

BA THỪA

Có những thừa (cỗ xe) khác nhau của việc thực hành Pháp. Đó là thừa thông thường được thực hành trong mọi con đường; thừa của các Bồ Tát; và thừa phi thường của các Tantra (Mật điển).

Đức Phật đã nói: “Đừng làm điều ác, hãy thực hành hoàn hảo mọi đức hạnh và hoàn toàn điều phục tâm các con. Đó là tinh túy mọi giáo lý của Đức Phật.” *Đừng làm điều ác* có nghĩa là nếu ta luôn luôn tự kiềm chế không làm các hành động có hại cho chúng sinh thì ta có thể tránh được mọi ác hạnh, bởi ác hạnh chủ yếu là làm hại chúng sinh. *Hãy thực hành hoàn hảo mọi đức hạnh* có nghĩa là nếu ta thường xuyên dẫn mình vào các thiện hạnh làm lợi lạc chúng sinh, ta hoàn thiện thực hành đức hạnh. *Hoàn toàn điều phục tâm chúng ta* có nghĩa là ta chế ngự tâm cảm xúc phiền não và thiết lập một tâm kiên cố an bình, hạnh phúc và tràn đầy đức hạnh.

Những giáo huấn này thuộc về thừa thông thường; đó là, chúng được thực hành trong mọi cấp độ thực hành. Thừa thông thường là “thông thường” trong đó thực hành của nó là điểm khởi đầu, nhưng nó cũng được duy trì trong mọi thực hành của Đại thừa và Mật thừa. Thừa thông thường chủ yếu tập trung vào sự khác biệt căn bản nhất giữa các hành động đức hạnh và những hành động bất thiện. Để thực hành phù hợp với thừa thông thường, ta từ bỏ ác hạnh và thực hành đức hạnh.

Tuy nhiên, trong thừa Bồ Tát (Mahayana, Bồ Tát thừa, Đại thừa), tâm quan trọng hơn hành động. Nếu bạn có một tâm đức hạnh thì thân và lời nói (ngữ) sẽ đi theo một cách tự nhiên, và bất kỳ điều gì được thực hành với một tâm đức hạnh sẽ trở nên tốt lành. Điều này thực sự quan trọng. Đại thừa tập trung vào việc điều phục và kiểm soát tâm thức với ước muốn làm lợi ích chúng sinh, bởi nếu ta không kiểm soát được tâm, ta sẽ hành động theo bản năng và sẽ phải tạo nên đủ loại nghiệp. Trừ phi ta tiếp tục tịnh hóa tâm thức,

ta sẽ tràn ngập mọi loại cảm xúc phiền não như sân hận, ganh tị, tham muốn v.v.. Khi ấy ta sẽ hành động theo những cảm xúc đó mà không có một niệm thứ hai, vì thế tạo ra đủ loại nghiệp. Tâm là người tạo nên mọi đức hạnh và sự bất thiện, và nếu ta kiểm soát được tâm thì một cách tự nhiên, ta sẽ có thể tránh được sự bất thiện và sẽ thực hành đức hạnh.

Từ viễn cảnh này, việc chủ yếu tập trung vào các hành động của thân và ngữ hay nỗ lực giảm bớt các hành động này cũng đều không hợp lý. Sẽ có ý nghĩa hơn khi ta tập trung vào tâm, tiếp tục làm chủ tâm thức, bởi mọi cảm xúc phiền não đến từ tâm. Shantideva nói: "Hành xử du già siêu việt nhất là hành xử được đặt nền trên một tâm thức hoàn toàn thuần tịnh và đức hạnh." Khi ta có một ý hướng hoàn toàn thuần tịnh, mọi hành động ta dẫn mình vào với thân và ngữ sẽ trở nên tốt lành. Từ Tây Tạng để chỉ hành xử du già là *tulshup*. *Tul* có nghĩa là hủy diệt hay xua tan; cái bị xua tan là sự bất thiện. *Shup* có nghĩa là đi vào; cái ta đi vào là đức hạnh thanh tịnh.

