



VÒNG HOA BÁU BỐN PHÁP

Một dẫn nhập vào Đại Toàn Thiện.

THIỆN TRI THỨC

VÒNG HOA BÁU BỒN PHÁP

Một dẫn nhập vào Đại Toàn Thiện.

Của Longchen Rabjampa Drime Wozer

Với bình giảng miệng của Đức Ngài Dudjom Rinpoche và Beru
Khyentse Rinpoche.

Dịch, ấn hành bởi Alexander Berzin với sự cộng tác
của Sharpa Tulku và Matthew Kapstein, Thư viện những
tác phẩm và tài liệu Tây tạng.

THIỆN TRI THỨC

MỤC LỤC



<i>LỜI NÓI ĐẦU</i>	7
<i>MỞ ĐẦU</i>	11
1. CHUYỂN HƯỚNG TÂM BẠN VỀ PHÁP	12
2. THỰC HÀNH PHÁP NHƯ MỘT CON ĐƯỜNG	17
3. TIÊU TRỪ MÊ LÀM TRÊN CON ĐƯỜNG	22
4. TỊNH HÓA MÊ LÀM THÀNH TÁNH GIÁC NGUYÊN SỞ	44
<i>LỜI KẾT CỦA TÁC GIẢ</i>	53
<i>CHÚ THÍCH</i>	54

LỜI NÓI ĐẦU

Vào tháng Sáu năm 1975, Đức Ngài Đạt Lai Lạt Ma thứ Mười Bốn, như một phần của chương trình gìn giữ và trao truyền nhiều dòng phái Phật giáo ở Tây Tạng, giao nhiệm vụ cho Thư viện những Tác phẩm và Tài liệu Tây Tạng dịch và chuẩn bị những công trình tiêu biểu của mỗi truyền thống lớn của Phật giáo Tây Tạng. Như một mẫu của phong cách chỉ dạy thuộc phái Nyingma và đặc biệt về truyền thống Dzogchen hay Đại Toàn Thiện, *Vòng Hoa Báu Bốn Phái* của Longchen Rabjampa Drime Wozer đã được chọn, như đã được xuất bản trong Những Tác Phẩm Riêng Lẻ (Delhi, Sanje Dorje. 1973).

Longchen Rabjampa (1308-1363), cùng với Sakya Pandita và Je Tsongkhapa, thường được xem là ba biểu lộ chính của Manjushri (Văn Thù Sư Lợi) để dạy đạo ở Trung Tây Tạng. Vào thời trẻ, Longchenpa không chỉ nhận được những trao truyền Nyingma từ chính gia đình mình, mà còn học nhiều vị thầy vĩ đại đương thời bất kể tông phái. Như vậy ngài đã nhận những giáo lý của Kadam và Sakya phối hợp với Thừa Kinh qua Guru chính dòng Sakya là Palden Lama Dampa Sonam Gyaltzen, cùng với những tantra cụ dịch và tân dịch. Cùng Karmapa thứ Ba Rangjung Dorje, ngài học nơi Rigdzin Kumararaja. Qua nỗ lực của ba vị này, những dòng giáo lý khác nhau của “Tinh túy Sáu xa nhất” (*snying-thig*) của Đại Toàn Thiện được phối hợp và hệ thống hóa thành một nền tảng chung giữa những truyền thống Nyingma và Karma Kagyu.

Longchenpa tạo nhiều luận tổng hợp, đáng kể nhất là Bảy Kho Tàng (mdzog-bdun), chúng trình bày con đường Nyingma, phối hợp Thừa Kinh với những tantra của Đại Toàn Thiện. Là một vị thầy, ngài du hành nhiều nơi và trong khi dừng lại lâu ở vùng mà bây giờ là Bhutan, ngài đã thiết lập Phật giáo cho cư dân vùng này.

Vòng Hoa Báu Bốn Pháp là một chi tiết hóa Bốn Chủ đề của Gampopa, đạo sư Kagyu này đã cô đọng từ những giáo lý Mahamudra và Kadam. Bốn chủ đề là (1) chuyên hướng tâm vào Pháp, (2) thực hành Pháp như là một con đường, (3) trừ bỏ mê lầm khi trên con đường, và (4) tịnh hóa mê lầm thành tánh giác bản nguyên. Bốn cái này được thành tựu nhờ từ bỏ bám luyến và chấp giữ, theo thứ tự, vào (1) cuộc đời này, (2) vòng sanh tử, (3) hạnh phúc của riêng mình, và (4) hiện hữu nội tại và có thật. Đây là sự giải thích quen thuộc và là một cầu nguyện sơ bộ chung trong những hành giả Kagyu thỉnh cầu các Guru ban cho cảm hứng để thành tựu bốn pháp ấy. Ở đây, Longchenpa giải thích những chủ đề này theo những giáo lý Đại Toàn Thiện trong phong cách đặc trưng Nyingma về giải thích con đường thứ bậc của chín thừa Phật giáo.

Công việc ban đầu cho việc dịch thuật này, đặc biệt hai chương đầu, được tiến hành ở Dharamsala, Ấn Độ, với Sharpa Tulku khi tham hỏi với Khetsun Sangpo Rinpoche. Tài liệu căn bản cũng được Lama Thulten Yeshe cung cấp. Sự trao truyền bằng miệng bản văn được Đức Ngài Dudjom Rinpoche, Lãnh tụ Tối cao của Truyền thống Nyingma, ban cho. Đức Ngài Dudjom Rinpoche đã tốt lòng chấp nhận ban cho sự bình giảng bằng miệng đối với chương ba đặc biệt khó và trả lời những câu hỏi

liên quan đến những điểm khác của bản văn. Tài liệu được Matthew Kapstein dịch kèm với nguyên bản. Bình giảng bằng miệng chương thứ tư được Beru Khyentse Rinpoche ban cho tháng Giêng năm 1977 có sự tham khảo với đạo sư Nyingma Khenpo Thubten Mawa. Beru Khyentse Rinpoche, cũng được biết như là Jamyang Kyentse Wangpo Rinpoche đời thứ Ba, là một Lạt ma của Truyền thống Karma Kagyu cũng rất thông thạo những giáo lý Đại Toàn Thiện Nyingma mà ngài đã học với Kunu Lama Rinpoche Tenzin Gyaltzen quá cố.

Mong rằng tác phẩm này sẽ đem lại phần lợi lạc nhỏ cho những ai đọc nó.

Alexander Berzin Dharamsala, Ấn Độ. Tháng tư, 1977.

Vòng Hoa Báu Bốn Pháp

Sanskrit: Dharmacatur-ratnamala

Tặng: Chos-bZhi Rin-po-che'i Phreng-wa
của Longchen Rabjampa

MỞ ĐẦU

Kính lễ tất cả chư Phật và chư Bồ tát.

Với tín tâm tôi thượng gặp trăm, con cúng dường các ngài, chư Phật như vàng mặt trời. Bản tánh các ngài là Thân giống như không gian vô tận bao trùm mọi sự (Pháp thân). Trong đó, mạn đà la của Sắc thân (1) các ngài có năm điều chắc thật hiển xuất và khiến cho những đệ tử như hoa sen bùng nở do những tia sáng của những công hạnh các ngài.

Bóng mát của cây như ý quý báu của những giáo lý của Bậc Chiến Thắng ban cho sự che chở khỏi mọi khổ đau của sanh tử và giải thoát tự tại. Thế nên tôi sẽ giải thích cây Pháp không lồ của những phẩm tính tốt này trong bốn điểm như là con đường cho tất cả những ai với lòng tin đi vào từng bước. Xin hãy lắng nghe.

1. CHUYỂN HƯỚNG TÂM BẠN VỀ PHÁP

Bất cứ ai muốn vượt qua biển sanh tử không bờ bến trước phải nghĩ đến nỗ lực ngay trong đời này để thành tựu an lạc như là biểu lộ của giải thoát. Một thân người, khó được dễ mất, là một chiếc bè với những quyền hạn tự do và những khả năng (để nghiên cứu và thực hành Pháp). Có được thân người, nếu bạn không tự nỗ lực, bạn sẽ không bao giờ thoát khỏi đại dương sanh tử. Bạn sẽ không bao giờ ngưng được dòng nhiều kiếp khổ đau. Bạn sẽ lắc lư trôi nổi trong đại dương đáng sợ, không thể chịu đựng, nơi những ngọn sóng mê lầm vươn đến cõi cao nhất, bọt của bệnh tật và tuổi già văng tung tóe khắp nơi và không thể thấy ở đâu dòng sanh và tử chấm dứt.

Nhưng bất cứ ai nghe những giáo lý sẽ có thể dừng dòng sanh tử và sẽ không bao giờ lìa khỏi đại lạc tối thượng. Thế nên với chiếc bè quý báu tuyệt hảo của Pháp tối thượng và an lạc, hãy nỗ lực vượt qua đại dương mê lầm của ba cõi.

Nếu bạn không thực hành con đường khai sáng đến giải thoát bây giờ, thì tương lai bạn sẽ không bao giờ được nghe từ “tái sanh may mắn”. Qua vô số đời bất hạnh, bạn sẽ không có phương pháp nào để thoát khỏi vòng sanh tử. Thế nên, bây giờ bạn đã có được một thân người với tự do và những khả năng, với lương tri các bạn cần thực hành một cách thành tâm và nỗ lực. Điều đó sẽ đem đến cho bạn lợi ích và an lạc. Nhờ đó, bạn sẽ có thể hoàn thành những mục tiêu của mình và những người khác.

