

SỰ NHẤT QUÁN CỦA CÁC TRUYỀN THÔNG TÂY TẠNG

Khenchen Thrangu Rinpoche

Trích các trang 140-143 thuộc “Chương 11: Lợi Ích Của Thiên Kusulu” từ tập sách “Tánh Rõ Biết Linh Thông: Giáo Lý về Tâm của Khenpo Gangshar”

Trong truyền thống **Nyingma**, có tất cả ba nội mật điển: ma ha du già (*mahayoga*), a nậu du già (*anuyoga*) và a tỳ du già (*atiyoga*). Ma ha du già nói đến **đại pháp thân**—chính là **sự bất khả phân ly siêu phàm của hai chân lý**, nhưng điều này thật ra cũng không là gì khác ngoài tự tánh chân tâm. A nậu du già gọi đây là “**mạn đà la cơ bản của tâm bồ đề [đến từ] đưa con [mang tên] đại lạc,**” nhưng đây cũng chỉ đồng là một thứ. Theo a tỳ du già thì đây là **đại viên mãn của [sự hợp nhất giữa] tánh giác rõ biết và tánh không**—tức **dzogchen**.

Tất cả những thuật ngữ khác nhau này cũng chỉ là những cái tên khác nhau để chỉ **tự tánh chân tâm**. Như đại sư Khenpo Gangshar đã nói:

*Tất cả các cách diễn đạt lừng lẫy này cũng chỉ là ngón tay chỉ vào chính chỗ **cốt tủy, tinh túy của tâm**, và [ngoài thế ra thì] không có gì khác.*

Tất cả các cách diễn đạt khác nhau trong kinh điển và mật điển chỉ là những cách thức khác nhau để nhận diện và chỉ cho ta đến với chính chỗ **cốt tủy, tinh túy của tâm**. Cho

dù chúng ta nói đến tánh không của tất cả các hiện tượng, đến Phật tánh, hay đại viên mãn *dzogchen*, thì tất cả những [thuật ngữ] này cũng không mang ý nghĩa nào khác. Bởi thế, khi chúng ta tu tập hành trì pháp an trú của thiền *kusulu**, chúng ta để tâm an định ngay nơi ấy, **ngay nơi chứng ngộ tánh không— [tuy là] tánh không mà lại thật sáng rõ, tỏ tường một cách tự nhiên.** Đây là điều mà trong kinh điển đã giảng dạy xuyên qua cả hai lần (lần giữa và lần cuối) chuyển pháp luân. Đây cũng là điều đã được giảng dạy trong tất cả các mật điển—mật điển thông thường, mật điển du già tối thượng, cũng như ba nội mật điển. Đây chỉ thuần túy là những cách thức khác nhau để giúp chúng ta có thể **tỏ ngộ tự tánh chân tâm**—là các giáo huấn để giúp chúng ta nhìn thấy, nhận ra, và cuối cùng là phát triển được lòng tin vững chắc nơi chính sự trực nhận ấy.

Điều chính yếu là chúng ta phải trực nhận tự tánh chân tâm. Đây không nên là một sự chứng ngộ thoáng chốc, mà cần phải được ổn định và được trưởng dưỡng. Nếu chỉ trực diện chân tánh được trong thoáng chốc, thì điều này có tốt hay không? Lẽ dĩ nhiên là tốt chứ, nhưng chỉ duy nhất như thế thôi thì e không đủ để có thể thực sự cứu thoát chúng ta khỏi những chướng ngại [tiềm ẩn] nơi mình. Nếu chỉ duy nhất như thế thôi thì không thể phát triển được tất cả trí huệ trong tiềm năng của ta. Do đó, chúng ta cần phải giúp cho sự trực nhận này được ổn định. Nếu chúng ta làm được như thế, thì chúng ta mới có thể làm khô kiệt các cảm xúc ô nhiễm, và kết quả sẽ là tất cả các phẩm tánh và trí huệ sẽ phát triển một cách hết sức tự nhiên. Đây đích xác là điều mà tất cả các giáo lý của Đức Phật đã chỉ dạy trong kinh điển lẫn mật điển.

[.....]

