởi. Thế nên người ta có thể thấy sự quan trọng lớn lao của thiền định ấy.

## **K. SỰ TỊNH HÓA TRÊN CON ĐƯỜNG TU TẬP**

Điểm thứ hai của phương diện không nhiễm ô về sự tịnh hóa trên con đường tu tập như vậy là nối kết chặt chẽ với phương diện hoàn thành chúng ta đã nói ở phần trước, nó giống như nhìn vào mặt kia của đồng xu. Chúng ta sẽ nghiên cứu những cái sản sanh sự tịnh hóa và những cái làm ngăn ngại sự tịnh hóa.

Có ba nguyên nhân tích cực cho sự tịnh hóa trên con đường. Nguyên nhân then chốt thứ nhất là nhờ đến vị thầy tối thượng. Những đại Bồ tát hướng về vị thầy rất tốt nhất để nhờ hướng dẫn. Khi làm điều này các bồ tát cảm thấy một cảm hứng lớn lao để tiếp tục và khai triển sự thiền định và thực

hành của họ. Từ cảm hứng ấy sẽ đến chuyên cần. Từ chuyên cần sẽ đến kết quả thực sự là có thể giúp đỡ người khác và chính mình. Thế nên gốc rễ của việc này là hướng về vị thầy hoàn hảo nhất.

Nguyên nhân thứ hai là tu tập sáu ba la mật và nguyên nhân thứ ba là khai triển những phương tiện thiện xảo lớn lao. Ba cái này đưa đến tịnh hóa trên con đường tu tập. Nếu chúng ta thực sự muốn hoàn thành sự thanh tịnh rốt ráo, có bốn nguyên nhân che chướng ngại chúng ta với sự tối hậu. Chướng ngại thứ nhất là lệ thuộc vào những ảnh hưởng (Skt. *mara*, *ma*) không cho tâm chúng ta hướng về pháp. Chướng ngại thứ hai sanh khởi khi chúng ta đã có thể đi vào pháp, nhưng thiếu thích thú đặc biệt trong việc đi rất sâu vào cái thấu hiểu bản tánh của những hiện tượng. Đó là không muốn tìm thấy chân lý sâu thẳm nhất. Chướng ngại thứ ba là có một bám luyến mạnh mẽ vào các uẩn, thân thể của chúng ta.... Chướng ngại thứ tư là đi vào một tương quan gần gũi với những người dẫn dắt chúng ta làm những hoạt động bất thiện.

Khi chúng ta đã thực sự muốn hoàn thành thanh tịnh hoàn toàn, chúng ta phải xem xét cái mà chúng ta đang xa lìa: đó là những che chướng nhiễm ô phiền não (phiền não chướng), những che chướng của hiểu biết (sở tri chướng) và những che chướng của các con đường thấp chỉ quan tâm đến lợi lạc của

riêng mình trong con đường thanh văn và duyên giác. Đối với một bồ tát, ba loại che chướng này phải được loại bỏ dần dần khi đi từ địa thứ hai đến địa thứ mười.

## Câu hỏi

*Câu hỏi:* Xin ngài nói một chút về vai trò của những guru của dòng phái.

*Rinpoche:* Trước có nói rằng chúng ta tôn kính đánh lễ guru gốc và những guru dòng truyền. Những guru của dòng truyền pháp chúng ta học. Những trao truyền này là từ những lời dạy của chính Đức Phật, nhưng chúng không vượt khỏi thời Đức Phật về trước nữa. Dù Đức Phật đã có những đời trước đó và đã dạy từ lúc ấy. Sự truyền thừa của dòng guru của chúng ta đến từ Đức Phật dạy pháp trong thế giới này trở đi và trao truyền không dứt đến ngày nay.

Chúng ta quen biết Đức Phật như là vị thầy từ sự dạy của ngài ở Varanasi. Đây là hóa thân cao nhất của Đức Phật.

Hóa thân là một trong những phương diện của Phật khi ngài biểu lộ giác ngộ, phương diện trong thế gian, phương diện lịch sử.

Nếu chúng ta xem dòng Karma Kagyu của chúng ta, chúng ta thấy rằng nó đi trở lên đến đại sư Tilopa. Ngài không gặp Đức Phật trong hình thức hóa thân, nhưng ngài đã tiếp xúc với phương diện khác của Phật, pháp thân Vajradhara, pháp thân này không tách lìa với tinh túy của tâm Phật. Thế nên ngài cũng nhận những lời dạy trực tiếp từ Phật, nhưng từ phương diện pháp thân. Ngoài sự trao truyền trực tiếp từ pháp thân Phật này, Tilopa cũng nhận những lời dạy tương tự gián tiếp qua một dòng cũng đến từ Đức Phật, qua những đại sư Saraha và Nagajuna.... Ngài tập hợp tất cả những lời dạy này, cả trao truyền trực tiếp hay gián tiếp. Chúng được trao cho đệ tử là Naropa. Tilopa và Naropa là hai đại sư Ấn Độ. Rồi dòng truyền đến Tây Tạng với đại sư Marpa, rồi đến Milarepa và Gampopa, và tiếp tục truyền xuống cho Gyalwa Karmapa thứ nhất, và qua dòng của những Karmapa và những guru đến ngày nay. Bây giờ tất cả dòng truyền của các guru trong sự truyền thừa từ Đức Phật, bậc đầu tiên ban cho những lời dạy, cho đến ngày nay tạo thành cái chúng ta gọi là dòng những lama. Khi chúng ta quy y và tôn kính, chính là đến các ngài mà chúng ta gửi những lời cầu nguyện.

## **CHƯƠNG 11: HIỂU BIẾT NỀN TẢNG**

### **CHỦ ĐỀ III. HIỂU BIẾT CÁI NỀN TẢNG**

Chủ đề chính thứ nhất của luận nói về hiểu biết toàn giác. Chủ đề chính thứ hai nói về hiểu biết con đường. Chủ đề chính này nói về cái hiểu biết nền tảng hay cơ sở (TT bzhi) và gồm hiểu biết và thấu hiểu không có trong hai phần đầu.

Chúng ta đề cập đến trí huệ của những người chưa chứng ngộ hiểu biết tất cả hiện tượng hay hiểu biết con đường bồ tát. Một số hiểu biết này cần được chấp nhận và một số cần được từ chối, dựa vào hoặc trí huệ này là giúp ích cho con đường bồ tát hay nghịch lại với nó. Cho dù một số hiểu biết về nền tảng này phải được từ chối bởi một bồ tát, thì tinh túy của nó vẫn còn là trí huệ (TT. sherab). Nó vẫn còn là trí huệ, cho dù nó không phải là trí huệ về con đường bồ tát và những kết quả của con đường. Thế nên nó thuộc về hiểu biết cái nền tảng.

## A. KHÔNG Ở LẠI TRONG SANH TỬ DO TRÍ HUỆ

Điều kiện nguyên nhân khiến chúng ta ở lại trong sanh tử là vô minh hay mê lầm. Những bồ tát chứng ngộ trí huệ ba la mật và điều này cho phép họ thấu hiểu bản tánh của tất cả những hiện tượng, nhờ vậy chiến thắng vô minh và kết quả của nó là sanh tử. Trong cùng cách, những thanh văn và duyên giác nhờ vào trí huệ của họ có thể bỏ sanh tử lại đằng sau.

## B. KHÔNG Ở LẠI TRONG BÌNH AN DO LÒNG BI

Những thanh văn và duyên giác hoàn thành mục đích giải thoát cá nhân và bằng lòng là A la hán. Chỉ những bồ tát được dẫn dắt bởi lòng bi không ở lại trong trạng thái bình an của Niết bàn, mà giúp đỡ tất cả chúng sanh.

Bồ tát không chìm đắm trong sanh tử hay chìm đắm trong bình an của niết bàn bởi vì trong sự tích tập trí huệ của con đường người ấy đã thấy sự bình đẳng của sanh tử và niết bàn. Những bồ tát vượt khỏi những cực đoan này bởi vì họ chứng ngộ rằng chúng đều bình đẳng là tánh Không. Điều này là rất vi tế và siêu vượt khỏi sanh tử và niết bàn, chúng ta gọi cái này là “sự hoàn thiện tối cao của trí huệ”.

## **C- D. LÂU XA VÀ PHƯƠNG TIỆN THIỆN XẢO CỦA BỒ TÁT**

Nói chung, mọi cấp độ thực hành pháp giúp chúng ta khai triển trí huệ. Cái hiểu này là tốt, nhưng có nhiều loại cái hiểu mà chúng ta cần khai triển. Một số con đường này dẫn chúng ta nhanh chóng đến Phật quả (con đường gần) và một số con đường dẫn chúng ta chậm hơn mà chúng ta gọi là con đường xa. Nói cụ thể, trí huệ đến từ thanh văn và duyên giác được gọi là “trí huệ xa” hơn. Tuy nhiên trí huệ của những bồ tát là hiệu quả nhất và được gọi là “trí huệ trực tiếp” bởi vì nó đưa chúng ta nhanh chóng hơn đến Phật quả. Bồ tát hợp nhất trí huệ và lòng bi, trí huệ và phương tiện thiện xảo, và chính qua con đường này mà họ có thể trải qua con đường một cách nhanh chóng. Đối với những bồ tát trí huệ xa không được chọn bởi vì phải rất nhiều thời gian để đi theo con đường.

## **E. NHỮNG SỰ KHÔNG THUẬN LỢI (CHƯƠNG NGẠI)**

Có một số những sự không thuận lợi trong thực hành của chúng ta, đặc biệt, năm uẩn sắc, thọ, tưởng, hành, và thức. Nếu chúng ta bám luyến chúng và làm chúng thành cứng chắc như những thực tại của tâm thức, chúng ta đã ôm ấp cái không thuận lợi cho sự khai triển tâm linh. Một khi chúng ta làm

cứng chắc tánh Không thành một khái niệm, chúng ta làm chậm sự khai triển của chúng ta. Tương tự nếu chúng ta bám vào ba thời quá khứ, hiện tại, tương lai và biến chúng thành những thực thể vững chắc, đó cũng trở thành không thuận lợi. Điều này cũng đúng với mọi thấu hiểu mà chúng ta có: sự thực hành sáu ba la mật và thiền định chúng ta dán thân vào. Nếu chúng ta làm cứng chắc những cái đó và bám luyến chúng, chúng sẽ trở thành những chướng ngại cho sự thực hành của chúng ta.

## F. CHỮA TRỊ NHỮNG CHƯỚNG NGẠI

Sau khi nhận biết những chướng ngại, chúng ta phải nhận biết thuốc trị những chướng ngại này. Khi thực hành những ba la mật, chúng ta làm chúng với ánh sáng của đại trí huệ nên chúng ta không rơi vào làm mồi cho sự cứng chắc hóa và ý niệm hóa này. Khi thực hành giữ giới, chúng ta không trở nên lọt vào ý nghĩ có người đang giữ giới. Khi chúng ta thực hành nhẫn nhục, không có ý niệm, “tôi đang thực hành nhẫn nhục”. Trí huệ chúng ngộ bản tánh thực sự của thực tại giữ chúng ta không lọt vào các bẫy ấy.

Khi giúp đỡ những người khác, chúng ta cũng phải khai triển thái độ không thiên vị này. Chúng ta phải thực hành bố



thí mà không có ý niệm người cho, vật cho, và người nhận. Chúng ta cũng phải giúp đỡ những người khác trau dồi sự rộng lượng của họ và giúp họ thực hành vượt khỏi ba mặt này của việc cho bằng cách thể nghiệm tánh Không của chúng. Khi dạy người khác giới luật của những ba la mật, chúng ta phải dạy họ không rơi vào ý niệm “tôi”.

Chừng nào có bám luyến hay một kết tinh của một ý niệm, chúng ta phải đối diện với một chướng ngại trong thực hành và chướng ngại này phải được loại bỏ để tiến bộ. Điều này áp dụng cho mọi ý niệm gồm cả ý niệm Phật quả trọn vẹn, tất cả đều không bám luyến. Sự bám luyến này phải được xóa bỏ bởi phương thuốc của trí huệ và thấu hiểu rất sâu.

Dù nếu sự thực hành của chúng ta rất tốt và chúng ta đang ở trong một nơi chốn rất tốt để thực hành, chúng ta không cần sở hữu ý niệm “tôi đang tịnh hóa cái này”.

## **G. SỰ ÁP DỤNG TÁNH KHÔNG**

Bây giờ chúng ta tự áp dụng theo tánh Không và con đường Đại thừa như thế nào? Có bốn điểm: cơ sở của những đặc tính (tướng), những đặc tính của vô thường, nó là chỗ nâng đỡ của những phẩm tính hay không, và tất cả mọi điều người ta làm.

Thứ nhất là chúng ta tự áp dụng theo tánh Không như thế nào. Chúng ta làm điều này bằng cách không tập chú vào sắc tướng và vân vân. Thường thì trong pháp chúng ta định nghĩa sắc là đối tượng được tri giác bởi các thức khác nhau của chúng ta. Sắc là đối tượng của thức thấy thuộc con mắt, những âm thanh là đối tượng của thức tai.... Chúng ta cần liên hệ thích đáng với chúng để có thể hòa nhập mình với tánh Không. Tương quan thích đáng là chúng ta không xem chúng như là hiện hữu thực, nghĩa là chúng ta thấy chúng là trống không.

Thứ hai, nhưng chúng ta cũng không nghĩ “đó là khổ” hay “cái đó có bản chất là vô thường” hay “cái đó là vô ngã và trống không”. Chúng ta chỉ nghiệm hiểu bản tánh trống không mà không có bất kỳ bám víu nào.

Thứ ba, để hòa nhập với tánh Không là một vấn đề nghỉ ngơi trong tinh túy của những hiện tượng được gọi là pháp giới (dharmadhatu). Đó không phải là chuyện đối tượng có được biết là trống không hay không. Thật tánh của nó thì không thay đổi và không bị ảnh hưởng bởi những tương quan mà người ta có với nó. Chính bằng cách hòa nhập chính mình với tinh túy trống không này mà người ta hoàn thành chứng ngộ.

Thứ tư, điều chúng ta cần là hoàn toàn không có bám

luyện. Có chứng ngộ hay không chứng ngộ, đối tượng trông không hay không trông không, chúng ta vẫn buông thả mọi bám luyến chúng làm hư hỏng sự áp dụng của chúng ta.

## **H. SỰ BÌNH ĐẲNG CỦA KHÔNG VÀ SẮC**

Phương diện tiếp theo là sự bình đẳng của sắc và Không. Chúng ta chứng ngộ tánh Không của sắc và những kinh nghiệm giác quan khác đến độ chúng không kết tinh thành cái gì có chất thể với một tự tánh độc lập nữa. Một khi chúng ta vượt khỏi điều đó chúng ta chứng ngộ bản tánh trống không của sắc đang biểu lộ. Thế nên sắc là tánh Không.

Tánh Không này không chỉ là tánh Không của sắc, mà nó là tánh Không của bản tánh biểu lộ như là sắc. Chúng ta cần biết rằng tánh Không không phải là một vật hiện hữu bởi chính nó. Thứ hai, không có sắc nào không có bản tánh trống không này. Không có tánh Không riêng biệt nào đã biểu lộ như là sắc. Tất cả những điểm này có thể được tóm tắt trong bốn câu đơn giản: Sắc tức là Không; Không tức là sắc; không có sắc nào khác với Không; không có Không nào lìa khỏi sắc.

Khi chúng ta chứng ngộ sự như nhau này của sắc, chúng ta có thể thấy rằng điều này biểu lộ trong tất cả năm uẩn sắc, thọ, tưởng, hành, thức. Chúng ta thấy sự như nhau này trong

mọi lãnh vực của sự biểu lộ.

## I. CON ĐƯỜNG QUÁN THẤY CỦA THANH VĂN

Điểm tiếp theo nói về con đường quán thấy những uẩn. Đây là lần thứ ba chúng ta nhìn vào con đường của cái thấy thấu suốt. Trong chủ đề thứ nhất của sách này, con đường quán thấy chủ yếu được bàn luận như những điều kiện nguyên nhân cho toàn giác hiện khởi. Trong chủ đề thứ hai chúng ta nhìn nó như sự hiểu biết của con đường. Trong chủ đề thứ ba này con đường quán thấy được bàn luận trong liên hệ với cấp độ quán thấy của thanh văn, nó là nền tảng.

Những thanh văn có một chú tâm vào Bốn Chân lý Cao cả. Dù là con đường tích tập, nối kết, quán thấy, tu tập, hay con đường cuối cùng không học nữa, mỗi cái đều liên hệ đến bốn Chân lý Cao cả. Sự quán thấy của thanh văn là thấy đích thực bốn Chân lý Cao cả. Khi nhìn chi tiết hơn vào con đường quán thấy chúng ta thấy rằng nó có mười sáu giai đoạn được gọi là “những khoảnh khắc”.

Mười sáu cái này được chia thành bốn quán thấy vào mỗi chân lý trong bốn Chân lý Cao cả.

## 1. CHÂN LÝ KHỔ

Chân lý thứ nhất là khổ. Quán thấy thứ nhất là hiểu bản chất vô thường của những sự vật do duyên khởi. Mọi sự đều trong trạng thái thay đổi, không có cái gì kéo dài, vững chắc, ngay cả khổ cũng vô thường. Quán thấy thứ hai tập chú vào khổ hiện thực, có ba loại khổ: khổ của khổ, khổ của thay đổi, và khổ cố hữu. Quán thấy thứ ba là vào bản tánh trống không của những hiện tượng. Cái hiểu tánh Không của thanh văn không giống như con đường Đại thừa, nhưng là một cách hiểu đích thực vì thanh văn thấy mọi sự là duyên hợp và do đó không có tự tánh. Họ hiểu rằng những sự vật chúng ta tri giác chỉ là một hỗn hợp của các vật nhỏ hơn. Mọi sự được tạo ra bằng những bộ phận nhỏ hơn và do đó không có một hiện hữu độc lập. Bốn quán thấy vào Chân lý Cao cả thứ nhất là: vô thường, khổ, không và vô ngã của những hiện tượng.