Dù nếu bạn đã có tự do và những khả năng, cũng chẳng có gì bảo đảm an toàn. Mọi sự thì không an toàn, thay đổi và không có bản chất. Vì mọi sự vật là chốc lát, vô thường và tan rã, bạn cần nghĩ trong thâm tâm rằng bạn sẽ nhanh chóng chết đi.

Toàn bộ thế giới chung quanh bạn cũng thế. Nó cũng sẽ tan rã vì lửa, nước và gió. Sẽ không có một ngọn tóc nào còn lại. Tất cả sẽ trở nên trống không; chỉ còn có không gian. Tất cả chúng sanh sống trong đó – chư thiên, atula, người, thú, quỷ đói và ở địa ngục đều vô thường – khi thời gian đã hết, phải trầm mình vào dòng nước của cái chết, chuyển di thức và tái sanh. Năm, tháng, ngày và giây phút đều thoáng chốc, vô thường, tan biến và liên tục qua đi. Có những sự việc buồn như sự thay đổi của bốn mùa, hãy nghĩ cuộc đời bạn cũng vô thường biết bao.

Không có sự an ổn nào trong tâm trí. Rất sớm sự sống sẽ rời khỏi thân bạn. Thế nên từ nay bạn phải nghĩ dứt khoát, “Hoàn toàn sẽ không chắc chắn cái gì sẽ xảy ra trước, ngày mai hay sự chấm dứt cuộc đời của tôi”.

Khổ đau của sanh còn đáng sợ hơn khổ đau của chết. Không có hạnh phúc nào bất kể bạn sanh ra ở đâu, vì bản chất của dòng sanh tử thì giống như một ngọn lửa dữ dội. Thế nên hãy tìm kiếm một phương pháp để giải thoát khỏi nó ngay bây giờ.

Những chúng sanh trong địa ngục thì bị nóng và lạnh hành hạ, quỷ đói thì bị đói và khát, thú vật thì ăn thịt lẫn nhau, ngu si không biết gì và con người thì bị ba và tám khuyết điểm (2). Atula thì đánh nhau và chiến tranh, chư thiên thì bị chết, chuyển di thức và rớt xuống tái sanh thấp hơn. Hạnh phúc của họ có thể biến đổi thành buồn đau và khổ đau của việc bị ô nhiễm thì lớn lao. Sau khi thức của họ bị chuyển di khỏi những lạc thú và thoải

mái của những cõi trời, họ có thể đi vào những ngọn lửa của một địa ngục lần nữa. Nghĩ như vậy, hãy hành động để vượt khỏi sanh tử luân hồi.

Những hình tướng xuất hiện của cuộc đời này giống như một giấc mộng trước khi thức giấc. Chúng biến đổi và vô thường. Bởi vì bạn phải bỏ chúng lại đằng sau, những người thân, sự thịnh vượng và các thứ có thể làm gì cho bạn? Hãy nỗ lực thực hành Pháp ngay bây giờ.

Tham muốn giống như thuốc độc, như vũ khí hay lửa. Khi đụng đến nó, sự hành hạ là thường trực nên không hề có cơ hội cho hạnh phúc. Sự khổ đau tiếp theo là làm việc để gom góp, bảo vệ và tăng thêm, bạn luôn luôn bị trói buộc vào sự tích trữ, tính keo kiệt và tham lam. Tranh đấu với mọi người, những mê lầm nhiễm ô của bạn tăng trưởng. Tâm bạn lang thang với công việc bận rộn và thân thể và đời sống bạn bị đe dọa.

Có quá nhiều lo toan và hoạt động thì đi nghịch lại với những thực hành Pháp của bạn và những bậc Thánh luôn coi thường những việc ấy. Nếu bạn ít tham muốn, những hành động đức hạnh của bạn sẽ tự động tăng trưởng. Thế nên bạn muốn dẫn thân vào con đường đến giải thoát an lạc thì hãy bớt tham muốn và tự biết đủ.

Có nói rằng nếu bạn hết những tham muốn, bạn là một vị Thánh đích thực và nếu tham muốn của bạn ít, bạn gần là một vị Thánh. Cũng như khổ đau và mê lầm tăng trưởng cho người tham muốn, những hành động đức hạnh tăng trưởng cho người ít tham muốn. Thế nên hãy theo dấu chân của những vị thầy cao cả của quá khứ. Hãy luôn luôn bằng lòng và có ít sở hữu.

Những lỗi lầm khi sống với người ta quả thật là vô cùng. Có quá nhiều sự xao lãng và hoạt động vô ích. Tức giận, cãi cọ và chiến đấu tăng thêm, hấp dẫn và ghê tởm sanh khởi. Bạn luôn luôn bị ô nhiễm bởi những thói quen xấu của họ và điều này là vô ích. Bất kể bạn làm gì, không có lúc nào bạn có thể làm hài lòng họ được. Bất kể bạn cố gắng nhiều để chỉ bày cho họ, cơ hội thật ít ỏi để làm lợi lạc cho họ. Bất kể bạn nghe họ nhiều bao nhiêu, không có cái gì tốt đẹp đến từ đó. Bất kể bạn thân thiết với người nào, chẳng hạn người bạn tốt nhất, cuối cùng bạn cũng phải rời xa. Thế nên hãy từ bỏ mọi dấn thân, trong đó bạn nương dựa vào những người theo mình, những bạn bè hay thân thuộc. Hãy dứt khoát nỗ lực từ hôm nay để sống nơi cô tịch và thực hành Pháp thanh tịnh.

Những con người cao cả nhất trong quá khứ đã nói rằng khi sống nơi yên tĩnh họ đã tìm thấy cam lồ của Pháp. Thế nên hãy quyết định rằng bạn cũng sẽ sống một mình trong rừng vắng để đạt đến an lạc.

Sống trong yên tĩnh được các Đức Phật Chiên Thắng khen ngợi. Không có ai làm rộn bạn, tập trung nhất tâm sâu thẳm sẽ tăng trưởng. Bạn thực hành Pháp một cách tự nhiên và những tư tưởng về vô thường sanh khởi. Cửa cái để qua một bên và bạn không có công việc bận rộn hay xao lãng. Khỏi lượng những phẩm tính tốt như lòng tin và từ bỏ nhân lên, và bởi vì không liên hệ với người khác, những hoạt động của bạn tự động ít đi.

Thế nên, không có tám mối bận tâm thế gian, không lo làm cho ai hạnh phúc hay phải giữ thể diện, hãy trải qua ngày và đêm với Pháp trong an lạc. Như thế hãy làm cho sự việc có được thân người tự do và những khả năng trở nên ý nghĩa và đầy lợi lạc. Vì

những lợi lạc của mọi điều này thì không thể diễn tả, hãy cố gắng thực hành định tâm cho suốt cuộc đời bạn trong cô tịch rừng núi.

Nguyện cho cơn mưa mát mẻ của Pháp dập tắt tư tưởng phiền não mê lầm. Nguyện nó làm đầy ao sen của tích tập công đức của định tâm nhất niệm. Nguyện cho nó mở rộng sự chứng đắc Cõi An Lạc.

2. THỰC HÀNH PHÁP NHƯ MỘT CON ĐƯỜNG

Hãy giả sử rằng với niềm tin bạn đã đi vào Pháp cao cả, tốt lành, tối thượng và bây giờ bạn muốn tiến thêm trên con đường giải thoát. Điều bạn phải làm là đưa Pháp vào thực hành như một con đường (một cách sống). Điều này là thiết yếu để rèn luyện tâm bạn.

Có những người đi vào giáo lý của chư Phật theo cách này và thậm chí đã dấn thân vào nghe (văn), suy nghĩ (tu) và thiền định (tu). Nhưng một số không yên bình: họ có một tâm thức thấp. Một số theo đuổi những con đường sai lầm và thấp kém. Một số có tham muốn và khát khao lớn lao, và một số xao lãng theo những quan tâm đời thường. Mọi lỗi lầm trái với Pháp như vậy sanh ra từ việc không thực hành Pháp như một con đường. Những lỗi lầm đến từ đời này và đời tương lai thì vô lượng. Người ngu mê bởi những lừa gạt như vậy sẽ hối tiếc vào lúc chết và sẽ kinh sợ, lo âu trong trung âm. Nó sẽ đến một trạng thái tái sanh thấp hơn và không có cơ hội giải thoát vĩnh viễn khỏi sanh tử. Thế nên hãy thực hành Pháp như một con đường.

Dù người uống thuốc để chữa bệnh mình, nếu họ không dùng một cách thích hợp, họ có thể bệnh hơn trước. Cũng vậy, Pháp đâu có ích gì nếu không theo đuổi một cách thích đáng như một phương thuốc chữa bệnh. Thế nên, vì có vô số lỗi lầm như thế, các bạn có lòng tin cần hiểu rõ điều này.

Thực hành Pháp như một con đường trước hết phải phụ thuộc vào vị thầy tâm linh của bạn. Thế nên điều quan trọng là nương dựa vào một guru đầy đủ thẩm quyền và cao cả. Bất cứ những phẩm tính tốt nào đều đến từ đó.