Khi Phật Giáo lan truyền đến Tây Tạng, có một số truyền thống khác nhau đã được hình thành và phát triển. Điều này đã xảy ra bởi vì khởi đầu, một dịch giả đi qua Ấn Độ, học

hỏi một giáo pháp đặc thù, và rồi đưa giáo pháp ấy về lại Tây Tạng và giảng dạy về giáo pháp ấy. Thế nhưng, mỗi một dịch giả lại sinh sống tại một khu vực khác nhau ở Tây Tạng, cho nên một giáo pháp của một dịch giả này có thể được truyền bá ở đây, trong khi một giáo pháp khác [của một vị khác] lại được truyền bá ở kia, và cứ thế, có rất nhiều các giáo pháp đã lan truyền. Đó là cách thức mà các truyền thống khác nhau tại Tây Tạng đã phát sinh. Nếu chúng ta nhìn sự việc ở mức độ cơ bản nhất thì có bốn truyền thống lớn của Tây Tạng. Đạo lý mà tất cả bốn truyền thống này giảng dạy là gì? Có phải là tất cả các truyền thống này giảng dạy những điều khác nhau không? Không, họ không dạy những điều khác nhau. **Tất cả bốn truyền thống khác nhau của Tây Tạng đều chỉ dạy về chính bản tánh không sai khác này của tâm.** Phải hiểu rằng đạo lý của tất cả các giáo pháp [của cả bốn truyền thống] thuần túy chỉ là như thế.

Đại sư Khenpo Gangshar giải thích về chánh kiến của trường phái **Gelug** như sau:

Điều này cũng được trình bày bởi học phái Gelug, như đã được Đại Pháp Vương Tông Khách Ba (Tsongkhapa) khai thị,

***Hiện tướng**, tức duyên sinh không thể sai khác,*

*Và **tánh không**, tức sự thấu biết siêu vượt các lý giải—*

Khi nào cả hai điều trên (hiện tướng và tánh không) vẫn còn như tách biệt,

Thì bạn vẫn chưa tỏ ngộ ý chỉ của đức Thích Ca Mâu Ni.

*Khi [nhận biết cả hai] đều [hiển hiện] **đồng một lúc**, không luân phiên xen kẽ trước sau,*

*Thì sự **cả tin** và **khái niệm [mê lầm]** của bạn về một đối tượng sẽ rã tan.*

Khi ấy, sự quán chiếu về chánh kiến sẽ vẹn toàn.

Điều cơ bản thuộc chánh kiến của truyền thống [mang tên] Ngọn Núi Tushita, tức là trường phái Gelug, cũng chính là chánh kiến về **tự tánh chân tâm**, như đã được diễn bày trong câu kệ tụng này của Tổ Tsongkhapa trong bài nguyện “Ba Điểm Tinh Yếu Của Con Đường Đạo.”

Các tướng hiện bên ngoài, cũng như phần [tri thức] nhận biết bên trong tâm thức của chúng ta, cả hai đều sinh khởi phụ thuộc vào nhau, cái này nương vào cái kia. Đây chính là sự hiển hiện không hề sai chệch của sự **tương thuộc** hay **lý duyên khởi**, có nghĩa là mọi thứ đều xảy ra [như thế]: chắc chắn là các hiện tướng đều do duyên sinh chứ không thể nào khác—nghĩa là, [sự việc vốn] luôn luôn [là như thế]. [Tuy thế], **một cách rất tự nhiên thì cốt tủy [của các hiện tướng ấy] lại mang tánh không**. Tánh không siêu vượt hai lý giải, nghĩa là thoát khỏi bốn cực đoan. Ngang đây chúng ta có được một sự hiểu biết xuyên qua luận lý (lô-gíc): chúng ta đi đến một sự nhận biết rằng ta không thể nào giải bày qua ngôn từ. Bình thường chúng ta nghĩ rằng khi có các hiện tướng thì không thể nào có tánh không, và khi có tánh không thì chẳng thể nào có được các hiện tướng. **Chúng ta thường nghĩ rằng hiện tướng và tánh không tách lìa nhau [không có liên hệ tương tác gì với nhau]**. Hiện tướng là hiện tướng. Khi có gì đó hiện ra, thì đó là chắc thật. Nó có ở đó. Tánh không là tánh không, rỗng không và không có gì cả. Cho nên hai thứ ấy chắc chắn phải là [hai điều] tách biệt. Chúng ta thường nghĩ như thế. **Nhưng khi chúng ta suy nghĩ về tướng hiện và tánh không theo cái cách bình thường này, thì chúng ta đã không thực sự hiểu thấu**. Nếu tướng hiện và tánh không tách lìa nhau, có vẻ như không liên can gì đến nhau—khi có tướng thì không thể có không, và khi có không thì không có tướng—có nghĩa là chúng ta đã không liễu ngộ “ý chỉ của đức Thích Ca Mâu Ni,” và chính đây là điều mà Tổ Tsongkhapa muốn chỉ dạy.