## 2. CHÂN LÝ NGUỒN GỐC

Chân lý Cao cả thứ hai là nguồn gốc của khổ, có bốn quán thấy chính: nguyên nhân, nguồn gốc, phát triển triệt để, và điều kiện. Quán thấy thứ nhất là hiểu những loại nguyên nhân chính. Nguyên nhân đầu tiên là nguyên nhân trực tiếp như nguyên nhân đầu tiên của một hoa hồng là một hạt giống. Một

nguyên nhân vi tế hơn là một bông hồng có thể sanh ra cảm giác hạnh phúc (vì nó đẹp) hay cảm giác đau đớn (vì nó có gai). Mỗi hoàn cảnh trong cuộc đời chúng ta có những nguyên nhân và sự phóng chiếu của chúng ta ra thế giới và sự tương quan chúng ta có với thế giới này được gây ra bởi nghiệp của chính những hành động của chúng ta. Chúng ta cũng biết rằng nguyên nhân của nghiệp xấu là do những phiền não của chúng ta. Thế nên cái quán thấy thứ nhất vào Chân lý Cao cả thứ hai là thấy những nguyên nhân cho điều xảy ra hiện tại trong cuộc đời chúng ta.

Quán thấy thứ hai vào chân lý thứ hai được gọi là nguồn gốc phổ quát của mọi hiện tượng. Sự chứng ngộ này tiến hơn nữa cho đến khi chúng ta thấy toàn bộ biểu lộ của vũ trụ, rằng mọi sự chúng ta thấy trong vũ trụ được phát sinh bởi nghiệp và những phiền não. Chúng ta không chỉ thấy sự vật là một sản phẩm của nghiệp và những phiền não mà chúng ta có thể thấy rằng nguyên nhân bên trong chúng ta đã tạo ra hạt giống cho toàn thể vũ trụ.

Quán thấy thứ ba chân lý thứ hai là về sức mạnh phát sanh nghĩa là những biểu lộ khác nhau mà chúng ta kinh nghiệm không phát khởi rất chậm. Chúng ta thấy năng lực kinh khủng của nghiệp và thấy nó làm việc đơn giản và mạnh mẽ thế nào. Một khi nghiệp có đó chúng ta thấy nó có thể sản sanh những

kết quả tức thời như thế nào. Quán thấy thứ tư là người ta thấu hiểu những điều kiện hiện giờ sẽ gây ra năng lực nghiệp để biểu lộ. Thế nên người ta thấy một trường hợp hiện tại sẽ đưa đến hậu quả nghiệp và sự phát triển đầy đủ khổ đau tiềm ẩn trong nó như thế nào.

### **3. CHÂN LÝ DIỆT**

Trong Chân lý Cao cả thứ ba về diệt cũng có bốn quán thấy. Quán thấy thứ nhất và vào chính sự diệt, diệt tức là dừng hẳn những phiền não. Khi tất cả mọi tiến trình nhân quả đã được loại bỏ, bấy giờ sẽ dừng dứt khổ đau. Quán thấy thứ hai là biết rằng khi nào những bất tịnh dừng, do không có những nhiễm ô, bấy giờ có bình an tột bậc. Quán thấy thứ ba là đó không phải chỉ là một trạng thái khác, mà nó là trạng thái tối cao nhất. Quán thấy thứ tư là khi người ta thực sự dừng những phiền não và thành tựu an lạc này người ta thoát khỏi đại dương sanh tử. Nó cho người ta giải thoát dứt khoát. Thế nên bốn quán thấy là diệt, an lạc, tuyệt hảo, và vượt khỏi hẳn.

### **4. CHÂN LÝ CON ĐƯỜNG**

Có bốn quán thấy vào Chân lý Cao cả thứ tư về con đường: con đường, thông minh, thành tựu, và giải thoát chắc

chấn. Quán thấy thứ nhất là hiểu rằng con đường đưa đến giải thoát. Quán thấy thứ hai là thông minh, hiểu cái gì là đúng cái gì không đúng, cái gì là thích hợp và tốt đẹp, cái gì không. Nó xác nhận đây là con đường hoàn hảo. Quán thấy thứ ba, thành tựu, nghĩa là năng lực này biểu lộ mọi phẩm tính. Quán thấy thứ tư gọi là giải thoát chắc chắn bởi vì người ta thấy con đường cho phép giải thoát khỏi mọi sự xấu của sanh tử và giải thoát này vĩnh viễn chứ không phải tạm thời.

Đây là bốn quán thấy vào bốn Chân lý Cao cả làm thành mười sáu quán thấy tạo nên sự thành tựu con đường quán thấy của thanh văn.

Mười sáu khoảnh khắc này tạo nên nền tảng cho sự quán thấy của bồ tát. Nhưng bồ tát đi vượt khỏi điều những thanh văn làm bởi vì thanh văn xem những sự này là thật, cho chúng là có chất thể. Những bồ tát tránh cả hai lỗi lầm xác nhận quá mạnh mẽ hay bác bỏ quá mạnh mẽ.

Nếu chúng ta xem cái quán thấy thứ nhất về chân lý khổ như một thí dụ, thì thanh văn hiểu sự vô thường của những hiện tượng ngược lại với người bình thường tin rằng sự vật là thật, cứng chắc, và thường. Điều bồ tát làm là siêu vượt ý niệm thường và vô thường. Quán thấy thứ hai thì trong khi thanh văn thấy khổ của sanh tử, người bình thường cho là



hạnh phúc. Tuy nhiên bồ tát không kết tinh sự vật thành khổ cũng không kết tinh sự vật thành hạnh phúc. Chúng ta có thể áp dụng logic này cho mười sáu điểm và chúng ta có thể thấy rằng bồ tát không cho là thật mười sáu điểm ấy và mười sáu điểm đối trị, nên có một thái độ vượt khỏi ba mươi hai phạm trù của tư tưởng.

## Câu hỏi

*Câu hỏi:* Chúng ta làm sao có thể thực hành mà không phát triển sự dẫn thân này vào chủ đề đã được bàn luận?

*Rinpoche:* Chia khóa cho sự không dẫn thân là cố gắng trau dồi cái hiểu ba luân người làm, cái được làm và người nhận hành động. Nếu cố gắng hiểu ba luân qua lý luận và đi sâu hơn vào nó, chúng ta sẽ có thể hiểu nó và thực hành siêu vượt khỏi ý niệm rất mạnh mẽ làm cứng đặc cái chúng ta có.

Ban đầu có vẻ nghịch lý khi chúng ta muốn phát triển nguyện vọng thực hành và chúng ta cũng muốn cố gắng giảm thiểu ý niệm thực hành như cái gì thật và cứng chắc. Nhưng khi khảo sát kỹ hơn, thay vì là đối nghịch nhau, chúng ta thấy rằng hai cái này hoạt động cùng nhau rất tốt. Toàn bộ vấn đề là người ta khổ vì người ta mê lầm. Mê lầm có vì vô minh. Khi

chúng ta muốn hiểu cái gì đang xảy ra và chúng ta muốn mê lầm và khổ đau theo sau chấm dứt, đó là nguyện vọng thực hành. Khi bắt đầu hiểu mê lầm ấy, chúng ta thấy rằng nó do vô minh, và vô minh liên kết chặt chẽ với sự cứng đặc hóa ý niệm của những mê lầm của chúng ta. Chúng ta có thể thấy những nỗ lực của chúng ta là loại bỏ sự cứng đặc hóa này và chúng ta không muốn làm cho sự cứng đặc hóa thực tại mạnh hơn. Chúng ta có thể thấy rằng nỗ lực của chúng ta có thể cùng làm việc sát cánh với nỗ lực hiểu cái gì đang xảy ra.

## **CHƯƠNG 12: ÁP DỤNG CHÚNG NGỘ VÀO MỌI PHƯƠNG DIỆN**

### **CHỦ ĐỀ IV: ÁP DỤNG CHÚNG NGỘ VÀO MỌI PHƯƠNG DIỆN**

Ba chủ đề đầu tiên liên hệ đến trí huệ và chúng ta đã thấy chủ đề thứ nhất có 10 điểm chính, chủ đề thứ hai có 11 và chủ đề thứ ba có 9, thành ra 30 chủ đề chính tất cả. Bốn chủ đề kế tiếp liên hệ đến áp dụng. Chương này nói về chúng ta áp dụng chính mình theo con đường như thế nào.

#### **A. NHỮNG PHƯƠNG DIỆN**

Chủ đề thứ nhất của phần này được gọi là những phương diện và gồm mọi điểm của ba phần chánh thứ nhất, nhưng từ một quan điểm quả. Chủ đề chánh thứ nhất, hiểu biết của toàn giác, được phân tích trong ba phân đoạn làm thành 37 chủ đề của phân đoạn thứ nhất, 34 chủ đề của phân đoạn thứ hai và 39

chủ đề của phân đoạn ba. Chủ đề chánh thứ hai, hiểu biết của con đường gồm 36 chủ đề. Trong chủ đề thứ ba, hiểu biết của nền tảng, có 27 điểm về bốn Chân lý Cao cả. Tổng cộng chúng ta có cả thảy 173 chủ đề và những cái này được liệt kê trong phần này được gọi là “những phương diện”. Những phương diện ấy được đặt trong liên hệ với quả.

## **B. ÁP DỤNG THỰC HÀNH**

Tiếp theo là áp dụng thực hành, liệt kê mười hai lối thực hành khác nhau. Nhưng trước khi xem những cách thực hành này, chúng ta phải xem con người trước hết có thể nghe những giáo lý Bát nhã ba la mật, rồi thứ hai là chấp nhận chúng và thứ ba là giữ gìn chúng.

### **1. PHÁP KHÍ (HÀNH GIÁ) THÍCH HỢP**

Một pháp khí thích hợp để nghe Bát nhã ba la mật phải có ba tính cách. Thứ nhất, người ấy phải có đức tin mạnh mẽ và sùng mộ Phật và thực sự nương dựa vào ngài. Tin Phật sẽ làm cho tâm người ta thu nhận những giáo lý Bát nhã ba la mật. Điểm thứ hai là người ta sẽ tích tập công đức và thiện căn nhờ

cảm hứng. Điểm thứ ba, sau khi Phật nhập diệt, người ta không còn trực tiếp gặp Phật nên người ta nhận lời dạy thực hành từ một người bạn tâm linh (thiện tri thức). Thế nên, nương nhờ vào Phật, tích tập công đức, và hướng đến một người bạn tâm linh và ba điều cần thiết để trở thành một pháp khí thích hợp cho việc nghe những giáo lý.

Tiếp theo chúng ta phải tiếp cận những giáo lý cho pháp khí bằng cách đặt niềm tin vào Đức Phật. Sau khi đặt niềm tin vào Phật, chúng ta cần nghĩ về những giáo lý, hỏi và giải quyết những điểm nghi để có thể khai triển một kết quả không mơ hồ.

Rồi chúng ta cần hòa nhập với những giáo lý này bằng cách làm sáu ba la mật thành một phần sống động của cuộc đời chúng ta và đưa chúng vào thực hành. Như vậy chúng ta có ba pháp khí: pháp khí nghe pháp, pháp khí tiếp nhận, và pháp khí hòa nhập. Trong pháp khí người nghe có ba điểm, pháp khí tiếp nhận có hai điểm, pháp khí hòa nhập một điểm, tổng cộng là sáu điểm. Chính qua sáu chủ đề nhỏ này mà chúng ta hiểu con người áp dụng chính mình vào thực hành.

## 2. THỰC HÀNH THỰC SỰ

Có hai mươi điều cần làm trong thực hành. Thứ nhất chúng ta phải chuyên tâm vào tánh Không bằng cách hiểu rằng sắc và mọi phương diện khác của mọi thứ xuất hiện không có một thực tại vững chắc và thật có về phần chúng. Trong cách áp dụng thứ nhất chúng ta đi đến sự hiểu tánh Không của hiện hữu.

Trong cách áp dụng thứ hai chúng ta đi đến sự hiểu rằng tánh Không là thật tánh của sự vật thì rất sâu thẳm. Đôi khi chúng ta phải thiền định về cái gì đó, đôi khi chúng ta phải thiền định không có cái gì cả. Đôi khi chúng ta xem xét rằng chúng ở đó, đôi khi rằng chúng không ở đó. Không phải dễ dàng chúng ta có thể nói thật tánh là thế này thế kia. Đúng ra chúng ta tiếp cận nó theo nhiều cách khác nhau mà thường thì có vẻ mâu thuẫn. Nhưng thật ra không có vấn đề gì cả, bởi vì có một số công việc trên cấp độ tương đối và đó là tại sao khi chúng ta làm tất cả cách thức thực hành này trên cấp độ tối hậu thì không có gì để hoàn thành. Khi chúng ta hiểu chúng ta có hai cấp độ tương đối và tối hậu làm việc cùng nhau thì không có vấn đề gì cả. Thứ ba, chúng ta phải hiểu rằng tánh Không thì sâu thẳm hơn lúc ban đầu có vẻ thế. Thứ tư, tánh Không thì còn vi tế hơn nữa, như vậy các điểm thứ hai, ba, tư là chúng ta

đi vào một cái hiểu sâu hơn và sâu hơn nữa.

Điểm thứ năm của hai mươi cách áp dụng là để có được quán thấy thực sự vào cái sâu thẳm ấy, người ta cần thực hành một thời gian dài và thực hành mở rộng.

Thứ sáu, khi đã thực hành lâu dài và mở rộng, người ta khai triển một trạng thái sâu thẳm đến mức người ta thấy Đức Phật và Phật nói trước cái sẽ có như thế nào.

Áp dụng thứ bảy là, đã tiếp nhận được những thọ ký của Đức Phật, người ta được đặt trên một con đường mà không thể trượt lui nữa. Đây là phương diện không trở lại (bất thối chuyển) của sự thực hành.

Thứ tám, qua những nỗ lực rộng rãi của bảy điểm đầu tiên, chúng ta sẽ có được giải thoát khỏi sanh tử. Thứ chín, bởi nhờ sự giải thoát chắc chắn của áp dụng thứ tám, sẽ không còn những chướng ngại có đủ sức cản trở tiến bộ của người ta. Áp dụng thứ mười được gọi là “đến gần hơn” bởi vì khi người ta đạt đến cấp độ áp dụng này, người đến gần Phật quả hơn.

Áp dụng thứ mười một là “nhanh chóng có được kết quả cuối cùng”, nghĩa là ở điểm này Phật quả đến một cách nhanh chóng. Áp dụng thứ mười hai là hoàn thiện những hoạt động lợi lạc cho những chúng sanh khác. Áp dụng thứ mười ba là

“không tăng” nghĩa là không có sự tăng trưởng trong những phẩm tính tốt và những khả năng của một người giác ngộ. Rõ ràng, trên cấp độ tương đối của thực tại, có một tăng trưởng kinh khủng những phẩm tính tốt và những năng lực ở những cấp độ cao này và một giảm sút lớn lao những tính cách xấu. Tuy nhiên, ở cấp độ tối hậu không có tăng trưởng nào những phẩm tính này xảy ra.

Áp dụng thứ mười bốn là “không giảm” nghĩa là không có giảm sút những phẩm tính tốt và những khả năng và điều này tương đương với áp dụng thứ mười ba. Thứ mười lăm là “không còn thấy pháp hay chẳng phải pháp”. Điều này nghĩa là ở cấp độ này chúng ta không còn thấy những sự vật là đáng ưa thích hay là tuyệt hảo nhất (pháp) và cái thấp kém (chẳng phải pháp). Quán thấy của chúng ta vào thật tánh siêu vượt những ý niệm pháp và chẳng phải pháp, cái nhìn thấy không kết tinh những ý niệm theo cách ấy nữa.

Áp dụng thứ mười sáu là thấu hiểu sắc và các uẩn khác không thể quan niệm được như thế nào. Trong ánh sáng của thật tánh chúng ta kinh nghiệm sự biểu lộ của sắc là không thể quan niệm bởi vì trong cái không phân biệt có những vật phân biệt xuất hiện.

Áp dụng thứ mười bảy là chúng ta không còn tri giác theo



thức những tính cách (tướng) đối với sắc và các uẩn khác thế nên chúng ta không gán những đặt tên cho các uẩn phẩm tính thế này và thế nọ. Nhờ những áp dụng thứ mười bảy, chúng ta đạt đến kết quả quý báu nhất và đến chỗ cuối cùng của sự tiến hóa trong áp dụng thứ mười tám. Áp dụng thứ mười chín chỉ ra điều chúng ta đang hoàn thành thì thoát khỏi những pha trộn của thức và tình làm hư hỏng nó như thế nào.

Áp dụng thứ hai mươi chỉ ra như thế nào những sự việc đi từ tốt hơn đến tốt hơn nữa. Đặc biệt, qua những địa bồ tát sâu xa chúng ta có được sự thanh tịnh kỳ diệu này, đi từ hoàn hảo đến hoàn hảo hơn, thậm chí đến hoàn hảo hơn nữa.