Về phần vị ấy, ngài phải là một người với lòng bi và phương tiện thiện xảo, thanh thản, tự kiểm soát và kiên nhẫn. Những thệ nguyện, những lời nói danh dự và hành vi phải hoàn hảo. Ngài đã nghe nhiều giáo lý và thực hành tốt. Những làn sóng truyền cảm hứng phải không hạn lượng, tự động ảnh hưởng đến thái độ của những người khác. Ngài phải không quan tâm đến cuộc đời này và thanh tịnh như bầu trời. Một người như vậy khiến cuộc đời của bất cứ ai gắn bó với ngài trở nên có ý nghĩa và đặt để họ trên con đường giải thoát, vị ấy là một hình tượng của các bậc Chiến Thắng biểu lộ vào thời kỳ suy thoái. Thế nên hãy tận tụy với ngài trong sự kính trọng lớn lao.

Những lợi lạc từ điều này thì vô lượng và vô tận. Bạn trở nên chán ghét vòng sanh tử và từ bỏ nó. Như vậy những tư tưởng của bạn đối với cuộc đời này và sự bám chấp vào sự có thực của những hình tướng lừa dối rơi rụng. Bạn sẽ tự nhiên có sự tự kiểm soát và sẽ nghe, suy nghĩ và thiền định về giáo lý. Bạn sẽ có được nhiều phẩm tính tốt và rộng lớn như lòng tin. Cuộc đời hiện tại của bạn trở nên có ý nghĩa và các đời sau sẽ thu hoạch những kết quả. Thế nên hãy tận tụy với một vị thầy thánh thiện.

Hơn nữa bạn sẽ không bắt lương với ba cửa thân, ngũ và tâm. Hãy giống như một người bệnh với bác sĩ, một người buôn đi trên biển đối với người lái tàu, một hành khách với người chèo đò, một người du hành đối với các người hộ tống. Hãy luôn luôn làm hài lòng ngài với sự phục vụ thành kính. Có dạy rằng nếu

bạn phát triển một thái độ bất kính hay một quan điểm sai lầm về ngài, bạn sẽ tái sanh vào địa ngục với số kiếp tương đương với số lần (bạn phát triển sự đối nghịch đó). Thế nên hãy giữ gìn như bạn giữ gìn con mắt, những lời nói tôn kính với ngài. Hãy làm điều này bằng cách sám hối (nếu đã vi phạm), hãy tự ngăn ngừa mình và cảm thấy hối tiếc lớn lao.

Hãy tận tụy như vậy đối với một vị thầy tâm linh cao cả và trau dồi dòng tâm thức của bạn bằng cách nghe, suy nghĩ và thiền định (những chỉ dạy của ngài). Rồi một cách có chủ đích hãy chuyển hóa bất cứ điều gì bạn làm thành công đức với ý tưởng chỉ mong muốn giải thoát. Đây là một chỉ dạy truyền thống truyền miệng về việc làm sao thực hành Pháp như một con đường.

Bất cứ khi nào bạn nghe những giáo lý, những suy nghĩ, hay đọc tụng chúng, đảm trách chúng để giải thoát dòng tâm thức của bạn. Bất cứ khi nào bạn viết, đọc, ghi nhớ, hay dạy, hãy theo đuổi những việc ấy với chỉ mong muốn giải thoát. Không có cái gì cao hơn những giáo lý thiết yếu truyền miệng này.

Ăn, ngủ, đi, ngồi nói, suy nghĩ... mọi hoạt động bạn làm, chớ bao giờ để tâm bạn lạc khỏi ý muốn giải thoát. Hãy phát triển sự chán ghét sanh tử và như vậy rèn luyện dòng tâm thức của bạn. Đây là điểm thiết yếu để thực hành Pháp như một con đường.

Hơn nữa, để đi trên con đường Đại thừa đặc biệt, bạn cần hướng bất cứ hành động đức hạnh nào bạn làm đến sự lợi lạc cho những người khác. Như vậy để làm lợi lạc cho chúng sanh, bạn cần toàn tâm thực hành khai triển một động cơ Bồ đề tâm gồm lòng bi và giác ngộ, có một quan tâm nồng nhiệt (nhắm đến giác ngộ và cứu giúp những người khác), hồi hướng công đức của bạn và hoan hỷ (tùy hỷ) với những công đức của người khác và

của chính bạn. Trong sự kết nối này bạn sẽ nhận biết rằng trong những đời trước mọi chúng sanh đã từng là cha mẹ, thân thuộc và bạn bè thân thiết của bạn. Như vậy họ nhận sự giúp đỡ của bạn là điều thích hợp.

Tự bạn phải khai phát một động cơ nhắm đến giác ngộ vì lợi lạc của những người khác. Rồi hãy thực hành đức hạnh cho sự lợi lạc của tất cả chúng sanh. Bằng những hành động đức hạnh của bạn, những người khác sẽ trở nên hạnh phúc. Bạn cần trau dồi và nâng cấp động cơ giác ngộ với lòng bi vô lượng bằng cách nghĩ rằng, “Nguyện sự khổ đau của mọi chúng sanh chín thành trên tôi và những hành động công đức của tôi chín thành trên họ. Nguyện tất cả chúng sanh đạt được Phật tánh”.

Bất cứ hành động đức hạnh nào bạn làm, trước đó hãy khai triển Bồ đề tâm, thực hiện chúng mà không chấp vào bất kỳ tướng nào và kết thúc chúng bằng hồi hướng công đức. Hơn nữa, bạn cần hoàn toàn tịnh hóa ba lãnh vực – đối tượng được thực hành, điều đang thực hành, và người đang thực hành. Giống như những ảo ảnh, chúng chỉ là những hiện tượng dựa trên cái không có gì thật, như những tạo tác huyền thuật. Thế nên khi tịnh hóa bản chất của ba lãnh vực ấy, bạn cần hồi hướng công đức để làm lợi lạc cho những người khác.

Quan tâm nồng nhiệt là có lòng tin cực độ vào chư Phật Chiến Thắng, Pháp các ngài dạy, những con cái thánh thiện của các ngài là những Bồ tát, và những đối tượng cho sự tích tập công đức – tin vào tất cả những cái ấy, không trừ điều gì. Từ sự quan tâm cho lợi lạc của chính bạn, cho những người khác và cả hai, bạn sẽ nhận được sự ca ngợi, kính trọng và quý mến vượt khỏi mọi thí dụ.

Tùy hỷ là thiên định về hạnh phúc bao trùm mọi hành động đức hạnh của chư Phật, chư Bồ tát Phật tử và tất cả chúng sanh. Đây là một phương pháp tối cao để chuyển hóa số công đức bao la thành tánh giác bốn nguyên vô lượng.

Cần phải cúng dường những cầu nguyện thanh tịnh để làm lợi lạc chúng sanh. Trong sự nối kết này giáo lý truyền thống truyền miệng về sự tịnh hóa các đối tượng của sự thực hành của bạn cần được thiên định.

Bất cứ hành động nào bạn làm cần được kèm theo một cầu nguyện thanh tịnh. Chẳng hạn, khi đi bạn cần cầu nguyện rằng tất cả chúng sanh cũng tiến bộ đến trạng thái giác ngộ; khi ăn, rằng mọi người có thể sống bằng sự nuôi dưỡng của tập trung nhất tâm; khi thở vào, rằng bạn xua tan mọi mê lầm của những người gần bạn; và khi thở ra, bạn cho những người khác an lạc; và vân vân.

Chớ bao giờ bị xao lãng dù một khoảnh khắc vào những sự vật bình thường. Hãy xem thực hành chính yếu của bạn là làm việc cho những người khác và làm đức hạnh với ba cửa thân, ngữ, tâm. Rèn luyện dòng tâm thức của bạn để có một khai triển vượt trội một động cơ Bồ đề tâm đã được nói là cách thức làm cho bất cứ thực hành Pháp nào trở thành một con đường (đến giác ngộ).

Theo cách này, nguyện âm thanh êm ả của cái trống của nghĩa sâu xa, tiếng bùm bùm dịu dàng thân thuộc vừa bao la vừa sâu thẳm, đánh thức tất cả chúng sanh khỏi cơn trúng độc ngủ mê trong vô minh của họ. Nguyện họ thấy được rộng một lễ hội hoan hỷ của bình an.

3. TIÊU TRỪ MÊ LÂM TRÊN CON ĐƯỜNG

Hơn nữa, có những phương pháp chung, đặc biệt và vô song để tiêu trừ mê lâm trên con đường.

Khi chấp nhận việc đi trên con đường đạo sau khi xoay hướng tâm bạn về Pháp, cốt yếu là tiêu trừ mọi mê lâm và mọi gốc rễ của sai lạc. Nếu không, sẽ có nhiều trở ngại và che chướng.

Cái thứ nhất là con đường Đại thừa chung. Trên đó bạn trau dồi động lực Bồ đề tâm trên cơ sở của bốn tâm vô lượng. Có được như vậy với cầu nguyện và lòng bi, bạn loại trừ mê lâm (cản trở tiến bộ của bạn) bằng cách làm việc hăng say (cho những người khác). Với Bồ đề tâm có bản chất là tánh Không và lòng bi, bạn sẽ có thể đáp ứng trọn vẹn mục tiêu của bạn và của những người khác.

Có hai cấp độ của Bồ đề tâm, tương đối và tối hậu. Cái trước là động lực đạt đến giác ngộ để có thể giải thoát tất cả chúng sanh và được phát triển qua lòng bi. Cái sau là sự chứng ngộ thật tánh của thực tại và được trau dồi qua thiền định tánh Không. Với sự đạt đến hai cái đó hợp nhất với nhau, tức là phương tiện và trí huệ, bạn hoàn thành Phật quả và khả năng đáp ứng những mục đích của mọi người tức là thoát khỏi khổ đau.