Nếu ta kiểm soát tâm thức, các hành động của ta sẽ tốt lành và tạo ra thiện nghiệp. Nếu không làm chủ được tâm, ta sẽ tiếp tục tạo đủ loại ác nghiệp bằng các hành động bất thiện. Nghiệp lực của các hành động thuộc về thân và ngữ thì không quá sức nặng nề; chính các hành động của tâm mang lại nghiệp lực nặng nề nhất. Tâm đóng vai trò quan trọng nhất, còn thân và ngữ thì như những người giúp việc của tâm. Những gì ở trong tâm tác động lên những hành động của thân và ngữ; nếu phẩm tính vượt trội của tâm bạn là đức hạnh thì nghiệp lực của những hành động thuộc về thân và ngữ của bạn cũng sẽ tốt lành. Chính tâm thức có thể tri giác các phẩm tính của Tam Bảo và có thể sinh khởi niềm tin; chính tâm thức khát khao giải thoát; và chính tâm thức thành tựu con đường. Tâm là ông chủ. Điều tối quan trọng là phải phát triển, làm chủ và điều phục tâm. Đại thừa phi thường ưu tiên tập trung vào các thiện hạnh và ác hạnh của thân và ngữ. Trong Mật thừa hay Mật Chú thừa, ta đi vào mạn đà la của Bốn Tôn và tuân theo những giáo huấn cốt tủy của vị Thầy tâm linh. Cũng thế, ở đây, tâm thức là điều quan trọng nhất. Trong Mật chú thừa,

ta nhận lãnh những quán đảnh thuần thực và những giáo huấn giải thoát. Nó được gọi là *Mật Chú* không phải là vì có một vài thiếu sót phải được giữ kín. Bí mật là bởi những che chướng của chúng sinh, những người không nhìn các sự việc như chúng là và có tri giác sai lầm. Không ai có thể hiểu được ý nghĩa Giáo pháp sâu xa của *Mật Chú*, và đó là lý do vì sao nó được giữ bí mật. Các thuận lợi của con đường *Mật Chú* sâu xa là nó không khó khăn và có nhiều phương pháp thiện xảo. Tuy nhiên, con đường này chỉ dành cho những người có sự thông tuệ siêu việt, cho những người có năng lực đặc biệt sắc bén.

Có những khác biệt trong thực hành của *Mật Thừa* và những thừa khác. Mục đích thì giống nhau, nhưng các thực hành thì khác biệt. Các cảm xúc phiền não có thể được so sánh với một loại cây độc: nếu người nào đó cố gắng đốn cây này bằng cách chặt các nhánh, người ấy sẽ không thành công. Phương pháp của *Mật thừa* thì giống như việc đốn cây bằng cách tiêu diệt gốc rễ của nó. Những người ít can đảm sẽ khiếp hãi vì sợ cây làm hại. Họ sẽ làm việc thật cực nhọc và làm mọi sự có thể để nhổ bật gốc cây lên, và sau đó vứt bỏ nó ở nơi rất xa, nơi nó không gây nguy hiểm cho người tiếp xúc với nó. Trong các thừa đối nghịch với *Mật thừa*, những cảm xúc phiền não được coi là bất thiện đến nỗi chúng thật đáng sợ, và mọi nỗ lực đều nhằm tránh né và tiệt trừ chúng, bởi chúng hoàn toàn được hiểu là đau khổ. Đây là một cách tiếp cận đáng sợ. Khi họ tiếp tục nỗ lực tiêu diệt loại cây độc, nếu có người can đảm hơn đi tới và hỏi họ đang làm gì, những người ít can đảm sẽ giải thích: "Chúng tôi đang tống khứ cây này bởi nó rất độc hại và gây chết người." Người can đảm hơn trả lời: "Phải, kéo thân cây tới một nơi xa là một phương cách để đối phó với nó, nhưng thực ra các bạn không cần phải dùng quá nhiều nỗ lực. Nếu các bạn đổ nước sôi vào gốc cây, cây sẽ chết, và nó sẽ không thể tạo ra chất độc được nữa. Nó sẽ chết khô."

Sự khác biệt này trong những cách tiếp cận cho thấy sự khác biệt trong những cách tiếp cận của các thừa thông thường và *Đại thừa*. Trong tất cả những thừa này, mục đích thì như nhau, là từ bỏ những cảm xúc phiền não,

nhưng trong thừa thông thường, trọng tâm là những cảm xúc phiền não, bởi ta luôn tránh né chúng. Tuy nhiên, trong Đại thừa, các hành giả thiền định về lòng từ và bi, là cách đối trị những cảm xúc phiền não. Khi ta thiền định về lòng từ và bi, gốc rễ của những cảm xúc phiền não khô héo đi, giống như trong ví dụ loại cây độc hại. Việc thiền định về lòng từ và bi giống như đổ nước sôi vào gốc cây. Nhờ lòng từ và bi, mọi cảm xúc phiền não tự nhiên bị tẩy trừ.