### **C. NHỮNG PHẨM TÍNH (TÍCH CỰC)**

Khi chúng ta suy nghĩ về những phẩm tính, điều quan trọng cốt yếu là mở mình ra với sự ban phước của Phật. Phật với tình thương vĩ đại và chăm sóc thì ôm trùm khắp cả mọi chúng sanh. Không phải rằng tâm của Phật chỉ hướng đến một số đệ tử và chăm sóc họ và họ là những người có khả năng theo ngài. Tình thương, sự quan tâm, chăm sóc của Phật trải ra chạm đến tất cả chúng sanh, mà chúng sanh thì vô tận cho đến khi nào không gian tận.

Thế nên từ Phật, bao giờ cũng có sự tỏa chiếu của sự ban phước và sự mở rộng mình với nó không tùy thuộc vào điều Phật có thể làm mà vào điều chúng ta có thể làm. Thế nên người ta có được sự lợi lạc từ sự ban phước của Phật hay không, tùy thuộc vào sự mở ra và tiếp nhận của riêng họ. Sự mở ra này dựa vào rất nhiều vào nguyện vọng và đức tin người ta có, sự tin cậy nơi Phật và những lời dạy của ngài. Nếu người ta đặt sự tin cậy lớn lao nơi Phật và những giáo lý của ngài và ước muốn được giống như ngài, bấy giờ điều này sẽ khiến người ta trở nên càng lúc càng rộng mở và tiếp nhận. Sự tiếp nhận này sẽ có thể khiến nghĩa kỳ diệu của Phật pháp trở thành một phần của họ, và qua cảm hứng ấy mà người ta sẽ thực hành sáu ba la mật vân vân. Một thí dụ minh họa sự mở ra này là mặt trời. Khi mặt trời chiếu sáng, ánh sáng của nó xuống khắp nơi trên trái đất và trên các hành tinh. Nếu bạn có một cái hang cửa vào hướng nam, nó sẽ nhận đầy đủ sức nóng, ánh sáng mặt trời. Nhưng cửa ở phía bắc, thì dù mặt trời chiếu mọi lúc, nó sẽ luôn luôn trong bóng râm. Tương tự, dù ánh mặt trời ban phước của Phật luôn luôn có đó, nó có làm lợi lạc cho chúng ta hay không thì tùy thuộc vào chúng ta tiếp nhận nó thế nào.

Tiền trình ấy trở nên thậm chí mạnh mẽ hơn, và sau lần đầu tiên mở mình ra với sự ban phước của Phật, có một tâm

nhập thật sự, đến độ người ta được bao bọc bởi những phẩm tính của Phật, và điều xảy ra là người ta cần tin cậy vào Phật và Phật pháp. Những sự ấy sẽ trở nên một phần biểu lộ của sự thực hành và kinh nghiệm riêng. Người ta có một tiếp xúc sâu hơn nhiều với thần lực giáo hóa và những phẩm tính của Phật. Đây là một cấp độ rất sâu của phẩm tính hơn là lúc ban đầu mở chính mình với tính xác thực của Phật pháp.

Cho dù có một danh sách mười bốn phẩm tính khác nhau của sự áp dụng được đề cập ở đây, như là người ta gần gũi với Phật quả, rằng có những phẩm tính không ô nhiễm và vân vân, chúng ta sẽ không bàn luận riêng từng cái.

#### **D. NHỮNG LỖI LÀM (NHỮNG RẮC RỐI TRONG THỰC HÀNH)**

Trong sự thực hành có mọi loại vấn nạn rắc rối và những cái này tùy thuộc rất nhiều vào cá nhân. Có một số người rất chậm chạp và nặng trí, và họ có một loại rắc rối phải vượt qua trong thực hành. Một số người trí sắc bén, thậm chí quá sắc bén, và họ có một rắc rối phải vượt qua. Có một số người có những khó khăn về thân thể và một số người có những rắc rối về tâm thức cần chinh phục. Mọi loại khác nhau này cần phải

đôi trị riêng biệt. Chẳng hạn người nặng trí sẽ có thời gian để nắm hiểu điểm then chốt và trưởng thành, tiến bộ. Cách duy nhất có thể làm để tiến bộ là chuyên cần tinh tấn nhiều và áp dụng trở đi trở lại và vượt qua những khó khăn thậm chí lớn hơn trong thực hành của họ. Nếu làm như vậy, họ sẽ hoàn thành kết quả. Thế nên điều họ cần là sự áp dụng rất mạnh mẽ. Người trí sắc bén hơn thì hiểu nhiều hơn và nói chung có thể tiến bộ rất nhanh, nhưng đôi khi loại người này dễ tự phụ và lười biếng, bởi vì họ hiểu sự việc khá dễ dàng. Những điều ấy tạo ra rắc rối và cần được vượt qua bằng cách làm việc rất chuyên cần trên chính mình.

Đôi khi người ta cảm thấy mệt mỏi, có bệnh. Do đó người ta không có khuynh hướng thích thực hành. Những vấn nạn này tạo ra chướng ngại cho sự khai mở của họ và cần phải vượt qua. Cũng có những chướng ngại thuộc tâm thức khởi sanh ngăn cho người ta không thâm nhập vào thiền định rất trong sáng, trạng thái rất trong sáng của thấu hiểu và chứng ngộ. Đôi khi khởi lên những loạn động, hay hôn trầm, hay xao lãng. Những hoàn cảnh của thân tâm ấy là những chướng ngại, đến độ chúng làm ngưng trệ người ta chuyên tâm vào việc thấu hiểu Bát nhã ba la mật trong hai mươi cách mà chúng ta thấy trong phần sau. Bởi vì chúng làm chúng ta lìa khỏi Bát nhã, chúng là những lỗi lầm cần loại bỏ.

Bước thứ nhất là rất sáng suốt về cái tạo nên rắc rối cho thực hành, người ta cần biết cái cần thoát khỏi. Nên khi những chướng ngại này xảy ra, thì điều rất trọng yếu là không xem chúng như là việc tốt. Là một sai lầm rất lớn khi giải thích cái thực sự là một lỗi lầm thành một phẩm tính tốt. Thế nên cần nhận biết một lỗi lầm là một lỗi lầm, biết rằng đó là một vấn nạn cần loại bỏ và phải cố gắng loại bỏ. Đối với những phẩm tính tốt cũng áp dụng như vậy. Nếu chúng ta đang ở trong một trạng thái sai của tâm, chúng ta có thể làm những phẩm tính tốt cho là những phẩm tính xấu. Người ta cần rất sáng tỏ về một phẩm tính và rồi làm việc rất nhiều để tăng trưởng những phẩm tính ấy. Cuối cùng khi chúng khởi lên người ta cần cảm thấy rất vui.

## **E. NHỮNG PHẨM TÍNH CỦA BÁT NHÃ BA LA MẬT**

Chủ đề này được gọi đơn giản là “những tính chất” nghĩa là tính chất của bản thân Bát nhã ba la mật. Bát nhã ba la mật là đối tượng của sự nghiên cứu của chúng ta và nó cần được hòa nhập với cuộc đời và góp phần vào sự chứng ngộ của chúng ta. Thực ra, Bát nhã ba la mật chỉ có một tính chất, một bản tánh. Nhưng bởi vì Bát nhã ba la mật là rất quan trọng trong sự phát triển của chúng ta, nó được xem xét ở đây qua bốn tính chất

chủ yếu. Một khi chúng ta biết những tính chất, những bản sắc then chốt ấy, chúng ta sẽ có thể có một bức tranh rất rõ ràng về Bát nhã ba la mật để hòa nhập vào bản thân chúng ta.

Tính chất thứ nhất của Bát nhã ba la mật liên hệ đến tinh túy của những hiện tượng. Chúng ta biết rằng mọi khổ đau, rắc rối, khó khăn và mê lầm của sanh tử đều có thể dò về tận gốc là vô minh. Bởi vì vô minh, có vọng tưởng. Một khi có vọng tưởng, thì toàn bộ vấn nạn rắc rối của sanh tử bắt đầu xảy ra. Chúng ta cố gắng hiểu cái gì đang xảy ra, hiểu như thế nào vọng tưởng có thể xảy ra, vọng tưởng là cái gì. Hơn thế nữa, tìm kiếm cái gì không phải là vọng tưởng, cái gì sáng suốt và đúng đắn trong chính mình. Chính Bát nhã ba la mật giúp chúng ta khám phá cái đó. Đặc biệt nó giúp chúng ta tìm thấy cái tinh túy nhất, bản tánh cốt lõi và cái này thoát khỏi vọng tưởng mê lầm. Thế nên điểm thứ nhất là tinh túy cốt lõi nhất của sự vật.

Tính chất thứ hai của Bát nhã ba la mật chỉ ra cho chúng ta sự ưu việt của Bát nhã ba la mật. Khi người ta hành động trong thế giới của những đối tượng, những sự vật và những ý tưởng, chúng là sản phẩm của vọng tưởng và vô minh, bấy giờ cái người ta hoàn thành, nếu nhìn trong một cách rất sâu rộng, thì không thực sự đáng giá. Nó không có tinh túy trong đó,

không nhiều ý nghĩa. Tuy nhiên, khi tu tập Bát nhã ba la mật, chúng ta vượt khỏi vọng tưởng và vô minh và đến với sự thật. Sự thật này có một kết quả kéo dài, ích lợi, bởi vì Bát nhã ba la mật là một giáo lý cao cấp và tuyệt hảo. Nếu Bát nhã ba la mật có trong điều chúng ta làm, bấy giờ kết quả là thực sự đáng giá. Nếu nó không có trong đó thì không hoàn toàn có giá trị.

Tính chất thứ ba của Bát nhã ba la mật là hiểu biết. Bát nhã là thấy rõ ràng những sự vật là thế nào. Qua năng lực của Bát nhã người ta thực sự thấu hiểu sự vật, trí huệ Bát nhã có phẩm tính chứng ngộ.

Tính chất thứ tư là chức năng hoàn hảo nhất. Chính là qua Bát nhã ba la mật mà chúng ta có thể hoàn thành lợi lạc cho mình, có thể hiểu và thoát khỏi khổ đau, phiền não, và phát triển những phẩm tính khác nhau. Trí huệ Bát nhã cũng cho phép chúng ta hoàn thành lợi lạc cho những người khác, giúp đỡ và hướng dẫn họ. Qua trí huệ thấu hiểu sự vật là thế nào mà chúng ta khai triển động lực giúp đỡ những người khác. Thế nên ở góc rẽ sâu xa nhất của mọi điều đó, chúng ta có thể nói Bát nhã ba la mật có chức năng tốt nhất.

## F. TƯƠNG ƯNG VỚI GIẢI THOÁT

Chủ đề thứ sáu nói về con đường tích tập thứ nhất. Giai đoạn tích tập đôi khi được gọi là giai đoạn dẫn đến hay hòa hợp với giải thoát. Đây là giải thoát khỏi sanh tử, giải thoát khỏi nhiễm ô của mình. Giải thoát rất ráo chỉ xảy ra ở Phật quả. Từ quan điểm của thanh văn và duyên giác, giải thoát là khi người ta trở thành một a la hán. Nhưng trên con đường nối kết thứ hai, người ta đã có được sự giải thoát ban đầu. Những nhiễm ô mất sức mạnh của chúng và người ta thoát khỏi những khổ đau của các cõi thấp. Điều này xảy ra ở giai đoạn tích tập thứ nhất. Ở cấp độ này người ta thực sự vận hành những bánh xe pháp để vượt thắng sự tiêu cực, vô minh, nhiễm ô của mình để thoát khỏi tấm lưới siết rất chặt của sanh tử. Thế nên đó là lý do gọi con đường tích tập là “tương ứng với giải thoát”.

### 1. TINH TÚY CỦA CON ĐƯỜNG TÍCH TẬP

Trên con đường thứ nhất này chúng ta cố gắng hiểu tánh Không của những hiện tượng để giải thoát chính mình. Lúc ban đầu chúng ta dính thật chặt với sự vật, với những ý tưởng về thực tại của chúng ta và với chính bề ngoài của những thực thể. Để phá sự bám chấp này, chúng ta cần hiểu ba luân chủ



thể, đối tượng, và tương quan của chúng. Trên con đường tích tập chúng ta đã nghiên cứu ba luân nghĩa là gì, trở nên quen với ý tưởng ấy và tham thiền sâu về ý nghĩa của sự vắng mặt của ba luân. Qua đó chúng ta trở nên có thể hiểu sự vắng mặt của những tính chất (vô tướng) và thấy từ trong sâu điều ấy thì đó là trí huệ. Khi chúng ta quen thuộc hơn với cách hành động vượt khỏi chủ thể, đối tượng và tương quan của chúng, chúng ta hành sáu ba la mật. Khi chúng ta đã hiểu ba luân, thì trong ánh sáng của cái hiểu ấy, chúng ta thực hành bố thí, trì giới, kham nhẫn, chuyên cần, thiền định và trau dồi trí huệ. Bởi vì chúng ta không còn tin sự vật là cứng đặc, chúng ta có thể thực hành các ba la mật tốt hơn trước kia rất nhiều. Nhờ cái hiểu này, chúng ta có thể thực hành rộng rãi và hiệu hữu hơn nhiều. Qua cái hiểu này chúng ta có được chứng ngộ tất cả 173 phương diện chính của Bát nhã ba la mật. Chính nhờ sự thực hành thiện xảo này mà chúng ta nắm được tất cả phương diện khác nhau này. Chúng bắt đầu trở nên quen thuộc.

## ***2. NHỮNG PHẨM TÍNH CẦN CHO GIẢI THOÁT***

Phẩm tính thứ nhất là có đức tin nơi Tam Bảo; tin Phật bởi vì chúng ta cảm thấy trạng thái Phật quả là tuyệt hảo và hiếm hoi. Chúng ta hiểu sự tốt đẹp không cùng của trạng thái ấy và

mong mỗi thành tựu nó và chúng ta hướng tất cả đời mình đến sự giải thoát cho chính mình. Cũng như vậy, chúng ta hướng đến pháp, là tất cả những lời dạy của Phật, và đến tăng, những người bạn trên đường đi. Nếu không tin vào Phật quả, chúng ta sẽ không cảm nhận nhiều đối với pháp mà Phật ban cho. Cũng thế, nếu không tin rất nhiều vào pháp, chúng ta sẽ không tin cậy nhiều vào các vị thầy giữ gìn những lời dạy ấy hay những người bạn chỉ cho chúng ta con đường.

Tuy nhiên, nếu chúng ta có đức tin mạnh mẽ vào Phật, bấy giờ chúng ta sẽ nhận ra giá trị lớn lao của pháp và hấp thụ chúng. Rồi chúng ta sẽ hướng đến những người bạn rất hiếm hoi có thể khiến cho chúng ta hiểu giáo pháp và họ mở ra ý nghĩa của chúng. Đức tin này không phải tin suông mà đặt nền trên hiểu và đánh giá. Thế nên tin vào Tam Bảo là hạt giống từ đó nảy sinh mọi phẩm tính khác.

Phẩm tính thứ hai là chuyên cần, tinh tấn. Luận nói chúng ta cần tinh tấn với đối tượng, nghĩa là chúng ta cần chuyên tâm liên tục thực hành pháp. Dĩ nhiên nếu có người làm một ít thực hành chỗ này chỗ nọ, sẽ có một số kết quả từ đó, và thậm chí một số kết quả vững chắc có thể thấy trong đời này.

Nhưng thực tế chúng ta đã bị mắc kẹt bởi khối nghiệp và bị quy định trong tâm thức mà chúng ta đã tạo ra từ rất nhiều đời.

Có một lô công việc để làm, một lô chướng ngại phải loại bỏ cho nên chúng ta cần toàn tâm vào con đường tuyệt hảo của pháp.

Thứ ba, chúng ta cần thái độ tốt nhất, nghĩa là động cơ phải có phẩm tính cao cấp nhất, cao cả nhất. Nghĩa là động cơ của sự làm việc của chúng ta cần rất cao rộng. Đó cũng phải là một cái nhìn thấy rất rộng trên một cấp độ rất bao la và lớn lao. Dĩ nhiên chúng ta không thể nhanh chóng thay đổi sự bị điều kiện hóa của chúng ta bằng động cơ của chúng ta. Nhưng hết sức, chúng ta có thể mang trong tâm một thái độ và động cơ cao cả, và qua chánh niệm, cố gắng hòa nhập nó trở thành một phần của chúng ta.

Phẩm tính thứ tư là Samadhi không khái niệm. Chúng ta đều có cảm giác rằng đã kiểm soát tâm mình, nhưng thực ra khi nhìn vào hoàn cảnh, chúng ta chưa thực sự điều phục được tâm mình. Nếu chúng ta đã làm được, thì khi muốn thực hành cái tốt và những phẩm tính, bấy giờ chúng ta chỉ đơn giản làm điều đó. Nếu chúng ta muốn thoát khỏi những điều xấu và những chướng ngại, nếu đã điều phục được tâm, bấy giờ chúng ta đơn giản chỉ làm thế. Dĩ nhiên, hoàn cảnh thật thì không giống như vậy bởi vì chúng ta chưa kiểm soát tâm được. Nếu chúng ta muốn ở yên trong thiền định, chúng ta

chưa đủ sức kiểm soát tâm để đơn giản làm điều đó. Thế nên chúng ta thực sự cần nắm được trái tim của vấn đề, là kiểm soát được tâm chúng ta. Cách làm điều này là an nghỉ trong thiền định hay Samadhi không có khái niệm.