Để xóa sạch những vết bản vô thường khỏi tánh Không của tất cả mọi sự, vốn đầy đủ công đức và không bị điều kiện hóa,

bạn phải thiền định về ba mươi bảy phẩm trợ đạo khi ở trên con đường tích tập, chuẩn bị, thấy và thiền định (3).

Trong Phật quả bạn hoàn toàn chứng ngộ Phật tánh của bạn, nó đồng nghĩa với tánh Không của mọi sự, bản tánh thường trụ không do duyên của thực tại. Tuy nhiên, Phật tánh của bạn bị che ám bởi những vết bẩn không bền của vô minh, mê lầm, những nhiễm ô về đạo đức và tâm trí... Để rửa sạch chúng, bạn phải vượt qua bốn con đường của những cấp độ, trên đó bạn thực hành ba mươi bảy phẩm trợ đạo dẫn bạn đến hoàn hảo.

Bạn phải thấu hiểu đầy đủ kiến giải về mười sáu loại tánh Không (4) thanh tịnh và đúng đắn và hoàn tất thực hành không làm lỗi sáu ba la mật. Và đặc biệt về trí huệ ba la mật, bạn phải thấu hiểu tính vô ngã, vô tự tánh, quy ước của cái tôi và của mọi hiện tượng. Dùng những phương pháp này như một đối trị, bạn xóa sạch những nhiễm ô đạo đức và tâm trí. Đây là con đường tuyệt hảo của những Bồ tát.

Con đường này có thể được khảo sát tỉ mỉ hơn như sau.

Dù mọi sự hiện hữu (ở cấp độ quy ước) chỉ theo cách những ảo ảnh, giấc mộng và những hình tướng xuất hiện dối lừa, bạn từ bỏ và chấp nhận (thực hành thích hợp trên con đường giác ngộ), hãy làm việc vì lợi lạc của những người khác, tránh những hành động bất thiện và đảm đương những hành động thiện. Bạn rửa sạch những nhiễm ô của tham muốn, ghê tởm do sợ và giận, và tâm thức đóng kín với nước của (những đối trị của chúng, nghĩa là thiền định về) xấu xí bất tịnh, tình thương và sanh khởi tùy thuộc lẫn nhau.

Về hai cấp độ chân lý, trong thực tại tương đối hay tác dụng, mọi vật giống như ảo ảnh hay giấc mộng. Tuy nhiên, căn cứ vào những điều này, bạn thực hành và làm lợi lạc những người khác qua sáu ba la mật và những phương pháp khác được đề cập trong kinh Đại thừa. Bạn áp dụng những cái chống đối trực tiếp với những mê lầm của bạn bằng cách thiền định những cái đối nghịch của chúng. Chẳng hạn, để làm tiêu tan tham muốn khát khao bạn thiền định về sự xấu xí bất toàn của cái mà bạn mong sở hữu. Bạn khai triển tình thương đối với cái bạn ghét và phá tan tâm trí hẹp hòi chấp chặt bằng cách nghiên cứu cơ cấu duyên sanh. Nhờ những phương pháp như vậy bạn có thể vượt thắng và tiêu trừ mê lầm của những nhiễm ô che ám Phật tánh của bạn và như vậy con đường đến giác ngộ sẽ trở nên sáng tỏ và rộng mở.

Bởi vì cấp độ tối hậu của chân lý là vô sanh và thanh tịnh, nó không có nhị nguyên phân biệt sanh tử và niết bàn. Nó thoát khỏi mọi tạo tác của tâm thức.

Để trau dồi Bồ đề tâm tối hậu, bạn phải thấu hiểu rằng bản tánh tối hậu, thường trụ của thực tại không phải là cái gì được sanh ra từ những nhân và duyên. Nó hoàn toàn thanh tịnh và thoát khỏi những tạo tác tâm thức như những phân chia sanh tử và niết bàn, đức hạnh và không đức hạnh, tốt và xấu, và vân vân.

Khi bạn đã xác minh nghĩa của Trí huệ ba la mật, nó là tánh Không của cái tôi và mọi hiện tượng quy ước, không còn hai cực đoan sanh tử và niết bàn. Những phân chia như vậy là những hình tướng lừa dối của cấp độ chân lý tương đối. Từ quan điểm của cấp độ tối hậu, bây giờ chỉ có tánh Không. Sự hợp nhất của hai cấp độ này là cái thấy tối thượng.

Đây là nghĩa của hai chân lý. Con đường của sự sanh khởi phụ thuộc lẫn nhau (duyên sanh) là Đại thừa “nhân” của nghiên cứu triết học.

Sự xuất hiện của mọi sự vật của sanh tử và niết bàn đặt nền trên những tiến trình nhân của duyên sanh. Những xuất hiện ấy là không chổi cải. Chúng là trò phô diễn tự nhiên không ngừng của tánh Không, như trò chơi của ánh sáng, trò chơi của những xoáy và sóng trên nước và tiếng xào xạc của lá. Mọi sự của thực tại tương đối đều theo cách như vậy. Nhưng bởi vì những xuất hiện là không thể bác bỏ, nên có cấp độ tương đối hay hiệu dụng của chân lý.

Trên cấp độ tối hậu, không có những sự vật được nhận biết một cách chắc chắn ngoài cái một vị của sự vắng mặt tất cả tạo tác ý niệm. Thực tại tối hậu siêu vượt khỏi sự phân chia thành chủ thể và đối tượng. Nó là nền tảng, cái vô sanh, cách thể hiện hữu thanh tịnh của những xuất hiện của cấp độ tương đối. Như vậy hai cấp độ chân lý là không tách lìa nhau.

Về sự xác minh nghĩa của tánh Không, cả cách tiếp cận của Kinh thừa và của Đại Toàn Thiện đều như nhau. Hai hệ thống có thể đặt tên và phân chia sự vật một cách khác nhau, nhưng dù chúng làm cách nào, bản chất của tánh Không là một. Đặc trưng phân biệt ở đây là trong Đại thừa nhân khi bạn trau dồi tâm mình bạn trở nên càng lúc càng thông thái nhờ những nghiên cứu triết học và như vậy làm rộng tầm nhìn của bạn không ngừng. Nó được biết như là “nhân” bởi vì trên nhân ấy bạn thực hành con đường của những nguyên nhân như là sáu ba la mật, ba mươi bảy phẩm trợ đạo và những kỹ luật đạo đức và trí thức khác nhau để đạt đến Phật quả. Phật quả xuất hiện như là kết quả khi mọi nguyên nhân như vậy đã trọn đủ.

Phát triển hai loại Bồ đề tâm tương đối và tối hậu, và xác minh nghĩa của hai cấp độ của chân lý, là những giáo huấn để tiêu trừ mê lầm trên con đường Đại thừa chung của những kinh điển.

Con đường Đại thừa đặc biệt của những tantra bí mật có bên ngoài và bên trong. Nó có phương pháp tối cao không thể nghĩ bàn của sự hợp nhất những giai đoạn phát triển và thành tựu nhờ đó bạn xóa tan mê lầm qua những giai đoạn khác nhau.

Cả giai đoạn phát triển và giai đoạn thành tựu của tantra gồm những thực hành khác nhau để loại bỏ nhận thức bất tịnh, lừa dối, che ám con đường. Cái trước gồm những quán tưởng phức tạp và cái sau là thiền định về tánh Không. Thực hành chỉ một giai đoạn là không đủ. Những quán tưởng cần trở nên cụ thể; bạn phải nhận biết rằng nền tảng của chúng là tánh Không, hơn nữa, tánh Không cần phải không được xem là bác bỏ mọi sự vật một cách hư vô chủ nghĩa. Nó không ngăn chặn duyên sanh. Như vậy sự hợp nhất (yuganaddha) của giai đoạn phát triển và giai đoạn thành tựu có nghĩa là sự thực hành đồng thời cả hai – không phải làm cái này mà không có cái kia.

Trong ba tantra bên ngoài, sự nhấn mạnh chính yếu là vào tịnh hóa. Bạn từ bỏ và giữ lấy cái thích hợp và như vậy loại trừ những vết bản bằng cách áp dụng những đối trị.

Ở cấp độ thực hành ba tantra bên ngoài – kṛya, charya và yoga – bạn chưa có thể chuyển hóa mê lầm hay nhiễm ô thành tánh giác nguyên sơ. Thế nên bạn từ bỏ cái trước và giữ lấy cái sau. Bạn áp dụng trực tiếp những đối trị chống lại những nhiễm ô về đạo đức và tâm thức như những thực hành tịnh hóa tắm rửa và xúc dầu theo nghi lễ, thiền định về từ và bi...

Lần lượt thực hành chúng nghĩa là áp dụng bất kỳ đối trị nào cần thiết đối với bất kỳ nhiễm ô nào có mặt hay vắng mặt trong một hoàn cảnh nhất định. Bởi vì con đường được quan niệm theo những nhiễm ô được chùi sạch và những đối trị để chùi sạch chúng, nên có sự áp dụng lần lượt này. Những tantra bên ngoài thì rất khó thực hành.

Về những tantra bên trong, do tánh giác nguyên sơ vốn là một nhất thể không phân chia, những cái cần bỏ trở thành con đường nhờ áp dụng những phương tiện.