Thực ra, một khi chúng ta phát triển được sự hiểu biết xuyên qua việc học hỏi và thiền quán, chúng ta sẽ bắt đầu nhìn thấy ra rằng **hiện tướng và tánh không không lia nhau**. Chúng ta sẽ nhận thấy ra là **hiện tướng và không tánh chẳng hề luân phiên xen kẽ trước sau**: vì **cùng một lúc** khi mọi sự hiện ra [thành tướng], thì chúng cũng mang tánh không. Và cùng một lúc, mọi sự đều là không, nhưng chúng cũng có khả năng hiện ra [thành tướng]. Chúng ta có thể thấy ra rằng **điều này cũng giống hệt như tự tánh chân tâm**: tâm ấy sáng tỏ và rõ biết tường tận, đồng lúc, tâm ấy cũng là không. Đồng lúc tâm ấy là không, thì tâm ấy cũng sáng tỏ và tường tận rõ biết. Đây là cái mà chúng ta gọi là sự hiển hiện tự nhiên của tâm, cũng là khi mà khái niệm [sai lầm] về một đối tượng nào đó sẽ rã tan. Phải hiểu rằng **hiện tướng và tánh không cũng là một [đồng như nhau]**. Đây là khi mà chúng ta hiểu được chánh kiến một cách trọn vẹn. Rốt ráo thì việc tỏ ngộ được điều này cũng chính là liễu ngộ được **sự hợp nhất giữa tánh sáng soi và tánh không của tự tánh chân tâm**. Đây là cách mà Tổ Tsongkhapa, vị tổ khai lập trường phái Gelug, đã diễn đạt về tự tâm, và ý chỉ của các giáo lý của ngài cũng giống hệt những gì mà đại sư Khenpo Gangshar đã dạy.

Truyền thống thứ nhì trong bốn trường phái chính của Phật Giáo Tây Tạng là **Sakya**. Dòng truyền thừa Sakya có năm vị Tổ, và một trong những vị đó là Pháp Vương Drakpa Gyaltsen, là người đã được tiên tri bởi đức Văn Thù Sư Lợi.

Pháp Vương Drakpa Gyaltsen đã từng khai thị rằng, “Khi bạn có sự chấp trước, thì đó chẳng thể là chánh kiến.” Các Pháp sư của trường phái Sakya đã cho rằng chánh kiến về sự bất khả phân giữa luân hồi và niết bàn chính là sự không chấp trước.”

Ngài Drakpa Gyaltsen nói đến sự tự do thoát khỏi bốn chấp trước. Ngài nói rằng, “*Khi bạn có sự chấp trước, thì đó chẳng thể là chánh kiến.*” Nếu bạn **chấp rằng một điều gì**

đó có hiện hữu hoặc không hiện hữu, thì bạn không thực sự tỏ ngộ chánh kiến. Do đó, điểm trọng yếu của trường phái Sakya chính là **sự không chấp trước**. Vì thế, **cái biết tinh nguyên** [sự rõ biết, tỏ tường, không gì ngăn lấp, không thêm không bớt] mới thực là tri kiến đúng đắn. Bởi vì lẽ đó mà các môn đồ dòng Sakya có một tri kiến mà họ gọi là sự bất khả phân giữa luân hồi và niết bàn, có nghĩa là hãy **an trú một cách thông thoáng, không chấp trước, ngay chính nơi cốt tủy của tự tâm**, và bởi thế cho nên, trường phái Sakya cũng chỉ dạy một điều giống như thế.