Phẩm tính thứ năm chúng ta cần là toàn giác. Trên con đường tu tập này chúng ta bắt đầu có được trí huệ, trí huệ của nghe, của tư duy, và của thiền định. Trước hết chúng ta nghe (hay đọc) những giáo lý của kinh và luận và chúng ta trở nên quen với những ý niệm của pháp. Giai đoạn thứ nhất này được gọi là giai đoạn nghe (văn). Giai đoạn tiếp theo chúng ta suy nghĩ rất sâu về nghĩa của cái đã nghe để đến một cái hiểu sâu hơn. Điều này gọi là trí huệ của giai đoạn tư duy (tư). Khi đã quen với nghĩa chân thật, và nhất là qua thiền định, chúng ta đến giai đoạn thiền định của trí huệ (tu). Ba bước nghe, tư duy và thiền định làm khởi sanh trí huệ về thật tánh của những hiện tượng.

Năm cái này nâng đỡ cho tiến bộ của Bồ tát qua giai đoạn tích tập: tin cậy vào Tam Bảo, chuyên cần, chánh niệm hay thái độ tốt nhất, Samadhi, và trí huệ. Với người có năm phẩm tính này thì tương đối dễ có được chứng ngộ pháp của Phật. Với người những phẩm tính ấy chưa biểu lộ sẽ cần làm việc nhiều hơn để tiến bộ và đạt được chứng ngộ.

Thế nên người với những khả năng bén nhạy sẽ tương đối dễ dàng hoàn thành chứng ngộ, và người khả năng chậm lụt sẽ thấy khó hơn. Nhưng bén nhạy hay chậm lụt, chớ nên xem quá tuyệt đối. Chúng ta tự khảo sát mình một cách chặt chẽ và thấy rằng chúng ta có một đức tin rất tốt vào giáo pháp của Phật, chúng ta rất chuyên cần, chúng ta rất chánh niệm với một thái độ cao cả, chúng ta đang là một vị thầy trong phạm vi rộng của tâm chúng ta, và có thể vào thiền định và trau dồi trí huệ. Đây là một người được diễn tả là có những khả năng bén nhạy. Ngược lại, là tâm chúng ta ít tin vào Tam Bảo, với chỉ một chuyên cần hời hợt, với không nhiều sự cao cả của tâm, không nhiều năng lực thiền định, và không nhiều trí huệ. Nhưng đó không phải là một hoàn cảnh cứng chắc bởi vì chúng ta có thể tự chuyển hóa từ một người cùn lụt thành một người bén nhạy. Chúng ta có thể trở thành một người rất bén nhạy và có khả năng để làm việc.

Chương này bao gồm con đường tích tập, trong luận gọi là con đường tương ưng tốt đẹp với giải thoát.

## Câu hỏi

*Câu hỏi:* Sự phân tích chi tiết này có thể làm ngọt ngọt sự quán thấy chúng ta có trên con đường không?

*Rinpoche:* Về sau trên con đường khi chúng ta đạt đến chúng ngộ sâu xa, bấy giờ những sự việc sẽ xảy ra về phần chúng và sẽ là một tiến hóa tự nhiên trong thực hành của chúng ta. Tuy nhiên để đạt đến cấp độ cao này, chúng ta cần hiểu Bát nhã ba la mật rất rõ. Để hiểu Bát nhã ba la mật, điều tốt nhất chúng ta có thể làm là hiểu con đường cực kỳ rõ ràng, tức là điều chúng ta đang làm ở đây. Nếu chúng ta thiền định và học những điểm này, thì dần dần sanh khởi sự sáng tỏ về Bát nhã ba la mật và cái hiểu sẽ tăng thêm. Điều này lại giúp thiền định và chúng ngộ của chúng ta khai triển tự nhiên. Nhưng nếu chúng ta chỉ chờ đợi chúng từ lúc ban đầu sẽ sanh khởi về phần chúng, chúng sẽ không bao giờ trở lại.

*Câu hỏi:* Bát nhã ba la mật được dạy ở Tây Tạng như thế nào?

*Rinpoche:* Ở Tây Tạng có một hợp nhất của truyền thống rộng của kinh và truyền thống sâu của luận. Hai cái này làm việc sát cánh nhau và làm mạnh cho nhau. Ngày nay người ta

đến với Tây Tạng là đến với kim cương thừa, cũng như đến với Tích Lan là với truyền thống Theravada.

Dù Tây Tạng là nơi hoàn hảo mà kim cương thừa được giữ toàn vẹn và thanh tịnh, chúng ta cần biết rằng ở Tây Tạng có một sự thực hành nối kết của những tantra chứa đựng những kỹ thuật rất sâu, thế nên tantra thường được gọi là lối tiếp cận sâu với pháp. Kinh chứa tất cả thông tin có thể và những bài thuyết pháp, chúng rất rộng và toàn diện, nên chúng được gọi là lối tiếp cận rộng.

Người ta không nên đánh giá hai truyền thống này làm lợi lạc cho nhau cái nào nhiều hơn cái nào. Qua hiểu truyền thống rộng của kinh mà sự thực hành kim cương thừa trở nên có ý nghĩa, và qua những kỹ thuật và phương tiện thiện xảo kim cương thừa mà người ta có thể thực sự vượt qua mọi giai đoạn hiểu biết của con đường chúng ta đọc trong Bát nhã ba la mật.

Điều chúng ta đang làm ở đây là đi qua toàn bộ Bát nhã ba la mật đa rất nhanh chóng. Bát nhã ba la mật trong 100.000 câu kệ và nếu chúng ta học nó theo cái hiểu hàn lâm và đào sâu nó đến một chứng ngộ qua thực hành thì cần phải vài năm. Thế nên chúng ta cần có những ý niệm quan trọng được đúc kết trong Bát nhã ba la mật. Chúng ta tổng quát những điểm chính của sự khai triển trí huệ này và rồi khi thực hành

kim cương thừa, những phương tiện thiện xảo ấy sẽ cho phép chúng ta khai triển nhanh chóng. Giáo lý này cho chúng ta những phương tiện để có được chứng ngộ, có được sự hiểu, hơn là chỉ làm kỹ thuật trong bóng tối, không hiểu tại sao mình làm điều ấy và những kết quả sẽ là gì. Sự nghiên cứu này giúp cho sự thực hành tantra của chúng ta, bởi vì chúng ta biết có một nghĩa rất lớn lao đằng sau nó. Nó không chỉ là cái gì chúng ta làm bởi vì phải làm. Rất tốt nếu nắm được tinh túy của Bát nhã ba la mật qua nghiên cứu này, dù nó rất ngắn gọn súc tích.



## CHƯƠNG 13: CON ĐƯỜNG NỐI KẾT

### G. TƯƠNG ỨNG VỚI KHỞI SANH QUYẾT ĐỊNH

Trong nỗ lực giúp đỡ tất cả chúng sanh, chúng ta đang học riêng về Bát nhã ba la mật. Bởi vì Bát nhã ba la mật là trí huệ làm sanh khởi chư Phật, nó được gọi là “mẹ của tất cả chư Phật” hay “Mẹ Vĩ đại”. Trước tiên Bát nhã ba la mật sanh khởi mọi phẩm tính tốt đẹp của thanh văn và duyên giác, cho nên Mẹ vĩ đại sanh ra toàn bộ con đường Phật giáo. Chúng ta nghiên cứu Bát nhã ba la mật nên chúng ta có thể hoàn thành Phật quả. Để làm điều này chúng ta cần có một số ý niệm về ý nghĩa của Bát nhã ba la mật mà chúng ta có thể làm qua suy ngẫm.

Toàn bộ nền tảng của Bát nhã ba la mật là giáo lý thanh khiết nhất của Đức Phật. Nhưng vì những giáo lý của Phật thì quá bao la và toàn diện, chúng ta nghiên cứu ở đây một hình thức rất súc tích của Bát nhã ba la mật đa, có tên là *Abisamayalankara* (Hiện quán trang nghiêm luận) của Di Lặc. Nó cho chúng ta sự dẫn nhập từng điểm một, nên chúng ta có thể có

một bức tranh rõ ràng về nghĩa bao quát của Bát nhã ba la mật. Thế nên chúng ta cần nghĩ rằng nghiên cứu luận này là đang nghiên cứu Bát nhã ba la mật như là một phần thiết cốt của sự tiến bộ của chúng ta đến Phật quả.

Trong chương vừa rồi chúng ta đi vào con đường tích tập. Trong chương này chúng ta sẽ nhìn vào con đường nối kết. Chúng ta đã nghiên cứu con đường nối kết trong ba chương đầu tiên. Chúng ta có thể tự hỏi tại sao chúng ta đang lặp lại, nhưng thật ra nó không giống như trước. Trong chủ đề thứ nhất, cái hiểu biết về toàn giác, con đường nối kết được xem chủ yếu như một nguyên nhân, một nền tảng. Trong chủ đề thứ hai, hiểu biết về con đường, chúng ta nhìn vào con đường nối kết, những áp dụng thực hành. Trong chủ đề thứ ba, hiểu biết về nền tảng, chúng ta cũng nghiên cứu con đường nối kết, nhưng theo con đường nối kết của thanh văn. Trong chủ đề thứ tư này, khi nghiên cứu con đường nối kết, chúng ta sẽ nhìn toàn diện hơn con đường của bồ tát và làm việc trên con đường nối kết.

Khi bồ tát tiến bộ qua những giai đoạn này, họ không chỉ quan tâm những người rất thân thiết, gia đình, anh chị em, người yêu và bạn hữu trong cùng một thành phố, một đất nước, hay cùng một giống dân hoặc cùng loài. Những bồ tát quan tâm giúp đỡ tất cả chúng sanh. Chúng ta có thể nghĩ rằng

một bồ tát giúp đỡ bất cứ ai họ gặp, nhưng như vậy vẫn chỉ gồm vài chúng sanh họ kinh nghiệm trong thực tại chủ quan của họ. Còn nhiều con cá dưới nước, nhiều con chim và con thú trong những chôn hẻo lánh mà người ta không bao giờ gặp. Ngoài ra còn nhiều chúng sanh dưới cõi sống của chúng ta, như những con ma đói và chúng sanh địa ngục. Những bồ tát tận tụy với sự thực hành bởi vì họ quan tâm tuyệt đối đến mọi chúng sanh. Họ làm việc cho tất cả chúng sanh bởi vì họ thương yêu chúng và có lòng đại bi với chúng.

Ngoài việc từ bi với mọi chúng sanh và quan tâm đến họ, từ bi này cũng bình đẳng với mọi chúng sanh. Những bồ tát thấy tất cả chúng sanh là bình đẳng. Vì lý do này họ làm việc cho tất cả chúng. Bất giờ bồ tát thương yêu họ ngang với chính mình. Thế nên họ không cho từ bi nhiều hơn hay kém hơn đối với những người khác, mà cho tất cả chúng sanh tối đa từ bi của họ một cách tuyệt đối. Đây chính là đối tượng chính của sự chú ý của họ khi họ đi qua giai đoạn nối kết này. Thái độ bình đẳng không thiên vị này đối với tất cả chúng sanh sẽ được khảo sát qua mười phương diện.

Phương diện thứ nhất của tình thương bồ tát trong giai đoạn nối kết này là như nhau hay bình đẳng của tình thương. Bồ tát giúp đỡ chúng sanh hết mực để họ hoàn thành hạnh phúc và thoát khỏi khổ đau. Điều này là như nhau với mỗi và

mọi chúng sanh.

Phương diện thứ hai là sự bình đẳng trong mong muốn làm lợi lạc cho những người khác. Cách bồ tát giúp đỡ những người khác là che chở họ khỏi bị hại, khỏi sợ hãi, và cho họ chỗ trú ẩn và cứu trợ. Họ làm điều này rất bình đẳng với cùng một thái độ với mọi người, không ưu tiên một số, loại bỏ số khác.

Phương diện thứ ba là một bồ tát không thù ghét, với bạn hay với người làm tổn hại. Luôn luôn họ có tâm như nhau này, trong đó thù ghét không sanh khởi. Thù ghét chỉ sanh ra thêm khổ đau vô ích. Nó chỉ làm sanh thêm rắc rối. Không có thù ghét, họ không làm hại ai bằng thân hay lời nói, và điều này được chỉ ra trong hai phương diện kế tiếp.

Phương diện thứ tư là sự bình đẳng không bạo lực, không làm hại bằng thân thể.

Phương diện thứ năm là không nói cái gì gây tổn hại với lời giận dữ hay thô nặng, lời nhắm đến làm tổn hại người khác. Đây là năm cái đầu tiên trong mười cách bình đẳng hay không thiên vị với chúng sanh.

Năm phương diện sau chỉ ra bồ tát trên con đường nói kết liên hệ với chúng sanh như thế nào. Thứ sáu, họ xem chúng sanh là rất tốt giống như mẹ cha mình. Thứ bảy, họ nghĩ đến

chúng sanh với yêu mến rất lớn, giống như người ta nghĩ đến anh chị mình, thế nên người ta cảm thấy mỗi liên kết anh em với chúng sanh. Thứ tám, qua khai triển tình thương họ xem chúng sanh như con họ, thương yêu và chăm sóc. Thứ chín, họ thương yêu chúng sanh như bạn và gia đình thân thiết, xem như nhau, xem là một. Thứ mười, họ có sự chăm sóc không ngừng cho mọi người, như với dòng họ mình. Như người ta không bao giờ để mất bà con, người ta có cảm giác bắt buộc này, cảm thấy muốn giúp đỡ bất cứ điều gì. Rồi họ cũng có cảm giác này với chúng sanh. Với năm loại ý nghĩ này, họ có sự bình đẳng của tình thương.

Năm ý nghĩ sau này chỉ ra sự bình đẳng trong suy nghĩ đối với chúng sanh. Tổng cộng chúng ta có mười cách bình đẳng của tình thương Bồ tát và lối tiếp cận trên cấp độ con đường nối kết.

## **H. NHỮNG CON ĐƯỜNG BẤT THỐI CHUYỂN**

Chủ đề thứ tám nói về cách những bồ tát không lui sụt, nghĩa là không rút trở lại. Điều này áp dụng cho con đường nối kết, con đường quán thấy, và con đường tu tập.

Khi người ta đến con đường nối kết này, người ta sẽ không bao giờ rơi xuống những cõi thấp hơn do năng lực của nghiệp,

bởi vì đã có một giai đoạn tiến bộ dứt khoát. Bằng năng lực nghiệp tốt của mình, người ta đã vượt khỏi khả năng sanh vào các cõi thấp. Nó là cái gì hoàn toàn tự động, bởi vì để đến cấp độ nối kết, người ta cần loại bỏ những nghiệp quả khiến tái sanh vào các cõi thấp. Cũng trên cấp độ này, người ta đã loại bỏ phần xấu nhất của phiền não, những nhiễm ô, là những nguyên nhân tái sanh vào những cõi thấp. Theo nhân quả, khi đã vượt khỏi khả năng tái sanh vào các cõi thấp, nhưng bỏ sót qua nghiệp và qua đại từ bi có thể chọn tái sanh vào một cõi thấp để giúp đỡ và làm lợi lạc cho những chúng sanh khác, nhưng không phải qua năng lực nghiệp không kiểm soát được.

Khi đến giai đoạn quán thấy, người ta có thấu hiểu thực sự thật tánh của những hiện tượng. Nhờ đó, một cách tự động, người ta bước vào hàng ngũ những người được gọi là người chứng ngộ hay bậc thánh, đã có cái thấu hiểu thật tánh. Bởi vì kinh nghiệm này thì kéo dài và thức tỉnh, người ta không bao giờ có thể rơi lại vào trạng thái của một người bình thường. Từ “người bình thường” này áp dụng cho tất cả những ai chưa chứng ngộ thật tánh. Thế nên chúng ta có trạng thái không trở lại, bất thối chuyển, với con đường quán thấy này. Bây giờ với con đường tu tập, người ta tu tập hay trau dồi cái quán thấy này, người ta thiên định về nó để nó trở nên trùm khắp, và người ta đi qua những địa bồ tát. Với mỗi tiến bộ qua các địa,

người ta thoát bỏ một cấp độ ngăn chướng còn vi tế hơn, và có được những phẩm tính hơn. Khi người ta tiến bộ, mỗi bước là một bước không lui trở lại vào cấp độ thô nặng của sự vật đã được thoát bỏ. Thế nên người ta có thể thấy bỏ tất trong ba giai đoạn của không trở lại này.

## I. ÁP DỤNG SỰ BÌNH ĐẲNG CỦA SANH TỬ VÀ NIẾT BÀN

Chủ đề tiếp theo là về sự bình đẳng của cuộc sống và an vui, là hai tính chất của sanh tử và niết bàn. Khi chúng ta tiến bộ qua những con đường không thể đảo ngược, sẽ có một số dấu hiệu. Một trong những cái này là chúng ta sẽ thấu hiểu tính bình đẳng, tính như nhau của sanh tử và niết bàn. Tính như nhau này nghĩa là chúng cùng bản tánh. Trước con đường nối kết, rất quan trọng là làm việc trong cấp độ tương đối của sanh tử và niết bàn. Bao giờ người ta còn ở dưới ách mê lầm và kinh nghiệm nó, điều quan trọng bậc nhất là muốn thoát khỏi sanh tử khổ đau. Hướng vọng và làm việc cho niết bàn thoát khỏi khổ đau là rất quan trọng. Nhưng khi vượt khỏi móng vuốt của mê lầm, bấy giờ người ta cần biết rằng có một sự như nhau của biểu lộ sanh tử, nó là phương diện khổ đau của tâm, và của biểu lộ niết bàn an lạc. Chúng ta không nên

phóng chiếu trên sanh tử quá cứng chắc và bất động một sự khổ đau có thật và say mê niết bàn như là một vật tự thân. Phải hiểu chúng đều bình đẳng trong thật tánh của chúng.