Những tantra bên trong là maha-yoga, anu-yoga và ati-yoga. Trong thực hành chúng, bạn chứng biết tánh giác nguyên sơ (jnana, yeshes), nó là một nhất thể không phân chia của phương pháp và trí tuệ – nói cách khác, nhất thể của thực tại tương đối và tối hậu từ quan điểm nhất thể này là một chức năng hiểu biết. Nhờ sự toàn vẹn của tánh giác nguyên sơ này, những cái ấy được từ bỏ, như những nhiễm ô cùng với khổ đau của chúng được sử dụng, khi chúng khởi lên, như những phương diện của con đường qua sự áp dụng những phương tiện thích hợp. Điều này không có nghĩa bạn khuyến khích sự sanh khởi những trạng thái nhiễm ô của tâm. Đúng ra, không cần hành động cố ý từ bỏ những mê lầm; chúng tự động được siêu vượt với tánh giác. Đây là điểm đặc trưng phân biệt của ba tantra bên trong cao hơn.

Mọi sự xuất hiện một cách tự nhiên trên mạn đà la, cái này là nền tảng bao la, Phật tánh, và hãy đơn giản làm như vậy bằng chính tâm bạn.

Thực tại tối hậu là mạn đà la của không gian thanh tịnh hoàn hảo của tánh Không. Nó giống như một cái gương “ảo thuật”. Cái xuất hiện không ngăn ngại trong đó là mọi sự vật của thực

tại tương đối, kể cả tâm của bạn. Những sự vật này xuất hiện tự nhiên trên tấm gương “ảo thuật” này, bằng và đến tâm bạn. Không có thực tại thứ ba nào là một tâm hiện hữu thực sự hay những đối vật nơi thực tại tối hậu của tấm gương và nơi thực tại tương đối của những hình bóng trong đó.

Chúng là những lừa dối mê mờ và không hiện hữu thực sự. Chúng là những hình tướng trống không tuy nhiên xuất hiện một cách phân biệt như năm uẩn và các giác quan, các trần, giới, xứ.... Được nhìn một cách thanh tịnh, chúng là các bộ Phật và .v.v.

Mọi hiện tượng của thực tại tương đối đều trống không trong bản chất. Chúng có vẻ hiện hữu, nhưng không thực chút nào. Tuy nhiên từ tánh Không những xuất hiện hình tướng khác biệt sanh khởi, chẳng hạn những sắc. Chúng là những phản chiếu trong tấm gương “ảo thuật”, tánh Không, và xuất hiện khác nhau như các uẩn và thức của bạn, năng lực nhận biết và những tương đối của tâm và các giác quan của bạn. Với thị kiến thanh tịnh bạn kinh nghiệm chúng trong một cách vi tế hơn. Bạn nhìn thấy năm uẩn của bạn là năm vị Phật Thiên, năm nguyên tố của thân (đất, nước, lửa, gió và không gian) là năm phối ngẫu (của năm vị Phật Thiên), tám thức là tám Bồ tát thiên định và vân vân. Như thế toàn bộ thân thể và mọi nhiệm ô của bạn được nhìn là có một bản chất của thiêng liêng.

Như vậy trên giai đoạn phát triển tất cả mọi xuất hiện được hợp nhất thành một mạn đà la đơn nhất. Những thân thể trở thành những bản tôn, ngũ trở thành thần chú, và những tư tưởng là sự khởi lên và tan vào của tánh giác nguyên sơ. Theo cách này những xuất hiện lừa dối của đời thường được nhìn như một cõi Phật.

Những sự vật tương đối và đời thường có vẻ là cụ thể, thực. Đây là lừa dối vì thật ra chúng không có hiện hữu thật. Khi sự lừa dối mê mờ này được siêu thắng với tánh giác nguyên sơ, chúng được kinh nghiệm hoàn toàn khác, vi tế hơn. Từ quan điểm sự thống nhất của tánh Không và hình tướng xuất hiện, mọi sự thật ra là một cõi Phật hoàn hảo – một mạn đà la đầy những bồn tôn. Không có cái gì ở đây có thể còn được xem là một “xuất hiện lừa dối”.

Mọi thân thể và ngữ đều được trở thành những bồn tôn và thần chú qua loại thị kiến thanh tịnh này. Bất cứ ý nghĩ hay nhớ tưởng nào xảy ra đều được nhìn là trò chơi của tánh giác nguyên sơ nhờ quán tưởng tánh giác trong những hình thức khác nhau lưu xuất từ bạn rồi lại thu vào. Thực hành toàn bộ này trong đó cần thiết chuyển hóa thân, ngữ, tâm thành những bồn tôn, thần chú... để loại bỏ mê lầm về chúng là con đường của giai đoạn phát triển.

Qua giai đoạn thành tựu, bạn đi vào lĩnh vực của tịnh quang không thể nghĩ bàn trong đó mọi sự ở trong trạng thái tánh Không hiện thực. Điều này thành tựu qua những phương pháp yoga liên hệ với những kinh mạch năng lượng, những dòng năng lượng và những năng lượng sáng tạo. Thức và những dòng năng lượng được bạn kiểm soát và trở nên hữu dụng.

Trên giai đoạn thành tựu của các tantra bên trong, bạn xem thân thể là những kinh mạch năng lượng (nadi), ngữ của bạn là những dòng năng lượng (prana, khí) và tâm của bạn là những năng lượng sáng tạo (bindu). Khi thực hành những phương pháp yoga liên quan đến những hệ thống năng lượng này, bạn thiền định về bản tánh của tâm là tánh giác nguyên sơ mang tính chất

đại lạc. Như một kết quả, những dòng năng lượng này trở nên có thể sử dụng để hoàn thành những chứng đắc thần lực thế gian và siêu thế gian (siddhi). Có nhiều thí dụ về những Đại thành tựu giả (Mahasiddha) trong quá khứ đã thực hiện những công việc kỳ diệu nhờ đã làm chủ những phương pháp như vậy. Những việc ấy có thể xem từ tiểu sử của các vị.

Lãnh vực tánh Không và tánh giác nguyên sơ trở nên nối kết. Nhất thể không thể phân chia này là con đường của Đại Ấn (Mahamudra). Đây là Kim Cương thừa “quả” của những tantra bí mật.

Qua những kỹ thuật ở trên bạn chứng ngộ nhất thể của tánh Không và tánh giác nguyên sơ, hay nói cách khác, của tánh Không và sự phô diễn vô ngại của nó. Như vậy bạn đạt Thân tánh giác nguyên sơ (Jnanakaya) của một vị Phật, phương diện biết của Thân Bản tánh Tinh túy (Svabhavakaya) – cái sau là bản tánh thường trụ của tất cả thực tại. Bởi vì Phật quả được hiểu là đồng nhất với bản tánh thường trụ này, không cần liên hệ với những nguyên nhân cho sự sanh khởi của nó. Đúng hơn, sự nhân mạnh được đặt vào sự trau dồi sự chứng ngộ thực tại này. Như vậy con đường Đại Ấn của những tantra liên hệ một cách liên tục với những kết quả hay mục tiêu của nó, tức là trạng thái Phật quả, và bởi thế nó được ám chỉ đến như là con đường “quả”.

Yoga những kinh mạch năng lượng.... là bản sắc hàng đầu của anu-yoga. Nó cũng được thực hành trong ati-yoga, và cũng như ati, trong maha-yoga. Thật vậy, tất cả ba tantra bên trong đều thâm nhập lẫn nhau, hiện thân những phương diện của nhau. Một thực hành nào đó được xếp loại là maha, anu, hay ati-yoga trong quy chiếu với cái được nhấn mạnh hay đề cao trong đó. Bản sắc

nổi bậc của một thực hành maha-yoga là giai đoạn phát triển, của anu-yoga hay Đại Toàn Thiện (Dzogchen) là sự trau dồi chứng ngộ tánh Không của mọi vật. Tuy nhiên, mỗi thực hành này đều có những giai đoạn phát triển (maha), thành tựu (anu) và Đại Toàn Thiện (ati). Bởi ý định trình bày một cách lý thuyết, dễ hiểu hơn nếu ba tantra bên trong được đề cập riêng rẽ.

Chẳng hạn, trong một thực hành maha-yoga bạn bắt đầu với thiền định về tánh Không, thấy mọi sự được tịnh hóa thành tánh Không. Từ trạng thái này sanh khởi những làn sóng mạnh mẽ của động lực lòng bi. Điều này được gọi là “tập trung nhất điểm xuất hiện mọi nơi”. Khi sự hợp nhất của tánh Không và lòng bi được thiết lập qua thiền định như vậy, nó được gọi là “tập trung nhất tâm vào tánh Như”.

Trong trạng thái này sự sanh khởi của tánh giác thanh tịnh được thực hành qua thiền định về một chủng tử tự được quán tưởng như “HUM”. Những tia sáng được phát ra từ nó, tịnh hóa toàn bộ môi trường sanh tử và chúng sanh trong đó. Tất cả được thấu hiểu là tánh Không. Qua một tiến trình như vậy thế giới trở thành một cõi Phật hay một cõi linh thiêng của một bản tôn thiền định, những buyn định trở thành lâu đài thượng giới của bản tôn và tâm bạn trở thành chủng tử tự. Nếu chữ này là HUM, bấy giờ ở giai đoạn kế tiếp nó trở thành một kim cương hay trượng sấm sét của Bồ đề tâm. Từ kim cương này, ánh sáng phát ra và rồi trở thành bản tôn thiền định, chẳng hạn Vajrasattva. Tiến hành như vậy qua nhiều giai đoạn dài, bạn thực hành giai đoạn phát triển của tantra maha_yoga.