Bây giờ, giả thiết là có một bác sĩ nhìn thấy những người đang cố gắng triệt hạ loại cây độc đó, ông nói: "Các bạn làm gì thế? Tôi có thể sử dụng loại cây độc này để làm thuốc." Điều này giống như cách tiếp cận của Mật thừa. Trong Mật thừa, những cảm xúc phiền não trở thành giống như thuốc, bởi chúng có thể được chuyển hóa thành trí tuệ. Đó là bởi trên thực tế bản tánh thuần tịnh của năm độc thì giống như trí tuệ của năm vị Phật.¹ Thay vì loại bỏ những cảm xúc phiền não, hành giả áp dụng các phương pháp của Mật Thừa, và thay vì làm hại, cảm xúc phiền não trở thành trí tuệ của năm bộ Phật.

Sau bác sĩ, ta xem xét trường hợp của một con công. Con công ăn loại cây độc, và kết quả là nó tiêu hóa chất độc, thậm chí lông công trở nên đẹp đẽ, rực rỡ và chói ngời hơn nữa. Điều này giống như các thực hành Dzogchen (Đại Viên mãn) và Mahamudra (Đại Ấn). Trong Đại Viên mãn và Đại Ấn, các cảm xúc phiền não được giải thoát khi sinh khởi. Trước khi chúng có thể mang hình thức của những cảm xúc phiền não, những tâm thái này được giải thoát một cách tự nhiên thành năm trí tuệ. Trước khi một hành giả thực sự chứng ngộ Đại Viên mãn hay Đại Ấn, họ vẫn cần có một sự chuyển hóa các cảm xúc phiền não; một vài mức độ tiến bộ phải xảy ra. Điều này được thực hiện nhờ các phương pháp của giai đoạn phát triển và v.v.. Nhưng khi ta đã chứng ngộ Đại Ấn hay Đại Viên mãn thì không còn cần đến sự tiến bộ nữa. Chất độc trở thành sự đối trị của chính nó. Khi ta an trụ trong thiền định Đại Ấn hay Đại Viên mãn,

¹ Các vị đứng đầu năm bộ Phật: Tỳ Lô Giá Na, Bất Động, A Di Đà, Bảo Sanh, và Bất Không Thành Tựu.

ngay khi các cảm xúc phiền não sinh khởi, chúng được nhận ra một cách tự nhiên như bản tánh của năm trí tuệ,

Trong phép ẩn dụ về loại cây độc, ta có thể thấy rằng trong mỗi giai đoạn thực hành, đối tượng bị tiệt trừ thì như nhau; đó là những cảm xúc phiền não. Tuy nhiên, để phù hợp với những khuynh hướng và khả năng khác nhau của chúng sinh, có nhiều phương pháp khác nhau để từ bỏ những cảm xúc này. Năm cảm xúc phiền não không thực sự hiện hữu như những thực thể tiêu cực độc lập. Khi ta thảo luận trong mối liên hệ với Phật tánh, bản tánh cố hữu của mọi người là sự thuần tịnh của Phật tánh, và những che chướng tạo nên các kinh nghiệm vô minh và mê lầm chỉ là nhất thời. Bản tánh tuyệt đối của năm cảm xúc thì không khác biệt với bản tánh tuyệt đối của năm trí tuệ. Tuy nhiên, khi các che chướng hiện diện, sự thuần tịnh bẩm sinh của chúng bị bóp méo và các trí tuệ được kinh nghiệm như năm cảm xúc phiền não. Ở mỗi giai đoạn của con đường, mục tiêu là từ bỏ những mê lầm là năm cảm xúc phiền não, nhưng chỉ ở trong Mật điển, cuối cùng thì các cảm xúc phiền não được hiểu là những biểu lộ bị che khuất của năm trí tuệ. Khi hiểu rõ điều này, kinh nghiệm mê lầm có thể bị đánh bại và từ bỏ, và ta kinh nghiệm sự thuần tịnh của năm trí tuệ.

Đức Phật đã ban nhiều phương pháp cho chúng sinh phù hợp với những khả năng và mức độ can đảm khác nhau của họ. Không có mâu thuẫn giữa những con đường khác nhau; ý nghĩa và mục đích của Giáo Pháp vẫn như nhau, chỉ có các phương pháp là khác biệt trong các thừa.

Các phương pháp dựa trên những cách đối trị khác nhau nhưng những gì được từ bỏ thì như nhau. Trong *Gong Chik*, Đức Jigten Sumgon nhấn mạnh rằng không có những mâu thuẫn trong ba thừa. Những khác biệt duy nhất của chúng là do các dị biệt trong tâm thức và mức độ can đảm của chúng sinh. Đây là lý do vì sao có ba thừa. Ta không nên nhìn những mâu thuẫn trong ba thừa và nếu ta làm như thế thì sự hiểu biết của ta đã sai lầm.

Trích "TU HỌC PHẬT PHÁP Nguồn Mạch Của Hạnh Phúc Nhất Thời Và Vĩnh Cửu", Khenpo Samdup.