Chúng ta có thể trở lại thí dụ làm sợi dây là con rắn. Rất cần nhận biết cái gì thực sự ở đó. Cần thiết là nhận biết khổ đau là do mê lầm và giải thoát là thấy sự thật. Nhưng khi quan tâm đến chính sợi dây, bấy giờ sự phóng chiếu của mê lầm và khổ đau từ đó và sự giải thoát về sau do thấu hiểu, tất cả đều là hư giả. Chúng không thực sự là một thành phần của thật tánh ở đó. Chúng đều là dính dáng với mê lầm và giải thoát khỏi mê lầm. Thế nên với những người cấp độ cao, những người bất thối chuyển, họ chứng ngộ sự như nhau của kinh nghiệm sanh tử và niết bàn. Khi chứng ngộ tính bình đẳng của sanh tử và niết bàn, bấy giờ người ta thấy tất cả hiện tượng là như mộng.

Bây giờ luận nói đến một nghi ngờ người ta có thể có về sự không thể tách lìa của sanh tử và niết bàn. Người ta có thể nghĩ, “Ồ, nếu chúng căn bản là cùng một thứ thì quan trọng gì phải cố gắng được giải thoát, thoát khỏi khổ đau, tịnh hóa nghiệp, và tu tập thiền định?” Người ta không cần áp ủ những nghi ngờ như vậy nếu người ta hiểu tương quan lẫn nhau giữa chân lý tương đối và chân lý tuyệt đối. Khi chúng ta nói về sự như nhau của bản tánh, chúng ta đang nhìn từ một quan điểm rất tuyệt đối. Chúng ta đang đi đến bản tánh sâu thẳm nhất của



những hiện tượng. Ở đó chúng ta nhìn vào cái đã luôn luôn hiện hữu và không bao giờ thôi hiện hữu. Dùng thí dụ sợi dây, chúng ta biết nó luôn luôn là một sợi dây. Ở cấp độ tương đối, chúng ta đang nhìn cái gì đang xảy ra qua mê lầm và làm sao thoát khỏi nó. Chúng ta đang nhìn chân lý tương đối và chân lý của cái đang xảy ra trên cấp độ tương đối của mê lầm: cần làm gì và làm thế nào. Lấy thí dụ sợi dây và con rắn, chúng ta sẽ thấy điều đó rõ ràng. Chỉ có sợi dây ở đó, và toàn bộ tiến trình mê lầm và giải thoát khỏi mê lầm xảy ra trên cấp độ tương đối, theo một chủ đề tương đối về sợi dây ấy. Chúng ta có thể loại bỏ sự sợ hãi của chúng ta bởi vì chẳng bao giờ có con rắn ở đó (trên cấp độ tối hậu). Chỉ bởi vì một mê lầm, ảo ảnh trên cấp độ tương đối cho là con rắn mà chúng ta có thể loại bỏ sự hãi của mình. Nếu nó thực là con rắn thì mọi sự sẽ hoàn toàn khác. Cũng như vậy khi chúng ta nhìn công việc của chúng ta trên lãnh vực tương đối của đời sống.

Sanh tử là ảo ảnh mê lầm mà chúng ta đã kinh nghiệm quá lâu. Nếu sanh tử là có thật, một hiện hữu độc lập, không chỉ trong liên hệ với chúng ta, thì rất khó, nếu có thể nói là không thể làm việc với nó khiến nó tiêu tan. Người ta sẽ phải thay đổi về mặt vật chất toàn bộ thế giới này để loại bỏ khổ đau. Nhưng sanh tử liên hệ với lối tiếp cận mê lầm của chúng ta nên đó là một tình huống rất dễ làm việc. Chân lý tương đối nghĩa là

làm việc với sự thật xảy ra trên cấp độ tương đối, sự mê lầm, những sản phẩm của mê lầm. Trong thế giới tương đối này, làm việc để tịnh hóa nghiệp là điều ý nghĩa nhất, điều này liên hệ với tiến trình của mê lầm ảo ảnh, bằng cách khai triển thiền định, là cái có năng lực loại bỏ mê lầm ấy. Nhưng cùng lúc, nếu người ta hiểu thấu cấp độ tuyệt đối và hiểu cái luôn luôn thực sự đã là nền cho tiến trình tương đối này, bấy giờ người ta sẽ thấy sự bình đẳng của sanh tử và niết bàn, sự biểu lộ của chúng là những sản phẩm của tâm. Thế nên hai cái ấy là một trong bản tánh của chúng. Điềm then chốt là không nghi ngờ hay tranh cãi sự vững chắc của công việc tương đối của chúng ta, bởi vì chúng ta hiểu mối tương quan tuyệt đối này.

## **J. ÁP DỤNG TỊNH HÓA NHỮNG THẾ GIỚI**

Điềm thứ mười là phần bao quát về tịnh hóa những thế giới. Thông thường những người bình thường dễ hướng đến cái tiêu cực, không tốt, hơn là những tính tốt, thế nên có sự ưu thắng của tham, sân, ghen ghét, kiêu căng, ngu si vân vân. Chỉ có một số ít những phẩm tính tốt như tình thương và lòng bi, nguyện vọng, chuyên cần vân vân. Khi tâm bên trong bị nhiễm độc, với một ít phẩm tính tốt, bấy giờ điều này khiến cho thế giới bên ngoài được kinh nghiệm là một nơi chôn rất

dơ bẩn. Cách thể giới bên ngoài xuất hiện gắn liền mật thiết với cách tâm bên trong bị điều kiện hóa. Thế nên tùy theo sự bị quy định và nghiệp của chúng sanh, họ tri giác thể giới và môi trường theo một cách nào đó. Những bồ tát thì khác bởi vì qua công việc trau dồi mọi phẩm tính tốt, họ xóa bỏ càng lúc càng nhiều mọi chất độc. Khi tâm bên trong của họ thanh tịnh, bấy giờ môi trường bên ngoài biểu lộ là rất thanh tịnh. Đây là nơi chúng ta kinh nghiệm những chiều kích thanh tịnh, những tịnh độ vân vân. Chúng ta hiểu qua sự thực hành của họ, những bồ tát ấy đang giúp tịnh hóa thể giới. Rõ ràng không phải là vấn đề thay đổi môi trường, nhưng là tu tập tâm của mình và của những chúng sanh khác và rồi qua hoạt động giúp đỡ những người khác tịnh hóa tâm họ. Dựa trên trạng thái tâm của chúng sanh, thể giới sẽ xuất hiện trong một cách khác. Thế nên nói tổng quát, những bồ tát đang tịnh hóa những thể giới.

## **K. ÁP DỤNG PHƯƠNG TIỆN THIỆN XẢO**

Phương tiện thiện xảo trong bối cảnh này là hiểu những loại hoạt động người ta cần đưa tâm và sự thực hành của mình đi vào. Đó là công việc hiểu bản tánh của những sự vật. Những phương tiện thiện xảo gồm chinh phục những chướng ngại, những ngăn chặn và những lực lượng xấu. Phương tiện thiện

xảo được khai triển để tăng trưởng những phẩm tính tốt của thực hành. Phương tiện thiện xảo được tu tập để giúp người ta nhanh chóng hoàn thành mục đích, để chúng ta có thể thực sự hữu ích cho những người khác và đưa họ đến trưởng thành.

Qua mười một điểm, bây giờ chúng ta đến chỗ cuối của phần chính thứ tư của cuốn sách, được gọi là chứng ngộ thực sự mọi phương diện.

## **CHƯƠNG 14: ÁP DỤNG KHI ĐẠT ĐẾN ĐỈNH**

### **CHỦ ĐỀ V. ÁP DỤNG KHI ĐẠT ĐẾN ĐỈNH**

Chủ đề chính thứ năm của cuốn sách được gọi là đỉnh, cực điểm, nó là phần của nhóm chủ đề thứ hai gọi là bốn áp dụng. Khi chúng ta áp dụng chính mình vào con đường và thực hành, chúng ta sẽ vượt qua một số giai đoạn cải thiện nào đó. Mỗi giai đoạn ấy có điểm cao nhất hay đỉnh của nó. Thế nên chúng ta thấy rằng con đường nối kết đến một đỉnh. Cũng thế, mỗi con đường có đỉnh của nó hay quả. Đây là tám chủ đề của những đỉnh này ở mỗi giai đoạn.

### **A. NHỮNG DẤU HIỆU CỦA SỰ ÁP DỤNG CỦA ĐỈNH**

Chủ đề nhỏ thứ nhất là những dấu hiệu đạt đến đỉnh trong con đường nối kết. Thứ nhất, chúng ta kinh nghiệm những sự vật của đời sống giống như một giấc mộng ban ngày. Cách liên hệ với sự vật này là dấu hiệu rằng thiên định của chúng ta về tánh Không phối hợp với một cái hiểu về mười hai liên kết

duyên sanh, đã chín đến một mức độ nào đó. Chúng ta sẽ hiểu thực sự mọi biểu lộ giống như một giấc mộng. Dấu hiệu khác của việc đến đỉnh, nhất là trên con đường nối kết, là người ta có một sự không thích đối với sự tự do cho riêng mình của Tiểu thừa, và không có khuynh hướng thích một trạng thái an lạc cho mình, bởi vì chúng ta quan tâm tới việc giúp đỡ người khác. Dấu hiệu khác của việc đạt đỉnh trên giai đoạn nối kết là người ta sẽ thực sự có những cái nhìn thấy Phật, thấy Phật mặt đối mặt. Có mười hai dấu hiệu đặc biệt của việc đạt đỉnh của con đường nối kết.

## **B. TĂNG TRƯỞNG CÔNG ĐỨC**

Dấu hiệu của việc đạt đỉnh là những phẩm tính tốt sanh khởi một cách rất mạnh mẽ. Đây đặc biệt là một kết quả của một tích tập công đức rất mạnh mẽ trong đời chúng ta. Một thí dụ là hãy tưởng tượng mọi người trong thế giới cúng dường Đức Phật. Đây là một cúng dường rất bao la, nhưng đây là phạm vi của công đức mà chúng ta có thể nghĩ đến khi chúng ta nghĩ đến công đức của một bồ tát. Có thể phát sanh những phẩm tính như vậy là một dấu hiệu của việc đã đạt đến cực điểm của con đường nối kết. Nhưng chúng ta phải thận trọng một chút, bởi vì con đường nối kết có bốn giai đoạn: âm, đỉnh,

kham nhẫn, và đạt đến chỗ cao nhất của thế gian. Đây là dấu hiệu của đạt đến chỗ chấm dứt của con đường nối kết, giai đoạn đạt đến chỗ cao nhất của thế gian.

### **C. VỮNG CHẮC**

Chủ đề thứ ba nói về sự chắc chắn, vững chắc. Ba chương đầu tiên của công trình này đề cập đến trí huệ của toàn giác, trí huệ của con đường, và trí huệ của nền tảng. Những bồ tát trên con đường nối kết này, có được một mức độ lớn ba lãnh vực trí huệ này. Họ hiểu những phẩm tính của kết quả, của con đường và của nền tảng. Nhờ hiểu sâu rộng về ba cái ấy, họ sẽ có thể giúp đỡ những người khác. Họ giúp đỡ những người khác không ngần ngại, bởi vì họ chứng ngộ phẩm tính của quả, con đường, và những phẩm tính và lời dạy căn bản có ở đó. Họ không thôi giúp đỡ người khác nhờ trí huệ ấy. Họ giúp đỡ những người khác mà không trộn lẫn với cái gì rất xấu. Nhờ đó, hoạt động của họ rất vững vàng chắc chắn, cắm rễ trong hiểu biết, và không ngần ngại.

### **D. SỰ AN TRỤ HOÀN HẢO CỦA TÂM**

Chủ đề thứ tư được gọi là nghỉ ngơi hoàn toàn của tâm hay an trụ hoàn hảo của tâm. Điều này đặc biệt liên hệ đến việc

có một năng lực Samadhi đáng kể. Ở giai đoạn này công đức người ta phát sanh lại được ví với số lượng công đức minh họa bằng vũ trụ. Trước hết chúng ta tưởng tượng tất cả công đức trong vũ trụ gồm bốn lục địa và tiểu lục địa. Tiếp theo chúng ta tưởng tượng tất cả công đức trong vũ trụ được tăng lên một ngàn lần. Rồi chúng ta tưởng tượng tất cả công đức trong đại vũ trụ này rộng ra một ngàn lần nữa. Rồi chúng ta tưởng tượng công đức của vũ trụ ấy rộng thêm một ngàn lần nữa. Khi chúng ta có một hình ảnh bao la của vũ trụ và số công đức của tất cả chúng sanh trong đó, điều đó cho chúng ta ý niệm về công đức mà những bồ tát ở giai đoạn ấy phát sanh. Lý do họ có thể phát sanh sự tốt đẹp như vậy là nhờ năng lực samadhi của họ. Samadhi này rất đáng kể và rất vững chắc. Nó cắm rễ vững chắc trong cái chân thật. Với một nền tảng như vậy trong hoạt động công đức, nó có thể mạnh mẽ như được diễn tả. Thế nên trong danh sách những chủ đề, chủ đề này được gọi là an trụ tâm thích đáng, và chìa khóa cho việc ấy là samadhi đáng kể mà họ có.

## **E. ÁP DỤNG ĐỈNH CỦA CON ĐƯỜNG QUÁN THÁY**

Bây giờ chúng ta muốn nhìn xem những phẩm tính đỉnh của con đường quán thấy. Chúng ta có thể nhìn điều này từ vài



góc độ.

## **1. CÁI PHẢI ĐƯỢC LOẠI BỎ**

Góc độ thứ nhất là xem cái chúng ta thoát khỏi trong con đường quán thấy. Điều này đặc biệt liên hệ với những che ám thuộc về hiểu biết. Trên con đường quán thấy và con đường tu tập, người ta liên tục làm việc loại bỏ ở mức độ vi tế hơn những che ám xúc cảm (phiền não chướng) và những che ám hiểu biết (sở tri chướng). Trên con đường tu tập chúng ta quan tâm những ngăn chặn kèm theo, nghĩa là những cái sanh khởi đồng thời với người ta. Sự sanh khởi đồng thời này nghĩa là chúng đồng thời có với chúng ta và không dựa vào một ảnh hưởng hay điều kiện ở bên ngoài. Khi nhìn vào những ngăn chặn khác nhau, chúng ta có thể thấy trước hết chúng ta có những phiền não chướng như tham, sân, kiêu căng, nghi ngờ. Chúng ta cũng có những sở tri chướng, đó là nghĩ những sự vật là thật có. Những ngăn chặn đồng thời có với chúng ta này không đến từ bên ngoài. Chúng là những cái bị quy định từ thời gian vô thủy. Đã từ rất lâu chúng ta đã quen thuộc với những thói quen xấu của suy nghĩ và cảm nhận ấy. Khi chúng ta sanh ra và lớn lên, chúng đã là phần của chúng ta, và chúng là cái chính mà sự thực hành tập chú vào trên con đường tu tập.

Còn cái chính được vất bỏ trên con đường quán thấy này là những thứ tạo tác của thức, chúng là những sản phẩm của sự bị điều kiện hóa của chúng ta, là những cái không có gốc rễ trong thực tế. Nói cách khác, chúng là những ý niệm và cảm nhận chúng ta đã sáng tạo ra, do cách chúng ta suy nghĩ trước kia, do cách chúng ta đã được huấn luyện, và rồi đặt tên cho thực tại và định nghĩa nó theo một cách nào đó, đến độ chúng ta đã tạo ra một sự giả tạo. Sự giả tạo này bao trùm nhiều sự vật. Nó bao trùm những tạo tác của thức, chúng sẽ tự nhiên rơi rụng khi có được cái thấy thấu suốt của con đường quán thấy. Nó bao trùm những nhiễm ô thuộc xúc cảm mà chúng ta đã tạo ra bằng cách suy nghĩ trước kia, và dựng lên những xúc cảm của chúng ta, cách chúng ta cảm nhận và cách chúng ta định nghĩa chính mình trong thế giới. Nó bao trùm sở tri chương là những ý tưởng giả tạo và cách liên hệ với những sự vật, với chân lý, với ý tưởng về cái tôi.... Một số lớn tiến trình tư tưởng vi tế được loại bỏ bởi giai đoạn quán thấy. Khi chúng ta có một tôn giáo hay một triết học là một cái được tạo tác, bấy giờ chúng ta điều kiện hóa chính mình để tin một số ý niệm nào đó. Những ý niệm này trở thành một phần của chúng ta. Cần tháo gỡ những ý niệm giả tạo và sai lầm này, nhất là những nghi ngờ về sự vật cho chúng là có thật. Những cái ấy rơi rụng ở con đường quán thấy.

Người ta cũng cần hiểu rằng trên con đường quán thấy, có sự tương quan lẫn nhau giữa những lỗi lầm được dẹp bỏ và sự chứng ngộ có được. Những cấu trúc giả tạo và những cái quy định sanh đồng thời này cần phải vứt bỏ. Ở mặt tích cực, cái chúng ta có được là phương diện trí huệ, là chứng ngộ. Thoát khỏi những ngăn chặn giả dối này thì trí huệ sanh. Qua sự sanh khởi của trí huệ chúng ta có thể thực sự thoát khỏi những giả tạo của thức trên con đường quán thấy. Trí huệ của con đường quán thấy sanh khởi do vượt thắng những ngăn chặn đồng thời sanh khiến cho trí huệ của con đường thiền định hay tu tập còn hiển lộ rõ ràng hơn bao giờ. Thế nên chúng nương tựa lẫn nhau, che chướng ít thì trí huệ nhiều, và ngược lại.