Trong một thực hành anu_yoga những giai đoạn trên được rút ngắn cách nào đó. Nhân mạnh nhất là vào sự làm chủ yoga

liên hệ với những kinh mạch năng lượng, dòng năng lượng và những năng lượng sáng tạo.

Ati-yoga hay Dzogchen thường được biết như “maha-ati”, ở đây “maha” ám chỉ sự thực hành một giai đoạn phát triển trong maha-yoga. Theo nghĩa đen “maha” là “lớn, đại” và “ati” là “nhất”. Chứng ngộ bản tánh thường trụ của thực tại là thực hành cao nhất hay tối thượng.

Lý do tại sao một giai đoạn phát triển maha-yoga phải được kết nối với một thực hành anu hay ati-yoga là như sau. Nếu bạn đã không thiền định ít nhất đến một mức độ nào đó về quán tưởng Guru Rinpoche hay một bản tôn khác và tụng thần chú của ngài, bạn sẽ không có gì để đặt nền trên đó cho sự thực hành một giai đoạn thành tựu của anu-yoga. Bạn sẽ thiếu một bối cảnh trong đó thiền định về hệ thống năng lượng và tánh Không. Cũng vậy nếu bạn không tu hành một giai đoạn phát triển chủ tâm quán tưởng một bản tôn và tụng một thần chú, thì trong ati-yoga bạn sẽ không có cơ sở hay căn cứ cho phép bạn kinh nghiệm mọi sự một cách tự nhiên là một mạn đà la hoàn hảo, là bản tôn Như vậy ba tantra bên trong không được thực hành một cách riêng lẻ.

Thừa tối cao vô song là Dzogchen. Đại Toàn Thiện, có tác dụng đưa bạn trực tiếp vào cõi giới của cái vốn tự nhiên hiện hữu ở đó. Cõi giới hay lãnh vực này, nó là nền tảng, thì bất biến. Tất cả mọi phẩm tính tốt trong nó thì tự nhiên, tự phát như mặt trời, mặt trăng, các hành tinh và vì sao có trong bầu trời. Nó không cần được tìm kiếm bởi vì nó đã hiện hữu tự nhiên từ thời vô thủy. Không nỗ lực hay cố gắng. Con đường này vốn hiển nhiên.

Cõi giới nền tảng hay “địa tầng thiết lập” thì hiện hữu một cách bản nguyên, đồng nhất với tánh giác thanh tịnh. Nó không

hệ biến đổi và như vậy giống với bầu trời hay không gian. Trong không gian này những Thân Phật, những phẩm tính và tánh giác nguyên sơ sanh khởi tự phát như mặt trời, mặt trăng. ... xuất hiện trong bầu trời mà không cần tìm kiếm. Những hành tinh và ngôi sao không đến do những nỗ lực của bạn, nhưng bạn thấy chúng. Cũng thế, không có nỗ lực chủ ý bạn có thể thấy biết trực tiếp con đường hiển nhiên của tánh Không, bởi vì bản chất tánh Không là có thể thấy biết trực tiếp. Bây giờ, Đại Toàn Thiện là con đường của bản thân tánh Không.

Cõi giới mạn đà la của tịnh quang thì không tùy thuộc điều kiện. Nó là Pháp thân vốn sẵn, chủ đích toàn khắp (của chư Phật). Chúng ngộ nó một cách trực tiếp là cái thấy tối thượng về thực tại.

Bản tánh của tánh Không là tịnh quang, nó thanh tịnh và hiện diện từ thời vô thủy. Mạn đà la của cõi giới tịnh quang thì không tùy thuộc những nhân và duyên. Nó là Pháp thân vốn sẵn, bản tánh thường trụ không nhân duyên của mọi sự, tiềm ẩn trong dòng tâm thức của tất cả chúng sanh. Như vậy cõi giới nền tảng của tịnh quang của tánh Không trong dòng tâm thức của mỗi người là toàn khắp như không gian.

Pháp thân (Dharmakaya) là thân (kaya) làm nền tảng cho mọi sự vật (dharma, pháp), mà một vị Phật thấy biết và diễn tả. Nó là hiểu biết tri giác trực tiếp bản tánh tối hậu của cõi giới trống không của mọi sự và là nguyên nhân trực tiếp để một vị Phật hoàn thành những lợi lạc vô thượng cho tất cả chúng sanh.

Phật tánh là tánh Không hay Pháp thân từ quan điểm tiềm năng vốn sẵn của Phật quả. Nó vốn sẵn trong dòng tâm thức của tất cả chúng sanh. Samantabhadra (Phổ Hiền) là Pháp thân

được nhân cách hóa như là Phật bản nguyên (Adi-Buddha). Tâm của Phổ Hiền là một đồng nghĩa với chủ đích của chư Phật và là tánh giác vốn sẵn (svasamveda; rang_rig) nó chứng biết trọn vẹn trạng thái vốn giác ngộ của nó. Nói cách khác, dù tánh giác nguyên sơ vốn là bản tánh thường trụ của thực tại là sẵn có trong dòng tâm thức của tất cả chúng sanh, họ không biết đến nó. Nó bị che khuất trong vô minh hay theo nghĩa đen là “không biết”. Phổ Hiền, tuy nhiên, thì biết trạng thái vốn giác ngộ của mình. Cũng thế, khi bạn trở nên biết thể trạng vốn sẵn có của chính bạn, bạn tìm lại được tâm của Phổ Hiền. Chứng ngộ trực tiếp chủ đích toàn khắp này của chư Phật, tâm của Phổ Hiền, là cái thấy tối thượng về thực tại theo Đại Toàn Thiện. Nó đặt nền trên việc đưa dẫn trực tiếp đệ tử vào Pháp thân vốn sẵn trong dòng tâm thức của chính y.

Trên cõi giới hoàn toàn thanh tịnh này, có những đám mây che ám lướt qua. Chúng là những xuất hiện lừa dối, (phóng chiếu ra bởi) tâm thức của chúng sanh. Do những xuất hiện này, đặt nền trên không có thực, ba cõi và sáu loại chúng sanh duy trì nối tiếp.

Cõi giới trống không của mọi sự thì hoàn toàn thanh tịnh, thoát khỏi mọi tạo tác tâm thức. Trên đó, tâm thức vô minh phóng chiếu những vết dơ như những đám mây che tối bầu trời. Khi những vết dơ này của vô minh hay không biết che ám cõi giới tánh Không, bèn xuất hiện những chỗ ở của ba cõi (dục, sắc, và vô sắc) và sáu loại chúng sanh. Nói cách khác, những vết dơ này xuất hiện là những cõi và chúng sanh của sanh tử, dù về phần chúng, chúng không có hiện hữu thực. Những xuất hiện này sanh khởi từ lừa dối và mê lầm, và vì chúng những chúng sanh lang thang từ một nơi ở vật lý này đến một nơi khác một cách liên tục.

Phật tánh là bản tánh thực của Phổ Hiền vốn có trong mỗi người từ thời vô thủy. Nó thấm nhuần tỏa khắp tất cả chúng sanh. Tâm của Phổ Hiền được ví như bầu trời hay không gian, bởi vì nó là toàn khắp. Một tâm như vậy tri giác tánh Không của mọi sự và nhận biết điều này như thấy chính mình trong một tấm gương. Thế nên tâm của Phổ Hiền được nói là “nhận biết bởi chính mình khuôn mặt của chính mình”

Khi những chúng sanh không tự nhận biết theo cách này, Pháp thân vốn sẵn hay Pháp tánh vốn sẵn của họ trở thành một “a lại da” hay “nền tảng của mọi sự” đối với họ. Ở giai đoạn này bởi vì còn chưa có bám nắm nào vào sự phân biệt những đối tượng trong nền tảng đó, nó vẫn còn giống với bầu trời và lạc phúc và tánh Không là tính chất. Nói cách khác, khi bạn không thấy được Pháp thân là tự tánh của bạn, Pháp thân ấy trở thành một a lại da cho bạn- nguồn gốc của mọi sự của cả sanh tử và Niết bàn. Tuy nhiên, nó còn chưa sanh ra những cái ấy một cách hiện thể. Nó là tiềm thể cho tiến trình này và như vậy nó không phân chia.

Từ trò chơi của a lại da nền tảng này, sanh khởi loại không biết hay vô minh khiến bạn nghĩ đến chính mình như một cá thể đơn nhất, độc nhất. Cái tri thức vi tế này nghĩ “Tôi là” và nó được gọi là tự quan tâm (ahamkara). Tự nó khởi sanh cái thức bám chấp “Tôi” và “của tôi” nghĩ tưởng gom góp hay kéo những sự vật về mình để thiết lập hay chứng tỏ sự hiện hữu của riêng nó. Chính qua tiến trình này mà những đối tượng có thể nắm bắt sanh khởi.

Nếu ở giai đoạn này bạn chỉ để cho sự sanh khởi các đối tượng có thể nắm bắt đi qua – khoảnh khắc chúng sanh khởi, bỏ mặc chúng không theo đuổi hay xác nhận cái gì – tiến trình sẽ

chấm dứt. Tất cả mọi sanh khởi lắng xuống và tan biến. Nhưng nếu không để mặc chúng, thì sẽ có thêm thức giác quan và sự đồng hóa “thức này đang bám vật này” và “thức kia đang bám vật kia”. Tiếp theo là tiến trình đặt tên và gán cho ý nghĩa. Bám nắm hình thành như vậy đó.