Đây cũng là giáo lý chính yếu của trường phái thứ ba, dòng truyền thừa **Kagyü**:

Hơn thế nữa, đức Rangjung Dorje quang vinh đã tuyên thuyết rằng, đối với các đạo sư vô song của dòng Kagyu,

Tất cả [vốn] không phải thật, [cũng] không phải giả,

Giống như trăng dưới nước, người trí đã nói thế.

Chính tâm bình thường này

Là pháp giới bao la, là tinh túy của các đấng chiến thắng.

Bởi thế, mahamudra-đại thủ ấn sáng soi chói ngời cũng chính là sự không chấp trước.

Đoạn văn mà đại sư Khenpo Gangshar nhắc đến bên trên đã được trích từ “*Luận Giải về Phật Tánh*” của đức Rangjung Dorje. Điều này có nghĩa là tất cả các hiện tượng mà chúng ta có thể nhận biết được, chúng đều chẳng là thật mà cũng chẳng là giả, giống như sự phản chiếu của trăng dưới nước. Nếu bạn nhìn thấy vàng trắng dưới nước, thì lẽ dĩ nhiên, bạn nhìn thấy nó đấy, nhưng mặt trăng có thực sự ở đó hay không? Không, trăng không ở đó, nhưng bạn cũng phải thừa nhận rằng bạn nhìn thấy có vàng trắng ngay dưới

nước cơ mà. **Toàn bộ các hiện tượng dựa trên sự thấy biết của ta thì cũng giống như thế, không thật mà cũng chẳng hư dối.** Đây là điều người trí đã nói, nhưng thực ra, khi chúng ta tu thiền thì chúng ta không cần thiết phải làm điều gì như thế. Chúng ta không cần nói đó là thực. Chúng ta không cần nói đó là giả, là hư dối. Chúng ta không cần phải nói bất kỳ gì cả. Cái mà điều này thực sự muốn chỉ cho ta thấy chính là cái **tâm bình thường** nơi mình—**tâm ấy thật bình thường, hoàn toàn không biến thái, không thêm bớt.** Đây cũng có thể được gọi là pháp giới bao la, hoặc cũng có thể được gọi là Phật tánh, là tinh túy của các đấng chiến thắng. Hãy trưởng dưỡng tâm ấy, **không làm cho tâm ấy bị biến đổi, thêm bớt, thì đây chính là mahamudra, là đại thủ ấn sáng soi chói ngời, không có bất kỳ sự chấp trước hay vướng mắc nào.** Bởi thế, ý nghĩa của mahamudra hay đại thủ ấn cũng giống như thế.

Bởi vì lý do này, Khenpo Gangshar đã khai thị:

Người ta nói rằng, tất cả các đạo sư với học thuật lỗi lạc lẫn các đạo sư đã thành tựu của Ấn Độ và Tây Tạng đều có cùng một sự chứng ngộ, chứ chưa từng bao giờ thấy có một đạo sư nào lại lên tiếng nhận rằng sự chứng ngộ của phần chính yếu trong pháp tu của họ lại là một cái gì khác ngoài sự không chấp trước. Đây là đạo lý mà chính bạn phải thấu hiểu, và đây là điều mà bạn phải chỉ ra cho những người khác cùng thấy.

Khi Phật Giáo được truyền bá, có rất nhiều vị đạo sư lỗi lạc và đắc đạo tại Ấn Độ. Khi chúng ta nói các đạo sư, là bao gồm cả các học giả—những vị có sở học liên quan đến văn (học hỏi) và tư (tư duy)—lẫn các vị thành tựu giả, là những người thực hành [các điều đã được học và tư duy] xuyên qua công phu tu thiền. **Những gì các ngài chứng ngộ và giảng dạy đều giống hệt như nhau.** Kể từ khi Phật Giáo được truyền bá tại Tây Tạng từ thế kỷ thứ bảy, đã có rất nhiều các vị đạo sư lỗi lạc và chứng đạo trong rất nhiều truyền thống tu tập khác nhau. Có thể là có rất nhiều truyền thống khác nhau, nhưng đạo lý mà các truyền thống này giảng dạy cũng đều giống nhau. Khi chúng ta nhìn vào kim ngôn của chính Đức Phật, những bình giảng và luận giải đã được viết ra bởi chư đại học giả,