Ở đỉnh của con đường quán thấy, người ta thoát khỏi sự hiểu sai về bốn Chân lý Cao cả. Ở giai đoạn quán thấy, chúng ta không còn có những quan điểm méo mó về nghĩa của bốn Chân lý Cao cả, không còn có những nghi ngờ, do dự, chúng ta hiểu chúng rõ ràng. Về mặt sở tri chướng, chúng ta thoát khỏi ba luân ở con đường quán thấy.

Ở đỉnh của con đường quán thấy, chúng ta cũng loại bỏ bốn chủ đề đã bàn, quan niệm về nhận thức, quan niệm về người tri giác, niềm tin vào thực tại cụ thể, và niềm tin vào thực tại bên ngoài. Trước quan niệm về nhận thức này, chúng ta tin rằng thế giới bên ngoài là thực và hiện hữu về phần nó.

Rồi chúng ta đi vào con đường quán thấy và dần dần loại bỏ quan niệm sai lầm rằng chúng ta tách lìa với thực tại bên ngoài. Quan niệm tiếp theo về người tri giác dần dần bị loại bỏ bằng cách chứng ngộ rằng tâm bên trong tri giác thế giới này, người kinh nghiệm, cũng không hiện hữu như một vật. Ở điểm quán thấy, chúng ta thực sự phá vỡ để vượt qua, và cảm giác ăn sâu gốc rễ về một người tri giác vỡ tan.

Quan niệm đầu tiên về nhận thức có hai phần. Một phần được gọi là “phương diện đi vào” và phần kia là “phương diện ngược lại”. Phương diện đi vào là người ta có thể tiếp cận với thế giới bên ngoài như là cái làm chúng ta đi vào sanh tử. Phương diện ngược lại là thế giới bên ngoài được phối hợp với cái thoát ra khỏi sanh tử. Thế nên có hai cách liên hệ với thế giới bên ngoài được biểu hiện như là sanh tử, một cách đi vào nó như thế nào và một cách ra khỏi nó như thế nào. Hai ý niệm này là phần của con đường quán thấy phối hợp với quan niệm về nhận thức (thế giới bên ngoài).

Cũng có hai điều đối với nhận thức, đó là thế giới bên ngoài. Chừng nào còn ý niệm về một người tri giác, bấy giờ có hai lãnh vực cần được loại bỏ. Một là niềm tin vào một thực tại cụ thể, điều này khác biệt với ý niệm về người hay tâm tri giác như là một vật. Ở đây chúng ta đang nói đến ý niệm về một cái tâm hiện hữu trong các giác quan, với sự cứng chắc,

độc lập, có thể chất nào đó, được loại bỏ. Rồi một cái còn vi tế hơn, người ta loại bỏ niềm tin vào một thực tại bề ngoài, nơi thậm chí ý niệm về tâm hay người tri giác, chỉ như một ý niệm cũng được vứt bỏ. Chẳng hạn như xem phim hay truyền hình, người ta thấy một con voi. Trước hết người ta có thể vượt qua ý niệm rằng con voi là thật, nhưng còn vi tế hơn là hình ảnh tâm thức và quan niệm con voi, thậm chí chỉ là một con voi truyền hình, một con voi bề ngoài. Thế nên hai lãnh vực này liên quan đến một người tri giác, sự cứng chắc có thật của một người tri giác, và thậm chí niềm tin vào một thực tại bề ngoài chỉ của một người tri giác. Những thứ này đã được vượt qua ở con đường quán thấy.

## ***2. ÁP DỤNG THỰC TIỄN CỦA ĐỈNH***

Trong chương vừa rồi chúng ta đã nhìn những giai đoạn khác nhau được đạt đến trên con đường nối kết. Trong chương này chúng ta chủ yếu nhìn những cái cần loại bỏ trên con đường quán thấy. Có hai phương diện của con đường quán thấy: cái phải loại bỏ và cái phải chứng ngộ. Bây giờ chúng ta sẽ bắt đầu nhìn vào cái thực sự xảy ra trên con đường quán thấy về mặt hoàn thành và chứng ngộ.

Phẩm tính thứ nhất của đỉnh của con đường quán thấy là

cách sáu ba la mật hoàn toàn tương tác hỗ trợ nhau. Đây là chủ đề chúng ta đã chạm đến, một ba la mật được năm ba la mật kia hỗ trợ. Thế nên hành động thiện xảo của bồ tát trên con đường quán thấy này là sự hiện diện đồng thời của ba mươi sáu phạm trù ba la mật.

Có hai cách khác nhau mà hành giả Tiểu thừa và Đại thừa đi qua năm con đường. Trong con đường quán thấy của Tiểu thừa, điều xảy ra thì rất nhanh chóng. Chừng nào cái quán thấy khởi lên, hành giả Tiểu thừa tức thời đi vào con đường tu tập cái quán thấy ấy, sự tu tập này cốt ở chỉ thiền định, không có hậu thiền định. Khi những bồ tát khai triển cái quán thấy trên con đường quán thấy, việc ấy kéo dài. Thay vì đi chuyển tức thời vào con đường tu tập, những bồ tát đi vào hai loại định: định và hậu thiền định của định ấy. Định thực sự được gọi là định oai nghiêm như sư tử bởi vì khi người ta có cái quán thấy vào thật tánh, bấy giờ người ta cảm thấy một sự tự tin kinh khủng. Sự tự tin này được sánh như của một sư tử, không sợ bất cứ chúng sanh nào khác, chắc chắn về chính mình và khả năng và oai lực của mình. Bởi vì bồ tát có được cái quán thấy xác quyết, không thể sai lầm vào chân lý, bấy giờ ông hay bà ấy không còn lung lay bởi nghi ngờ, lo âu về sanh tử, hay về vô minh đối với chân tánh. Đó là sự tin cậy rất mạnh mẽ tự động đến với sự chứng ngộ. Đó là tính cách chủ đạo của

định. Hiệu quả sau đó của định này liên hệ với chân lý tương đối. Người ta chứng ngộ cách sự phát sanh xảy ra, đặc biệt mười hai duyên sanh tương thuộc. Người ta hiểu rất rõ ràng tiến trình mười hai duyên sanh của những tạo nghiệp khiến có những cấp độ khác nhau của tâm thức. Người ta thấu hiểu cái cách mà tình huống ấy tiến triển, và làm thế nào để đảo ngược tình huống ấy. Bằng cách vứt bỏ một khâu thì sự sanh khởi tiếp tục của chuỗi duyên sanh ấy tự động dừng lại. Nếu người ta có thể nhổ gốc vô minh ở lúc ban đầu, bấy giờ không thể có những tạo thành nghiệp và cũng không còn lại khâu nào. Thế nên người ta thấy tiến trình phát triển của sanh tử và thấy tiến trình của niết bàn, do đảo ngược tiến trình của sanh tử hay lia bỏ từng bước theo tiến trình ngược lại. Ngoài việc hiểu hiệu quả sau đó một cách tự động của samadhi này, người ta cũng có thể nhìn thấy bản tánh của sanh tử và niết bàn là cái vốn thoát khỏi sanh tử. Một cái là tiến trình đường một chiều, cái kia là tiến trình theo thứ tự đảo ngược. Điều này trở nên rất rõ ràng như hai mặt của đồng tiền, không cái nào hiện hữu tự nó mà lệ thuộc lẫn nhau, sự đảo ngược của mê lầm là thế nào, cái được gọi là niết bàn, và giải thoát, dựa vào sự kiện đã có một mê lầm lúc ban đầu. Người ta thấy sự tương thuộc tương đối của sanh tử và niết bàn.

## F. ĐỈNH CỦA CON ĐƯỜNG TU TẬP

Bây giờ chúng ta đến chỗ nhìn vào con đường tu tập, vẫn còn trong chủ đề đỉnh điểm với những dấu hiệu thành tựu của con đường này. Nói chung, điều chúng ta làm suốt con đường tu tập là làm việc trên cái chúng ta đã có được trên con đường quán thấy. Chúng ta đang tu tập, trau dồi nó và đưa nó đến chỗ viên mãn. Điều đó chủ yếu qua sự khai triển thiền định, nhất là người ta tập chú vào sự tiến bộ qua những giai đoạn khác nhau của thiền định (Skt. dhyana): dhyana có sắc, dhyana không có sắc, và rồi thiền định không có thiền định nào cả (không thiền định). Trước hết người ta cần hoàn thiện thiền (dhyana) thứ nhất, rồi chuyển đến thiền thứ hai, hoàn thiện xong thì chuyển đến thiền thứ ba và thiền thứ tư. Bốn thiền đầu tiên là những cấp độ nhập định với sắc. Rồi sau thiền thứ tư, người ta chuyển qua nhập định vô sắc thứ nhất. Khi đã hoàn thiện, đến nhập định vô sắc thứ hai, thứ ba và thứ tư. Cuối cùng người ta chuyển đến cái được gọi là “thiền định vô tâm”. Đã thực hành bằng cách đi đến chỗ cuối cùng của cái thứ nhất và rồi đến chỗ bắt đầu của cái thứ hai, bây giờ người ta có được sự mềm dẻo của tâm để có thể nhảy qua cái thứ nhất hay thứ hai, rồi phóng qua bốn cái đầu tiên, thứ năm, thứ sáu và trở lại thứ nhất, tất cả cho đến cái thứ tám. Ngoài việc có được năng lực có thể nhập vào cái này sau cái kia, một sự làm việc rất hiệu quả với thiền



đỉnh của mình, nên người ta có thể chuyển rất nhanh qua mọi trạng thái ấy dễ dàng thoải mái.

## **G. ĐỈNH CỦA SỰ VẮNG MẶT NHỮNG CHƯỚNG NGẠI**

Chủ đề tiếp theo đề cập đến sự vắng mặt những chướng ngại và điều này cũng liên quan với cái được gọi là samadhi như kim cương. Định như kim cương là rất đặc biệt và rất thần lực. Nó được gán cho danh hiệu này bởi vì nó thực sự xóa sạch bất kỳ chướng ngại nào còn lại đối với giác ngộ. Samadhi này thần lực đến độ không có cái gì có thể phá vỡ hay khuấy nhiễu nó. Không có phiền não chướng hay sở tri chướng dầu rất vi tế nào có thể làm hay động định như kim cương. Bằng cách an trụ trong định như kim cương, người ta phá tan năng lực của những chướng ngại và phá thấu qua những thói quen tâm thức rất đỗi khó loại bỏ, lâu dài và cực kỳ vi tế đã có. An trụ trong định như kim cương, những cái ấy tự động tan biến. Định này được ví như kim cương vì kim cương thì không thể phá vỡ và lại có thể xuyên thủng bất cứ chất nào khác. Chính định như kim cương cho phép sự chứng ngộ cuối cùng, chỉ bởi vì nó dẹp tan những chướng ngại còn sót.

## H. NHỮNG QUAN NIỆM SAI LẦM ĐƯỢC LOẠI BỎ

Từ đỉnh của con đường nối kết cho đến đỉnh như kim cương, nó là ngưỡng của giải thoát hoàn toàn, chúng ta có tự tin cực độ vì chúng ta thấy thật tánh của những hiện tượng. Nhờ tự tin này, chúng ta hoàn toàn không chao đảo bởi cái gì trái ngược với chân lý. Bởi vì chúng ta có tri giác thường trực về chân lý này, chúng ta có tin cậy lớn lao nơi nó, khiến nó không thể lay động đối mặt với bất kỳ chướng ngại nào hay những nghi ngờ của người khác. Sự tin cậy không lay chuyển này tạo ra bình an cắm rễ trong cái thấy chân thật. Nhờ vậy, người ta có bình an tự nhiên đối với những cái bề ngoài, với những chống đối của người khác hay những tình huống làm người ta lạc khỏi con đường của mình.

### Câu hỏi

*Câu hỏi:* Cái gì là sự khác biệt giữa những từ “samadhi không khái niệm” và “thiền định về tánh Không”, và “an trụ hay thiền định vượt khỏi ba luân”?

*Rinpoche:* Có một sự khác biệt giữa ba từ này. Khi chúng ta nói đến samadhi không khái niệm, chúng ta chủ yếu ám chỉ thiền định samadhi khi tâm ở yên trong một trạng thái an

bình và bình đẳng lớn lao. Trong trạng thái ấy những tư tưởng không sanh khởi nhiều khiến tâm ở trong bình an không có tư tưởng. Chúng ta không quan tâm hoặc có một tỉnh giác về thật tánh hay không, hoặc người ta có thực sự thấu hiểu tánh Không hay không. Chúng ta chỉ nói về bình an hay thoát khỏi năng lực quấy rối của khái niệm.

Khi chúng ta dùng từ “*thiền định về tánh Không*” chúng ta đang nói về sự chứng ngộ thật tánh của những hiện tượng. Điều đó nghĩa là qua phân tích và thâm nhập trực tiếp, người ta vào được thật tánh của những sự vật, tri giác những sự vật hiện hữu đích thực như thế nào thay vì chúng có vẻ như thế nào. Khi nói về “*thiền định về tánh Không*”, đó là thiền định về tánh Không hay sự vắng mặt của những tướng được phóng chiếu trước đó.

Khi chúng ta nói về “*thiền định vượt khỏi ba luân*”, hay vượt khỏi ba ý niệm người làm, sự làm, và cái được làm. Từ này chủ yếu nói đến hậu thiền định, trong đó người ta tu tập những ba la mật. Thế thì trong hậu thiền định, khi thực hành rộng lượng, người ta làm bố thí mà không có ý niệm một người cho, có người nhận, và cái được cho. Khi thực hành giữ giới, người ta làm mà không có sự làm đông cứng người giữ giới, giới được giữ và hành động giữ. Thật vậy, khi chúng ta nói về

“thiền định về tánh Không”, điều đó liên hệ hơn với thiền định thực sự, sự thâm nhập vào thật tánh và an trụ vượt khỏi ba luân với hậu thiền định.

*Câu hỏi:* Có một tương đương với bốn giai đoạn được đề cập trong hệ thống đại ấn, những giai đoạn nhất tâm, giải thoát khỏi khái niệm, một vị, và không thiền định, và hệ thống cổ điển với năm con đường trong Đại thừa?

**Rinpoche:** Quả thật có một sự tương đương. Khi phân tích bốn giai đoạn của đại ấn, chúng ta thấy có ba giai đoạn nhỏ trong mỗi cái, như cái đầu tiên nhất tâm, thì có những giai đoạn kém, trung bình và lớn hơn. Trong giai đoạn sau là giải thoát khỏi khái niệm, cũng có ba cái kém, trung bình, và lớn hơn.... Chúng ta có mười hai cấp độ như vậy, đôi khi gọi là mười hai yoga của đại ấn.

Giai đoạn thứ nhất của nhất tâm ám chỉ chủ yếu thiền định an tĩnh nhất tâm. Hai giai đoạn kém và trung bình của nhất tâm thì nhiều hay ít liên hệ với con đường tích tập. Giai đoạn nhất tâm lớn hơn liên kết nhiều hơn với con đường nối kết, bởi vì người ta nối kết với thật nghĩa. Giai đoạn đại ấn thứ hai giải thoát khỏi khái niệm thì liên kết với con đường quán thấy. Giai đoạn này vượt khỏi khái niệm nghĩa là trước hết người ta đã khai triển năng lực shamatha, và rồi qua thiền định an

tĩnh ấy người ta khai triển vipashyana. Nhờ cái quán thấy ấy của vipashyana, người ta chứng ngộ thật tánh, việc này tương đương với con đường quán thấy.

Giai đoạn đại ấn thứ ba một vị tương đương với con đường tu tập và bốn giai đoạn không thiền định tương đương với con đường thứ năm không học nữa. Giai đoạn một vị tương đương với địa thứ hai cho đến địa thứ bảy của bồ tát. Địa thứ tám tương đương cấp kém của không thiền định. Địa thứ chín và thứ mười tương đương cấp độ trung bình của không thiền định. Bây giờ trạng thái Phật quả là cái cao nhất của cấp độ không thiền định.

Khi người ta đạt đến giai đoạn thứ mười hai, giai đoạn cao nhất của không thiền định qua thực hành đại ấn, bấy giờ những phẩm tính của tâm mà người ta thành tựu thì giống như của Phật quả, thành tựu qua con đường Đại thừa cổ điển và lâu dài. Nhưng những phẩm tính của ngữ và thân không hoàn toàn như nhau. Đây là bởi vì khi người ta đi con đường Đại thừa bình thường nhiều kiếp không dứt, người ta tái sanh trở đi trở lại và phát sanh công đức. Đây là một sự việc cực kỳ đầy năng lực, cho dù là một tiến trình lâu dài hơn. Trong tiến trình lâu dài ấy người ta tích tập công đức bao la khiến cuối cùng những phẩm tính của ngữ và thân trở thành ba mươi hai tướng

tốt và tám mươi dấu hiệu của một vị Phật. Khi người ta đi qua con đường rất nhanh chóng và sâu thẳm của Đại thừa, người ta sẽ không nhất thiết có những cái ấy. Nếu nhìn cuộc đời của Milarepa hay cuộc đời của Gampopa, các vị không biểu lộ ba mươi hai tướng tốt và tám mươi dấu hiệu như Phật Thích Ca Mâu Ni. Điều này bởi vì, chẳng hạn, Milarepa đã sanh vào một thân thể bình thường và ngài rất nhanh chóng hoàn thiện đại ẩn, khiến những phẩm tính chứng ngộ của tâm chính xác là như nhau, nhưng những phẩm tính của thân và ngữ biểu lộ cho những người khác thì không là như nhau.