Như thế một khi ý niệm “tôi” và “của tôi” đã sanh khởi, toàn bộ cơ chế của các đối tượng giác quan và thức, hay chủ thể và đối tượng, tiến hành để chứng nhận sự sở hữu của cái tôi tưởng tượng này qua kinh nghiệm của giác quan cụ thể. Cái tôi do tưởng tượng cố gắng làm cho nó cảm thấy có thật bằng cách tạo ra và theo đuổi những kinh nghiệm giác quan. Đây là một diễn tả ngắn gọn thức bám nắm và những đối tượng được bám nắm sanh khởi như thế nào, làm sản sanh và kéo dài sanh tử.

Bất cứ cái gì xuất hiện, bất kể nó là gì, nó không hiện hữu trên cấp độ tối hậu. Như những đám mây trong bầu trời, những xuất hiện ấy chỉ bởi vì những hoàn cảnh, những nhân duyên chốc lát. Thế nên sanh tử là vọng tưởng được đánh giá quá cao. Trong bản chất thật, nó tan rã.

Chúng sanh bám chấp cho là thật mọi đối tượng và những khoảnh khắc của thức được sanh ra trong quá trình ở trên. Tuy nhiên, nếu khảo sát thấu đáo, bản chất của chúng là tánh Không. Rốt ráo thì không cái gì có thể được tìm thấy. Mọi sự của thực tại tương đối xuất hiện qua những nguyên nhân thoáng chốc đổi thay như những đám mây trong bầu trời.

Khi hơi nước trong không khí được gió di chuyển, những đám mây được tạo thành trong bầu trời. Nhưng bởi vì mây là biểu lộ của gió và hơi nước của bầu trời, không thể quan niệm chúng thật sự khác hay tách biệt với bầu trời.

Cùng cách như vậy những xuất hiện lừa dối phát sanh bởi vô minh hay không biết của tâm bạn tạo ra ba cõi và sáu loại chúng sanh. Tâm giống như hơi nước, vô minh như gió, các cõi khác nhau và những xuất hiện lừa dối giống như những đám mây và bầu trời là Phật tánh. Tâm, một khả năng biết, thì vốn sẵn có trong Phật tánh như cách hơi nước có sẵn trong không khí. Do gió vô minh dẫn đi, những xuất hiện lừa dối của sanh tử tụ lại như những đám mây. Năng lực làm những xuất hiện này tan biến là tánh biết, đó là tánh giác mà không có một xuất hiện nào vượt khỏi sự phải có tánh Không như là bản tánh của chúng. Không có chỗ nào khác cho chúng được tạo thành ngoài tánh Không, cũng không có chỗ nào khác cho chúng đi.

Thế nên, nghĩ rằng sanh tử có hiện hữu thật là một đánh giá sai lạc và dư thừa. Đó là tưởng tượng có hiện hữu trong khi không có hiện hữu. Ba cõi sanh tử chỉ là một xuất hiện trên nền một cái không thực. Chúng được sáng tạo bởi vọng tưởng “Có cái này” và “Có cái kia”, và sau đó bạn bám nắm vào những vọng tưởng riêng của bạn. Khi bạn thấu hiểu bản chất thật sự của chúng, chúng tự nhiên tan biến như mây tan mất trong bầu trời.

Dù không hiện hữu thực, những sự vật vẫn xuất hiện. Tuy nhiên về phần chúng, chúng là trống không trong bản chất. Những xuất hiện trống không này không thật sự hiện hữu. Chúng giống như bóng mờ của chùm tóc rử (mà người bệnh mắt thấy), hay như một giấc mộng, một ảo ảnh hay một ốc tù và thấy thành màu vàng. Từ thời vô thủy những xuất hiện như vậy chưa bao giờ được kinh nghiệm là thật hiện hữu như cách chúng xuất hiện. Chúng không có nền tảng, không có chỗ nâng đỡ, không bắt đầu, ở giữa hay chấm dứt. Bạn phải thấu hiểu rằng từ thời vô thủy mọi sự là thanh tịnh trong bản chất.

Như vậy dù những xuất hiện thuộc sanh tử, và chúng sanh, môi trường xung quanh hay bất cứ cái gì, không có những đối tượng (ở bên ngoài cho thức) nắm lấy. Giống như những sáng tạo huyền thuật hay ảo ảnh. Hơn nữa, trong cùng cách, không có thức (bên trong) nào để nắm lấy cái gì. Tất cả thì thanh tịnh như không gian trống rỗng. Cả hai, thức và những đối tượng của nó không thật sự hiện hữu, sanh tử chưa bao giờ được kinh nghiệm là thật có. Bằng cách thấu hiểu rằng nó là một xuất hiện lừa dối và không thật sự không hiện hữu trong bản chất, bạn trở nên giải thoát khỏi nó.

Khi bạn thấu hiểu bản tánh thường trụ của mọi vật, không còn cái gì khác ngoài giải thoát, tức là qua sự tan biến của những đám mây của những xuất hiện lừa dối, chỉ còn bạn với bầu trời trống không của Phật tánh của bạn.

Những sự vật được bỏ hay lấy, những nguyên nhân, kết quả và những hoàn cảnh, tất cả đều là những xuất hiện. Bởi vì bản thân chúng là thanh tịnh, bạn phải thấu hiểu rằng bản tánh thực sự của thực tại ở cấp độ tối hậu thì vượt khỏi nguyên nhân và kết quả.

Bản tánh thường trụ của mọi sự là hiện hữu không độc lập vô tự tánh. Nếu nó không vượt khỏi nhân quả, bấy giờ rất ráo có hai cái: (1) bản tánh thường trụ, nó là hiện hữu không độc lập vô tự tánh, và (2) nhân quả, nó phải khác với bản tánh này, do đó nó phải có hiện hữu thật sự. Nhưng bởi vì nhân quả là hiện hữu không thật sự (duyên sanh), nên không thể nói nó ở cùng cấp độ tối hậu như bản tánh thường trụ. Thế nên bản tánh thực của thực tại thì vượt khỏi nguyên nhân và kết quả.

Nền tảng hay chỗ dựa cho sự chứng ngộ này là tánh giác thánh tịnh hay Bồ đề tâm tối hậu.

Khi bạn xác minh bản tánh thực, thường trụ của mọi sự vật và đến tánh Không, không còn cái gì để có thể gán tên hay nói về. Bây giờ, bác bỏ có thể khởi lên, “Nếu như vậy thì làm thế nào cái tôi hậu có thể được biết hay chứng ngộ?” Sự trả lời là ở đây có tánh giác thanh tịnh, cũng được biết là Bồ đề tâm tối hậu hay tánh giác nguyên sơ. Cái này là tánh Không từ quan điểm nó được chứng ngộ, tánh Không ấy siêu vượt sự phân chia giữa thức và một đối tượng. Như thế đây là một cách nói về tánh Không theo phương diện nhận biết của nó. Vượt khỏi sự phân chia chủ thể đối tượng không phải xem tánh Không là cái gì không thể thấu hiểu, chứng ngộ, cũng không phải người chứng ngộ tánh Không là một cái gì đó vô tri vô giác.

Đây là cõi giới niết bàn, cái đại tự nhiên, cấp độ tối hậu của chân lý, thanh tịnh bản nguyên. Một tính chất của nó là không đầu không cuối. Nó là ánh sáng trong trẻo, tịnh quang – sâu thẳm, yên tĩnh và thoát khỏi tạo tác tâm thức. Nó là (tánh giác nguyên sơ) vốn sẵn trong bạn từ thời vô thủy, Pháp thân không vết dơ. Nó an trụ như một hiện thực thoát khỏi biến đổi và chuyển dời qua ba thời. Đây là cõi giới nền tảng, tinh túy kim cương của thực tại. Bất cứ ai hiểu nó đều chứng ngộ cái thấy đúng đắn bản tánh thường trụ của thực tại. Với sự bình lặng của vọng tưởng thêm thất hay bỏ bớt, bạn hiểu rõ tinh túy của thực tại tối hậu.

Thêm thất cho thực tại là cho rằng nó là hiện hữu thực, khi thật ra nó không là như vậy. Bỏ bớt là khước từ hay bác bỏ hiện hữu tương đối của nó, tuy nhiên nó có xuất hiện. Thế nên thấu hiểu những thực tại tối hậu và tương đối – hai cấp độ của chân lý – là trung đạo không có những cực đoan.

Điều này kết luận sự bàn luận cái thấy đúng của Đại Toàn Thiện. Tiếp theo là traу dồi cái thấy ấy qua thiền định.

Thiền định không vết dơ được làm trong một trạng thái hiểu biết tinh túy tịnh quang này. Nó tự do với sự hôn trầm, xao động và tạo tác của tâm, vượt khỏi tâm thức quy ước. Nó lớn và rộng, hoàn toàn thanh tịnh như bầu trời. Không giới hạn, không nghiêng lệch bởi chọn lựa, nó hoàn toàn vượt khỏi mọi suy nghĩ, nói năng và quan niệm.

Trong *Bodhicharyavatara, Nhập Bồ tát hạnh (IX2)*, Shantideva viết, “Thực tại tối hậu thì không ở trong phạm vi của tâm thức quy ước”. Trong thiền định, đã vượt khỏi những đối tượng tương đối của một tâm thức như vậy, bạn ở trong một trạng thái không giới hạn, siêu vượt khỏi tiến trình chọn lựa “cái này, cái kia” Không có những đối tượng để phân tích hay khảo sát và không có căn cứ nào cho sự lang thang của tâm thức. Sau cùng, ai là người lang thang và đâu là những đối tượng để đi theo? Bạn đã đến tánh Không. Thế nên, trạng thái thiền định này vượt khỏi suy nghĩ, nói năng và quan niệm bởi vì không có những đối tượng quy ước để nghĩ hay nói đến ở cấp độ tối hậu. Nó cũng vượt khỏi hôn trầm bởi vì bản tánh của cái tối hậu là tịnh quang và tánh giác nguyên sơ.