cùng nhìn vào nghĩa lý sâu mầu của những gì mà chư đại thiền giả đã nương vào để thiền quán, hoặc vào các giáo lý của các trường phái Gelug, Sakya, Kagyu hay Nyingma, [thì ta thấy ra là] **nhất nhất tất cả đều đã chỉ dạy về sự vắng bóng của chấp trước và về sự chứng ngộ tự tánh chân tâm**. Sự tu tập đích thực của các dòng truyền thừa Nyingma, Sakya, Kagyu và Gelug cũng chỉ thuần là như thế. Cái đơn giản mà chúng ta cần tu tập, nền tảng cơ bản của công phu thiền quán của chúng ta, cốt tủy của thiền định (*samadhi*), chính là **không chấp trước**, có nghĩa là **an định được ngay nơi tâm như như [vốn] như nó là, không để tâm ấy biến đổi**.

Đây cũng là điều mà chúng ta cần biết và cần thông hiểu cho chính bản thân mình. Tất cả chư Phật đều đã chỉ dạy điều này, chư vị học giả đã bình giảng và giải thích về điều này, và chư vị thiền sư đã hành trì và ban các giáo huấn về điều này. Tất cả các ngài đã làm như thế cũng là để cho chúng ta có thể thấu biết tường tận. Có hai phương cách có thể dẫn chúng ta đến được với sự thấu hiểu này: hoặc xuyên qua học hỏi và luận lý, hoặc thấu biết một cách trực tiếp. Cách thức mà chúng ta cần thấu biết là xuyên qua một **kinh nghiệm du già trực chỉ trong công phu tu thiền**. Chúng ta cần phải phát triển một nhận thức phân minh biện biệt để có thể rõ biết điều này. Sự rõ biết phân minh biện biệt này không phải là sự hiểu biết đến từ học hỏi hoặc tư duy; mà đây là sự nhận biết đến từ thiền quán.

[Nhưng] chỉ thuần rõ biết điều ấy là đã đủ hay chẳng? Không, không đủ đâu. Đó là bởi vì tất cả chúng hữu tình đều muốn được hạnh phúc. Tất cả chúng hữu tình đều muốn thoát khỏi khổ đau. **Bởi vì tất cả chúng hữu tình đều muốn hạnh phúc và thoát khổ, nên chúng ta cần phải chỉ ra cho họ thấy điều ấy [tự tánh chân tâm]**—để giúp họ thấy được **đấy chính là Pháp**, và cả họ cũng thế, họ cũng cần phải thấu biết điều ấy. Chúng ta cần phải giúp họ cảm thấy hứng thú với điều ấy. Một khi họ phát triển được sự hứng thú với điều này, chúng ta nên chỉ cho họ cách tu thiền và trường dưỡng chánh định ngay nơi

chính họ. Đây là ý nghĩa mà bạn cần phải hiểu và là điều mà bạn cần phải chỉ rõ ra cho những người khác cùng thấy.

Khenchen Thrangu Rinpoche

David Karma Choephel chuyển Anh ngữ

Tâm Bảo Đàn tạm chuyển Việt ngữ

October 2, 2016

** Chú thích của bản Việt ngữ: Khenchen Thrangu Rinpoche định nghĩa (trích trang 111): (1) **kusulu** là “một người sống một cuộc đời đơn giản, không phức tạp, và làm mọi việc một cách nhẹ nhàng và không gắng sức;” và (2) pháp thiền an trú của **kusulu** nghĩa là “chúng ta không cần phải quá dụng công trong lúc thiền. Không phải là khảo sát điều gì một cách rạch ròi kỹ lưỡng, không phải là học tập nghiên cứu; mà chúng ta chỉ thuần túy an trú trong sự an định [nơi tự tâm] như nó là. Đó là bởi vì sự tỏ ngộ tự tánh chân tâm không phải là điều gì mà chúng ta có thể tìm được qua việc lùng tìm ở đâu xa.” Theo như Khenchen Thrangu Rinpoche diễn giải trong toàn bộ tập sách thì nói một cách tóm tắt (trích trang 112), pháp thiền **kusulu** là an trú nơi tâm bình thường vốn sẵn có, trong trạng thái an tĩnh và rõ biết, linh thông vốn sẵn có, thư giãn, tự do, thông thoáng, tự nhiên, không tạo tác, không thêm không bớt, v.v. (tbđ)*

Nguồn: thuvienhoasen.org