## **CHƯƠNG 15:**

# **ÁP DỤNG THEO THỨ TỰ NHỮNG GIAI ĐOẠN CỦA CON ĐƯỜNG BỒ TÁT**

## **CHỦ ĐỀ VI. ÁP DỤNG THEO THỨ LỚP NHỮNG GIAI ĐOẠN CỦA CON ĐƯỜNG BỒ TÁT**

Trong nghiên cứu Bát nhã ba la mật của chúng ta, chúng ta chuyển qua chủ đề chính thứ sáu của cuốn sách. Các bạn nhớ chủ đề thứ tư đến chủ đề chánh thứ tám của cuốn sách là bốn chủ đề về áp dụng. Chủ đề thứ sáu này nói về áp dụng theo thứ lớp cho thực hành bồ tát và chứa đựng mười ba giai đoạn.

Chúng ta đã thấy trong hai chủ đề trước nói về áp dụng cho chúng ngộ thực sự và đỉnh của mỗi con đường liên hệ với con đường một Bồ tát thực sự đi để khai triển và sự thực hành của vị ấy. Chủ đề thứ sáu này sẽ chỉ cho chúng ta họ tự áp dụng theo thứ lớp như thế nào. Một cách căn bản chúng ta nghĩ đến hai loại hành giả. Có những hành giả khả năng chậm lụt và họ cần đi từng bước qua mười ba giai đoạn này. Rồi có

những hành giả khả năng bén nhạy được gọi là những người học trong một khoảnh khắc sẽ được bàn trong chương kế tiếp. Chúng ta sẽ thấy những bước khai triển này có thể được áp dụng trong một khoảnh khắc như thế nào.

## A – F. SÁU BA LA MẬT

Sáu giai đoạn thứ nhất trong chương nói về sáu ba la mật bổ thí, trì giới, kham nhẫn, tinh tấn, thiền định và trí huệ bát nhã. Chúng tạo thành sáu chủ đề nhỏ đầu tiên, và đã được bàn rộng ở trước.

## G. CHÁNH NIỆM VỀ PHẬT

Tiếp theo là chánh niệm (TT.*trenpa*) đặc biệt về Tam Bảo. Chánh niệm thứ nhất là chánh niệm về Phật. Chúng ta cần luôn luôn nhớ trong tâm bậc hoàn thiện nhất, Đức Phật, để cho khi chúng ta đang thực hành chúng ta nghĩ rằng bất cứ điều gì chúng ta làm thì Đức Phật, bậc toàn giác, biết trọn vẹn điều chúng ta đang làm. Thế nên chúng ta cần luôn luôn thực hành cái rất tốt, và cảm thấy Đức Phật biết tất cả việc ấy. Sự thực hành các ba la mật của chúng ta trở thành một cúng dường



chúng ta dâng cho Đức Phật toàn giác và hoàn hảo. Nếu chúng ta làm ra những lỗi lầm và trở nên lười biếng hay không chú tâm, chúng ta cũng cần chánh niệm đến Đức Phật và sự toàn giác của ngài và cảm thấy hối tiếc. Bây giờ chúng ta cần áp dụng nỗ lực để loại bỏ hành động ấy khỏi hiện thể chúng ta. Thế nên điểm này là giữ gìn sự toàn giác của Phật luôn luôn trong lòng và trong đời sống của chúng ta.

## **H. CHÁNH NIỆM VỀ PHÁP**

Chánh niệm tiếp theo là chánh niệm về pháp. Chánh niệm về pháp nghĩa là luôn luôn có trong tâm mình một tỉnh giác về giá trị của pháp. Nghĩ rằng pháp Đức Phật dạy có thể đưa chúng ta đạt đến trạng thái giải thoát trọn vẹn và toàn giác khiến chúng ta chấm dứt khổ đau của sanh tử. Pháp sẽ cho chúng ta những phương tiện đích thực để cứu giúp tất cả chúng sanh. Thế nên chúng ta giữ nó luôn luôn trong tâm và pháp cũng chỉ ra cái gì tốt để làm và cái gì vô ích và tai hại. Thế nên có một chánh niệm thường hằng về pháp sẽ cho chúng ta biết cần khai triển điều này, trừ bỏ điều vô ích.

## I. CHÁNH NIỆM VỀ TĂNG

Chánh niệm thứ ba là về tăng. Điều này nghĩa là biết giá trị lớn lao của tăng đoàn thánh trong đời mình. Tăng đoàn thánh là những người bạn và người hướng dẫn của chúng ta, giúp chúng ta vào những con đường hoàn hảo và tiến bộ từ giai đoạn tích tập đến những giai đoạn nối kết, quán thấy, tu tập, và cuối cùng đến giải thoát trọn vẹn. Các ngài có thể làm điều này bởi vì tăng đoàn thánh có trí huệ và những phẩm tính của từ bỏ và chứng ngộ. Những chánh niệm về Tam Bảo này là từ quan điểm của quả. Bây giờ có ba chánh niệm từ quan điểm của nhân.

## J. CHÁNH NIỆM VỀ GIỚI HẠNH

Chánh niệm tiếp theo là về giới hạnh. Bằng cách thường xuyên mang trong tâm sự cần thiết và giá trị của giới hạnh mà chúng ta từ bỏ các việc cần loại bỏ khỏi cuộc đời chúng ta. Bằng cách tỉnh biết mười nghiệp thiện và mười nghiệp bất thiện cần phải bỏ mà người ta sẽ hành động một cách thích đáng, cả thân thể và lời nói. Người ta cũng biết rằng người ta sẽ không tạo nghiệp xấu nữa, và do đó sẽ đạt đến những kết quả rất cao. Nó là cái rất trọng yếu cho thực hành của chúng

ta, và người ta cần giữ sự tỉnh biết về nghĩa của giới hạnh được có mặt, rất sống động mọi lúc.

## **L. CHÁNH NIỆM VỀ CHO**

Tiếp theo là chánh niệm về bố thí. Điều này nghĩa là giữ gìn trong tâm mọi lúc sự lợi ích của những người khác. Có ba loại để giúp đỡ: cho vật chất, cho giáo pháp và cho sự bảo vệ khỏi sự sợ hãi. Mong muốn chúng sanh thoát khỏi khổ đau, người ta giữ trong tâm luôn luôn nỗ lực vì lợi lạc cho những người khác theo cách này.

## **M. CHÁNH NIỆM TRẠNG THÁI CHƯ THIÊN**

Chánh niệm thứ sáu là về chư thiên. Dĩ nhiên quả tối hậu là thành tựu Phật quả và có được Tam Bảo. Những cái này là đề mục của ba chánh niệm đầu tiên. Nhưng từ bây giờ đến sự chứng đắc giải thoát cuối cùng, bởi vì chúng ta hành động trong một cách tốt đẹp và luôn luôn cố gắng tốt hơn và vi tế hơn, bấy giờ những kết quả rất tốt sẽ đến từ đó, và đời này qua đời khác, chúng ta sẽ có những tái sanh rất tốt, trong hình thức con người hay chư thiên, và đó là một việc rất lợi lạc, thế nên

chánh niệm chư thiên, và đó là một việc rất lợi lạc, thế nên chánh niệm chư thiên là tỉnh giác về một trạng thái tốt đẹp và tạm thời, nó như một sự thành quả của sự thực hành của chúng ta giữa bây giờ và giải thoát sau cùng.

## **N. THẬT TÁNH CỦA NHỮNG HIỆN TƯỢNG**

Chúng ta đã có những giai đoạn của sáu ba la mật và sáu chánh niệm, bây giờ giai đoạn cuối cùng là chúng ngộ thật tánh. Với điều đó và mười hai cái khác, chúng ta thấy mười hai điều chính để quán tưởng trong chương này liên hệ với sự áp dụng tiệm tiến.

## **CHƯƠNG 16: NHỮNG HÀNH GIẢ TỨC THỜI**

### **CHỦ ĐỀ VII. ÁP DỤNG TỨC THỜI**

Chủ đề chánh thứ bảy của Hiện quán Trang nghiêm luận nói về áp dụng thứ tư gọi là áp dụng tức thời. Trong chương trước chúng ta đã thấy rằng những cá nhân khả năng kém có thể tiến bộ theo thứ lớp qua bố thí, trì giới, kham nhẫn... để đến chứng ngộ. Tuy nhiên, nếu chúng ta có thể thực hành trong một lối hoàn toàn không ô nhiễm, thực hành cái được gọi là sáu ba la mật không ô nhiễm, bấy giờ trong một khoảnh khắc, chúng ta có thể chứng ngộ tất cả chúng. Một khi chúng đã được điều phục dần dần bởi người rất cao cấp, bấy giờ trong một khoảnh khắc, chúng đều hiện tiền.

Một thí dụ của chứng ngộ tức thời là một bánh xe quay nước. Bạn có một bánh xe rất lớn với những cái xô nước móc quanh. Bằng cử chỉ động một bánh xe, tất cả phần của bánh xe được chuyển động và nước được kéo. Điều này chỉ cho thấy một phần bị đẩy thì mọi cái khác cũng chuyển động và hoàn

thành công việc. Thế nên bằng cách vận hành một phần của cái thiện, tất cả mọi ba la mật và những phẩm tính thiện khác sẽ được biểu lộ, và sẽ được phát triển và tiến bộ.

Chúng ta có thể hiểu cái xảy ra trong hai sự tích tập. Khi người ta đạt đến trạng thái sáng tỏ của hành động, bấy giờ khi người ta chỉ làm một hành động công đức, người ta làm một điều gì gom góp sự tích tập công đức, bấy giờ qua năng lực của việc ấy, có rất nhiều công đức khác tự động cùng đến. Đặc biệt khi người ta khai triển sự thấu hiểu, sẽ có rất nhiều trí huệ khác đột khởi đồng thời. Khi chúng ta mở tỉnh giác của chúng ta và hòa nhập Bát nhã ba la mật đa vào tâm, bấy giờ chúng ta chạm đến dây thần kinh trung ương của hiện hữu chúng ta bởi vì Bát nhã ba la mật làm việc nơi gốc rễ sâu nhất của mọi vấn đề. Gốc rễ của mọi rắc rối là vô minh, và vô minh gây ra những nhiễm ô, cũng như những che ám khác nhau đối với hiểu biết, như giả lập một đối tượng, cảm giác có một chủ thể, sự làm cứng đặc thực tại và niềm tin vào thực tại bề ngoài. Bằng cách làm việc với Bát nhã ba la mật, hãy nhổ gốc rễ mọi rắc rối này. Khi nhổ gốc rễ của những rắc rối ấy, bấy giờ nhiều phẩm tính của trí huệ sẽ khởi lên. Như vậy khi làm việc với Bát nhã ba la mật để loại bỏ năm chướng ngại này, chúng ta sẽ tự động biểu lộ *năm trí huệ* bởi những khả năng sắc bén chúng ta có thể làm việc trên vô minh của chúng ta và nhiều trí huệ

sẽ tự động đột khởi. Nếu chúng ta chuyên tâm vào công đức thì chỉ cần làm một cái, một trào vọt kinh khủng của công đức sẽ xảy ra. Mọi cái ấy xảy ra đồng thời. Tất cả sẽ hiện tiền một cách rất tự nhiên trong một hành động.

## A. SỰ TÍCH TẬP CÔNG ĐỨC

Điểm then chốt thứ nhất được tập trung vào sự sản sanh tức thời của công đức, nghĩa là làm sao một công đức sản sanh nhiều công đức một cách đồng thời. Điểm thứ hai là như thế nào trong sự tích tập trí huệ, sự khai triển của trí huệ có thể đem đến một khai mở nhiều loại trí huệ khác. Trong điểm thứ ba là sự sản sanh tức thời và đồng thời công đức và trí huệ. Chúng ta hiểu một hành động có thể thúc đẩy một cách rất rộng rãi cả hai sự tích tập. Chẳng hạn, nếu thực hành bố thí tốt, nó gồm chứa tất cả năm ba la mật kia. Thế nên, khi thực hành bố thí đúng đắn, nó được nâng cấp bởi trì giới, kham nhẫn vân vân.

## B. SỰ TÍCH TẬP TRÍ HUỆ

Cùng lúc thực hành đồng thời sáu ba la mật hay thậm chí

ba mươi sáu phần nhỏ, chúng ta cũng làm điều đó trong ánh sáng của trí huệ, nghĩa là chúng ta biết cái đang xảy ra thì vượt khỏi ba luân. Chúng ta biết rằng sự thực hành những ba la mật ấy xảy ra giống như một giấc mộng. Cái đang xảy ra không phải là cái gì có hiện hữu thật một cách rõ ràng.

### **C. SỰ ĐỒNG THỜI CỦA HAI TÍCH TẬP**

Vì thế trong một hành động, như bố thí, được hoàn thiện trong sáu ba la mật và cùng lúc, sáu ba la mật hòa hợp với sự khai triển của công đức, và cùng lúc, trong cùng khoảnh khắc, người ta hoàn thiện trí huệ của mình, tích tập trí huệ qua loại thấu hiểu ấy. Chính tính đồng thời ấy mà hai sự tích tập là chủ đề then chốt thứ ba.

### **D. SỰ ĐỒNG THỜI CỦA NHỮNG SỰ VẬT LÀ THỂ NÀO VÀ CHÚNG XUẤT HIỆN THỂ NÀO**

Qua trí huệ người ta hiểu sự thực hành hay cách sự vật biểu lộ như một giấc mộng là thể nào. Nhưng trong đời thường có một giai đoạn mộng rõ ràng và một trạng thái thức rõ ràng, và có một khác biệt nào đó giữa hai cái. Điều những bồ tát



chứng ngộ là cách sự vật xuất hiện và cách sự vật thực sự hiện hữu thì không phải là hai cái tách biệt, thế nên họ kinh nghiệm trong một khoảnh khắc không có sự khác biệt nào giữa cách sự vật và những biểu lộ của thế giới tương đối giống như một giấc mộng, và cách sự vật thực sự là, nó là thật tánh. Nhưng những bờ tát không phân biệt giữa hai cái này. Họ thấy hai cái ấy hoàn toàn là một, nhưng đồng thời họ không mê lầm. Họ biết rằng thế giới tương đối biểu lộ như thế giới tương đối và cái tuyệt đối biểu lộ như cái tuyệt đối. Biết hai cái này là gì và biết chúng hoàn toàn không thể tách lìa là một điểm rất vi tế.

Điều này đưa chúng ta đến chỗ chấm dứt của chương thứ bảy. Chúng ta đã nhìn sự áp dụng theo thứ lớp và áp dụng tức thời.

## **CHƯƠNG 17: BA THÂN**

### **CHỦ ĐỀ VIII. PHÁP THÂN**

Hiệu quả cuối cùng của việc thực hành những con đường và Bát nhã ba la mật là đạt pháp thân. Trong pháp thân, chúng ta thực sự thấy bốn thân: svabhavikakaya (tự tánh thân), jnanadharmakaya (trí huệ pháp thân), sambhogakaya (báo thân), và nirmanakaya (hóa thân). Chúng ta nghiên cứu bốn phương diện của quả chính yếu, cùng với năm trí huệ sâu xa hay năm jnana của chư Phật, chúng cũng là quả, gắn liền nội tại trong các thân. Năm trí huệ là trí huệ pháp giới, trí huệ như tấm gương, trí huệ của bình đẳng, trí huệ phân biệt, và trí huệ của hoàn thành.

Ba trí huệ đầu – pháp giới, như tấm gương, và bình đẳng là trí huệ về bản chất đồng nhất. Trí huệ phân biệt thứ tư và trí huệ hoàn thành thứ năm chủ yếu liên hệ với trí huệ của sai khác. Trí huệ thấy đúng như vậy là bản tánh của mọi sự và trí huệ thấy sự vật như chúng biểu lộ. Qua những thân và những

trí huệ, bấy giờ có lợi lạc đầy đủ cho mình và cho những người khác. Điều này có nghĩa không có gì có thể làm cho chính mình mà có thể tốt hơn nữa, không có gì có thể giúp đỡ người khác tốt hơn nữa. Tự tánh thân và trí huệ pháp thân liên hệ với lợi lạc của chính mình, và báo thân và hóa thân liên hệ với lợi lạc cho những người khác.

### ***Các Thân***

Từ *kaya* nghĩa đen là “thân”, nhưng nó có nghĩa nhiều hơn, tức là những chiều kích của Phật quả. Thân thứ nhất là thân tinh túy hay svabhavikakaya. “Svabhavikakaya” nghĩa là “tinh túy sâu thẳm nhất”, nó chỉ cho chúng ta Phật quả. Tự tánh thân đưa chúng ta đến giải thoát, nó là sự hòa nhập với tinh túy sâu thẳm nhất của mọi sự, thật tánh của mọi sự trong vũ trụ. Sự hòa nhập này không giống như cái trống không lớn lao nào đó không có phẩm tính hiểu biết. Nó có sự sáng tỏ cực kỳ và trí huệ, và như chúng ta đã thấy, nó có năm trí huệ. Nó là cái gì rất sống động. Đó là cái chúng ta đang nói đến, về chính Đức Phật, khi chúng ta dùng từ trí huệ pháp thân (jnana dharmakaya). Dĩ nhiên, “pháp” trong tiếng Anh thì sát với nghĩa cái cốt lõi hay tinh túy cốt lõi của mọi sự, nó là trí huệ.

Khi chúng ta nói đến thân tinh túy, chúng ta đang nói an trụ, ở yên trong tinh túy sâu thẳm nhất. Khi chúng ta nói về pháp thân, chúng ta đang nhìn vào bản tánh của tinh túy này về mặt trí huệ của nó. Hai thân này là cái cao nhất mà người ta có thể hoàn thành cho chính mình. Những người khác chưa đạt đến trạng thái đó không thể hiểu nó. Nó vượt khỏi phạm vi tỉnh giác của họ. Họ cần cái gì về hình tướng để liên hệ, để hiểu biết nghĩa của Phật quả. Thế nên chúng ta có hai thân khác, chúng là cách mà trạng thái Phật quả biểu lộ với những tâm chưa đạt đến mức độ thanh tịnh này. Thế nên bây giờ chúng ta có báo thân, nghĩa là phương diện thưởng thức hưởng thụ. Hưởng thụ này không có nghĩa hưởng thụ theo giác quan, mà có nghĩa từ nguyên là sử dụng hay đi vào cái gì, đây là phương diện biểu lộ hoàn hảo của Phật quả. Đó là cái được các bậc rất thanh tịnh kinh nghiệm, các đại bồ tát. Bây giờ có hóa thân, phương diện lưu xuất, và cái này được kinh nghiệm bởi những người kém thanh tịnh. Thế nên hai cái sau là cái rất tốt nhất để giúp đỡ những người khác.

## A. THÂN TINH TÚY

Thân tinh túy, svabhavikakaya là phương diện rất tinh túy của mọi sự, bản tánh thâm sâu nhất của mọi sự. Bản tánh này

hoàn toàn không thể phân chia, luôn luôn có ở đó, nó tự thân bất động và bao giờ cũng hiện tiền khắp nơi: Nói thân tinh túy là phần của Phật quả vì khi đạt đến Phật quả người ta trở lại với một hòa nhập với trạng thái ấy, vì không thể biết nó qua sản phẩm của vô minh và vọng tưởng, và bởi vì khi trở lại nó, bấy giờ nó được nói đến như là một phương diện của Phật quả, dù nó luôn luôn ở đó. Điều xảy ra là trước tiên người ta không biết tinh túy ấy luôn luôn hiện diện ở đó, và họ phát sanh những vọng tưởng, và những sản phẩm của chúng dệt nên tấm lưới sanh tử.... Cuối cùng qua thực hành, người ta loại bỏ hết vọng tưởng mê lầm và vô minh, bấy giờ người ta thấy tinh túy ấy đúng như nó là, như nó luôn luôn đã là. Đây là điều chúng ta đang nói khi chúng ta nói đến phương diện tinh túy hay thân tinh túy của Phật.

## **B. TRÍ HUỆ PHÁP THÂN**

Phương diện trí huệ của pháp thân là jnana dharmakaya trong bản luận. Pháp thân có thể giải thích theo nhiều cách khác nhau. Trong Uttarantra có một giải thích rất chi tiết về pháp thân, nhắm đến một số phẩm tính, chẳng hạn, mười lục, bốn không sợ hãi, mười tám phẩm tính riêng, thành ba mươi hai phẩm tính. Trong Bát nhã ba la mật, có một số giải thích

thậm chí rộng hơn với hai mươi một phẩm tính. Chẳng hạn mười lục của Phật làm thành một điểm. Bốn không sợ hãi thành một điểm. Mười tám phẩm tính không chung thành một điểm khác và có mười tám điểm khác nhau để giúp chúng ta hiểu pháp thân và những phẩm tính của nó.

Trong hai mươi một điểm của trí huệ pháp thân chúng ta thấy những phẩm tính của Phật và thấy có trí huệ. Hai mươi một lãnh vực của hiểu biết này có thể gồm lại trong hai lãnh vực chính: trí huệ vốn có nơi bản thân Phật quả và đại từ bi vốn có trong Phật quả. Qua trí huệ của Phật quả và từ bi được khai triển mạnh mẽ trên con đường, nên có nhiều phương tiện thiện xảo để cứu giúp chúng sanh. Điều này cho chúng ta hai lãnh vực chính qua đó chúng ta phân tích cái gì xảy ra trong pháp thân ở Phật quả.

Sự hoạt động của chư Phật thì hoàn toàn tự nhiên không có cố gắng. Hoạt động của Phật thì hiện hành liên tục, nhưng không có nghĩa là ai cũng được lợi lạc trong mọi thời. Nhận được lợi lạc từ hoạt động của Phật thì tùy theo sự mở lòng, hoàn cảnh nghiệp của người ta. Hoạt động Phật giống như trận mưa từ một đám mây lớn, những hạt mưa luôn luôn có. Nếu có một hạt giống dưới đất, nó có thể nảy mầm lớn lên và có quả. Nhưng nếu hạt giống nằm trên đá, nó không thể mọc lên.

Con mưa có thể rơi hàng trăm năm, vẫn không có gì mọc lên từ đó. Thế nên người ta cần biết rằng hoạt động của Phật thì không dừng, nhưng cái làm cho nó hiệu quả nhiều hay ít là sự sẵn sàng đón nhận của người ta.

### *Những Sắc thân*

Bốn thân là tự tánh thân, trí huệ pháp thân, báo thân và hóa thân. Tự tánh thân là phương diện của tinh túy sâu thẳm của pháp thân và cái thứ hai là trí huệ pháp thân. Bây giờ chúng ta sẽ nhìn xem hai thân hay hai phương diện của Phật quả. Hai cái sau này là những sắc thân, bởi vì chúng tự biểu lộ trong sắc tướng. Thế nên chúng ta có pháp thân và các sắc thân.

Các sắc thân là báo thân và hóa thân. Chúng được gọi là những sắc thân bởi vì chúng biểu hiện theo cách nào đó để giúp đỡ chúng sanh khác. Chúng có thể được thấy, được nghe, được hiểu, chúng là cái có thể thông tin những phẩm tính của Phật quả. Chư Phật biểu lộ trong những cõi sắc để truyền thông pháp cho những chúng sanh ở mọi cấp độ hiểu biết. Khả năng có thể biểu lộ, hoạt động Phật này, là phần của Phật quả. Một trong những phẩm tính của Phật quả là có thể biểu lộ mọi phẩm tính sắc tướng của Phật. Như Phật quả có

thể biểu lộ hoạt động, thế nên từ Phật quả có sự biểu lộ trong những cấp độ tương đối của tâm chúng sanh, gây cảm hứng cho họ đạt đến chứng ngộ cao nhất.

Biểu lộ sắc tướng của Phật được xác định bởi bản chất của người kinh nghiệm Phật. Khi những bồ tát đã đạt đến những cấp độ chứng ngộ rất sâu, những vị chúng ta gọi là đại bồ tát đã tịnh hóa những cấp độ thô của nghiệp, nhờ đó tri giác của họ rất thanh tịnh và rộng mở. Họ tri giác Phật trong một cách rất thanh tịnh trong báo thân hay phương diện biểu lộ rất hoàn hảo. Thứ hai, dầu chúng sanh không thanh tịnh, chưa đạt đến con đường quán thấy, có thể kinh nghiệm Phật nếu nghiệp của họ đủ tốt. Họ thấy Phật trong một hình thức xuất hiện trong thực tại của họ. Nó được lưu xuất từ báo thân nên chúng ta gọi nó là phương diện lưu xuất hay hóa thân. Dù những người bất tịnh cũng có thể gặp Phật nếu đủ phước, và có thể nhận những lời dạy pháp từ phương diện ấy. Thế nên chúng ta có hai lãnh vực của những biểu lộ sắc tướng, báo thân cho những bồ tát chứng ngộ cao, và hóa thân, đặc biệt *hóa thân tối cao*, cho người bình thường.



## C. BÁO THÂN

Sắc tướng báo thân, biểu lộ cho những bồ tát, là kết quả của mọi việc làm trước kia của Phật khi ở trên con đường đến Phật quả. Trong sự tiến hóa lâu dài trải qua nhiều kiếp ấy, trước khi thành Phật, vị ấy đã khai triển một động cơ rất cao cả và thanh tịnh. Ngài hoàn thiện rất nhiều công đức và hoạt động sâu rộng trong những đời trước để có thể biểu lộ sắc tướng rạng rỡ của báo thân. Báo thân có ba mươi hai tướng tốt chính, như đánh trên đầu, bánh xe pháp nơi bàn chân vân vân. Tất cả chúng là những dấu hiệu đã hoàn thiện những phẩm tính trên suốt con đường. Ngoài ba mươi hai tướng chính, còn có tám mươi tướng phụ. Những tướng phụ này chi tiết hơn, những tính chất đặc biệt chỉ có nơi một vị Phật, chúng là kết quả của sự thực hành thiện nghiệp trước kia. Báo thân là tuyệt hảo nhất, nhưng người ta cũng cần biết rằng hóa thân tối cao cũng biểu lộ ba mươi hai tướng chính và tám mươi tướng phụ này. Người ta cũng cần biết bởi vì xảy ra trên cấp độ ấy nên kinh nghiệm báo thân là tuyệt hảo nhất và bình thường hòa hợp với ba mươi hai và tám mươi dấu hiệu.

Báo thân trong tiếng Tây Tạng là *longchozokpeku*. *Longcho* nghĩa là sự giàu có hay giàu có kinh nghiệm, *zok* nghĩa là “hoàn hảo”, và *ku* nghĩa là thân hay hiện thân. Thế

nên người ta có thể nói phương diện hoàn hảo của sự giàu có kinh nghiệm. Nói vậy thì khá dài dòng, nhưng nghĩa của nó là mong muốn của những người ngưỡng vọng Phật quả, để cuối cùng giúp đỡ mọi người khác hoàn thành giải thoát và giác ngộ. Khi đạt đến Phật quả, bấy giờ người ta có khả năng đầy đủ nhất để giúp đỡ những người khác và hướng dẫn họ trên con đường.... Thế nên giàu có nghĩa là sự giàu có lớn lao của việc có thể ban cho những lời dạy và giúp đỡ chúng sanh. Có nhiều học trò và đệ tử tạo thành đối tượng của việc cho sự giàu có này, sự giàu có của kinh nghiệm. Sự giàu có của kinh nghiệm thì hoàn hảo và trọn vẹn, không phải là một khả năng giới hạn, mà tất cả những phẩm tính hoàn hảo nhất. Người hoàn thành Phật quả vào mọi lúc và mọi hoàn cảnh có thể giúp đỡ chúng sanh bằng bất cứ cách gì cần thiết theo sự mở lòng của họ. Bởi thế chúng ta không chỉ nói sự giàu có của kinh nghiệm mà nói sự giàu có rất ráo hoàn hảo của kinh nghiệm, và đó phương diện của Phật. Chúng ta dùng từ báo thân bởi vì nó ở nơi cấp độ của sự giàu có của Phật quả và có thể được biểu lộ cho những chúng sanh rất thanh tịnh để họ kinh nghiệm. Đó là nghĩa của báo thân hay longchozokpeku. Qua sự giàu có lớn lao và sự hoàn hảo của kinh nghiệm, bấy giờ Phật chuyển bánh xe pháp cho chúng sanh và cho họ những giáo lý hoàn hảo nhất.

Những vị Phật báo thân này có năm sự chắc chắn. Chắc chắn thứ nhất được gọi là nơi chốn nhất định nghĩa là trên cấp độ báo thân các ngài chỉ biểu lộ những cõi tịnh của chư Phật. Đó không phải là một cấp độ biểu lộ bất tịnh hay tương đối, mà những cõi tịnh. Chắc chắn thứ hai là sắc tướng nhất định các ngài dùng. Đó là ba mươi hai tướng chánh và tám mươi tướng phụ; những phẩm tính này hoàn toàn đặc biệt chỉ Phật mới có. Các ngài xuất hiện cho chúng sanh trên cấp độ như vậy. Chắc chắn thứ ba là pháp các ngài dạy. Với những bồ tát ấy, sắc tướng báo thân của Phật chỉ dạy pháp Đại thừa. Nó được dạy đầy đủ nhất, không dạy Tiểu thừa và không dùng chân lý tạm thời. Chỉ có chân lý rốt ráo của Đại thừa được dạy. Chắc chắn thứ tư là về tùy tùng của Phật. Ở cấp độ báo thân thánh chúng của ngài chỉ có những bồ tát trong mười địa. Đức Phật dạy những bồ tát này từ địa thứ nhất cho đến địa thứ mười. Chắc chắn thứ năm là Phật trên cấp độ ấy luôn luôn dạy. Không phải như ban ngày chúng ta có thể nghe pháp còn ban đêm chúng ta ngủ. Ở cấp độ ấy có sự dạy pháp, chuyển pháp luân liên tục. Năm sự chắc chắn này cho thấy sự hoàn hảo rốt ráo giàu có của báo thân biểu lộ qua trạng thái, qua sắc tướng, qua pháp được dạy, qua những người nghe, và qua thời gian trong đó thuyết pháp xảy ra. Trong luận, báo thân được khảo sát chủ yếu bằng cách tập trung vào ba mươi hai và tám mươi

tướng.

#### **D. HÓA THÂN**

Thân thứ tư là hóa thân. Hóa thân biểu lộ cho chúng sanh ở cấp độ bất tịnh, ở bất cứ nơi nào họ ở. Tất cả thời gian Phật biểu lộ trong hóa thân. Với mỗi thân có một loại bất biến khác nhau. Pháp thân là phương tiện an trụ trong tinh túy sâu thẳm nhất của sự vật, nó là kinh nghiệm riêng của Phật. Nó hoàn toàn bất biến, nên chúng ta nói pháp thân thì bất biến. Báo thân, không bất biến bởi vì nó biểu lộ những sắc tướng khác nhau cho những chúng sanh khác nhau, theo cái gì phù hợp. Điều chúng ta có thể nói rằng nó thường trực biểu lộ những hình thức này, như chúng ta thấy qua năm sự chắc chắn. Luôn luôn có sự chuyển pháp luân xảy ra, thế nên chúng ta nói báo thân có sự tương tục thường hằng. Hóa thân không có sự tương tục thường hằng này bởi vì đôi khi hóa thân xuất hiện trong một thế giới, và rồi giáo lý ấy sau một thời gian suy tàn, và rồi nó sẽ xuất hiện lại trong một thế giới khác. Nhưng người ta cần hiểu rằng mọi thời gian, trong một nơi này hay nơi khác, có hóa thân biểu lộ. Bấy giờ chúng ta nói có một hoạt động không đứt đoạn, thế nên chúng ta nói về sự không đứt của ba thân. Báo thân có tương tục thường hằng. Hóa thân có tương tục không đứt đoạn. Sắc tướng hóa thân biểu lộ trong bất cứ cách

nào cần thiết để giúp đỡ chúng sanh có được cái hiểu và tiến bộ. Trong cách này nó không giống như báo thân, luôn luôn biểu lộ giáo lý Đại thừa trong một cách rất xác định, bởi vì chúng sanh trên cấp độ bất tịnh này có những khác biệt về cái hiểu và nguyện vọng. Với những người sẵn sàng cho những giáo lý Đại thừa và có thể làm lợi lạc hơn, bây giờ sẽ có giáo lý Đại thừa. Với những người mà tâm lý chưa sẵn sàng chấp nhận Đại thừa, bây giờ có giáo lý Tiểu thừa. Đối với những người có thể hiểu bèn có giáo lý mà chúng ta gọi là chân lý xác quyết và đối với những người không thể nắm giữ chân lý xác quyết ấy, có giáo lý của chân lý tạm thời mà cuối cùng sẽ dẫn họ đến một trạng thái chắc chắn lớn hơn. Nếu người nào khát khao những giáo lý của thừa kém hơn, Đức Phật sẽ dùng sắc tướng nào đó để dạy Tiểu thừa. Có một số người chỉ có thể quan niệm chính mình và thực tại bên ngoài là một thực tại cứng đặc và Đức Phật dạy cho những người ấy những giáo lý Tiểu thừa. Với những người có thể hiểu sự vắng mặt của tự ngã, Đức Phật có thể dạy cho họ tính vô ngã. Với những người không thể hiểu nghĩa tánh Không một cách trực tiếp, Đức Phật dạy về cách những sự vật hiện hữu trên cấp độ tương đối mà người ấy kinh nghiệm. Khi họ đã sẵn sàng hiểu tánh Không, bây giờ ngài chỉ cho họ những sự vật không thực sự hiện hữu như thế nào. Trong nhiều cách khác nhau, hóa thân dạy những

thừa khác nhau, những chân lý khác nhau vân vân. Thật vậy, có nhiều hình thức hóa thân khác nhau. Hóa thân chính yếu mà chúng ta chú tâm được gọi là hóa thân tối cao.

Cách chính yếu hóa thân giúp đỡ chúng sanh là dạy pháp, và bằng cách trình bày những phương tiện thiện xảo để đạt đến giác ngộ. Chúng ta có thể thấy điều này trong cách Phật quá khứ, hiện tại và tương lai biểu lộ. Phật trước kia, Ca Diếp, đến thế giới chúng ta, khi ấy giai cấp Bà la môn ở Ấn Độ đã được nhìn với sự tôn trọng lớn lao nhất. Thế nên ngài sanh ra như một người Bà la môn và khi chuyển pháp luân dân chúng đã kính trọng làm tăng thêm sức mạnh cho giáo lý của ngài. Vào thời Phật Thích Ca Mâu Ni giai cấp vua chúa có ảnh hưởng lớn nhất, và ngài sanh ra làm một thái tử. Dân chúng đã rất kính trọng giáo lý của ngài. Đó là một cách rất thiện xảo trong việc sanh ra. Trong thời của vị Phật tương lai, Di Lặc, sẽ là thời dân chủ hơn, nên Di Lặc sẽ sanh ra trong một cách thích hợp với văn minh dân chủ. Lý do chư Phật có những sự sanh này bởi vì các ngài thấy loại đời sống nào tốt nhất có thể gởi đến những chúng sanh những giáo lý Phật pháp.



*Chương trình ấn tống 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 bạn bè 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*