Đã hoàn thành những chủ đề của cái thấy đúng và thiền định, tiếp theo là hành động thế nào trên nền cái thấy ấy.

Về phần hoạt động, bất cứ cái gì xuất hiện đều không thật và hoàn toàn thanh tịnh. Như thế bất cứ tư tưởng nào bám nắm ở bên trong dù có sanh khởi cũng tự nhiên tan biến.

Tư tưởng nào sanh khởi trong hoạt động thường ngày, nếu bạn nhận biết bản tánh chân thật của chúng, chúng không làm gì hơn là tự nhiên chìm lắng. Cũng như những hình được vẽ trên nước, những tư tưởng sanh khởi trên bề mặt tánh giác thanh

tịnh và phải tan trở lại thành chính tánh giác ấy. Nhưng điều này không nói rằng những nguyên nhân làm chúng sanh khởi sẽ đơn giản biến mất trong tiến trình. Những tư tưởng tiếp tục sanh khởi ở giai đoạn này, nhưng tan biến ngay khi sanh khởi. Chúng không được theo đuổi nữa.

Nếu không có tư tưởng sanh ra thêm, trạng thái này giống như sự dừng diệt của khổ được dạy bởi những Thanh Văn của Tiểu thừa. Không có chuyển động nào, các vị hoàn thành một dừng diệt trọn vẹn. Nhưng đây không phải là phương pháp Đại Toàn Thiện. Thay vì nỗ lực đưa tiến trình tư tưởng quy ước đến một sự dừng đứng trọn vẹn, một hành giả Đại Toàn Thiện học nhận biết bản tánh thực của những tư tưởng. Ngay khi chúng sanh khởi bạn thấy chúng đứng như chúng là và chúng tự nhiên chìm lặng.

Những đối tượng bên ngoài được nắm bắt thì giống như một giấc mộng hay một ảo ảnh. Một cách rớt ráo (thức và những đối tượng) đều không thật. Thế nên hãy hành động mà không nhận lấy hay chối bỏ.

Rớt ráo, không có cái gì để nhận lấy hay chối bỏ có thể được thiết lập như có hiện hữu thực. Bởi thế hành động đứng đặt nền trên cái thấy đúng về tánh Không. Hành động ấy vượt khỏi phạm trù chấp cứng của chấp nhận và từ bỏ.

Bất cứ cái gì sanh khởi – những sự vật hay thức, những nhiễm ô, dừng dứt hay xác nhận – tự nhiên tan biến ngay khi nó xảy ra. Nghĩa là, một khi bản tánh thực của nó được biết rõ, nó tan biến. Và sự tan biến này là vào một trạng thái của Pháp thân, cái đã trọn vẹn, toàn thiện từ thời vô thủy, bình đẳng thâm nhập và tỏa

sáng khắp mọi sự. Thế nên, đã từ bỏ sanh tử thì không cần tìm kiếm niết bàn.

Như đã giải thích ở trên, khi bạn không nhận biết Phật tánh vốn sẵn của bạn, bấy giờ Pháp thân trở thành một nền tảng a lại da cho bạn. Với nhận thức vi tế của sự tự quan tâm, nền tảng này làm sanh khởi những tư tưởng và những đối tượng. Nếu bạn nhận biết chúng thật sự là gì và không tự buông thả trong những tiến trình phân biệt, chọn lựa... thêm nữa, những tư tưởng và đối tượng này tự nhiên tan trở lại vào tánh giác Pháp thân của tánh Không. Không có chỗ nào khác cho chúng đi, như những đám mây tan biến trong bầu trời. Chính trong cách này mà bạn từ bỏ dòng sanh tử của thức bám nắm và những đối tượng cho sự bám nắm mà không cần tìm kiếm một Niết bàn của Thanh Văn, một dùng dứt hoàn toàn tư tưởng quy ước.

Bất cứ cái gì xuất hiện thì giống như những hình ảnh trung thực phản chiếu cái tối hậu. Bất cứ trạng thái của thức nào sanh khởi đều tự nhiên tan ngay khi chúng được nhận biết. Đây là trò chơi của Pháp thân. Giống như nước và những làn sóng, chúng là một chuỗi liên tục trong Pháp thân. Đây là ý nghĩa của nghĩa tối hậu, đỉnh chót của những cái thấy, Đại Toàn Thiện, Dzogchen.

Bất cứ đối tượng nào được xuất hiện đều được thấy như những phản chiếu, bởi vì bản tánh của chúng là tịnh quang của tánh Không, chúng phản chiếu cái tối hậu, trong khi sự xuất hiện quy ước của chúng được để cho không ngăn ngại.

Bất cứ tư tưởng nào sanh khởi đều được nhận biết là đến từ tánh Không và tự nhiên tan trở lại vào tánh Không. Chúng là trò chơi của Pháp thân. Giống như những làn sóng và nước, không hề tách biệt nhau, những tư tưởng khởi lên và chìm xuống của bạn là một chuỗi tương tục với Pháp thân của bạn.

Như vậy khi nhìn một vật bạn có thể thấy trong tánh Không của nó phản chiếu Pháp thân vốn sẵn của bạn và trong sự xuất hiện của nó những tư tưởng của bạn – trò chơi của Pháp thân.

Tóm tắt, bất cứ bạn thực hành thế nào, (những điểm quan trọng nhất là) sự tan biến tự nhiên của chấp ngã và sự tịnh hóa những vọng tưởng vào cõi giới của Pháp thân. Người nào khéo léo trong sự thực hành của mọi phương tiện này thì hoàn thành cái được gọi là tiêu trừ mê lầm khi trên con đường.

Nhờ con tàu lớn quý giá của giáo lý này, nguyện tất cả chúng sanh không trừ một ai vượt qua được đại dương của sanh tử. Trên đảo tối thượng của giải thoát bình an và quý báu, nguyện họ thành tựu một lễ hội của an lạc không dứt.

4. TỊNH HÓA MÊ LẦM THÀNH TÁNH GIÁC NGUYÊN SƠ

Tiếp theo là sự tịnh hóa mê lầm thành tánh giác nguyên sơ. Trong hai giai đoạn của việc này, cái trước là tạm thời, cái sau là tối hậu. Điều này liên hệ với thời gian khi bạn đang thực hành trên những con đường. Do làm quen với những phương pháp sâu xa, bạn sẽ có thể tịnh hóa bất cứ mê lầm nào sanh khởi vào chính cõi giới của chúng. Làm biểu lộ tánh giác nguyên sơ vốn là sự trong sáng tự nhiên (của tâm) được gọi là tịnh hóa những tư tưởng mê lầm vào cõi giới tánh giác nguyên sơ.

Những phương pháp sâu xa là những tantra bên ngoài và bên trong, đặc biệt hơn là những giai đoạn phát triển và thành tựu của maha, anu, và ati-yoga, nhờ đó bạn đến chỗ kinh nghiệm tánh giác nguyên sơ. Tánh giác này của bản tánh thường trụ của thực tại có năm phương diện, như tánh giác nguyên sơ như tấm gương và v. v. Khi bạn không biết những phương diện này, bạn có mê lầm. Một trạng thái mê lầm hay bị lừa dối như vậy của tâm có hình thức là những vọng tưởng, như sợ hãi hay giận ghét. Như vậy năm vọng tưởng căn bản là những trạng thái của sự không biết năm loại tánh giác nguyên sơ tương ứng. Nếu bạn trở nên rõ biết, những vọng tưởng tự nhiên được tịnh hóa thành cõi giới tánh giác nguyên sơ tương ứng và sự trong sáng tự nhiên của tâm lâu nay bị che ám bởi mê lầm sẽ được hiển lộ.

Đây là một giải thích ngắn về những phương pháp tạm thời. Giảng dài hơn, những kỹ luật này được dùng trên con đường có thể được phân như sau.

Việc này có thể phân chia rõ hơn theo những phương pháp dựa vào những con đường chung, đặc biệt và vô song. Theo thứ tự, đó là xóa sạch (những vọng tưởng mê lầm) với những đối trị của chúng, chuyển hóa chúng với những phương pháp, và tịnh hóa chúng thành cõi giới của tánh giác nguyên sơ mà không từ bỏ chúng bởi vì chúng tự nhiên tan vào chỗ ở đích thực của chúng. Bất kể bạn tu hành với loại tịnh hóa nào bạn thích, trạng thái dùng dứt và trạng thái tịnh hóa những vọng tưởng thì rất ráo là một.

Con đường chung là của những kinh, phân chia thành Thừa Thanh Văn và Độc Giác Phật, và Đại thừa của Bồ tát. Trên con đường trước bạn loại bỏ những vọng tưởng bằng cách từ bỏ chúng như thuốc độc. Trên con đường sau bạn áp dụng những sức mạnh đối nghịch như thiên định về lòng từ để xóa sạch sân hận, về bất tịnh cho tham dục, về duyên sanh cho vô minh chấp chặt....

Những con đường đặc biệt là những tantra bên ngoài và bên trong nhờ đó những vọng tưởng được chuyển hóa và tịnh hóa bằng những phương pháp đặc biệt. Chẳng hạn, trên giai đoạn phát triển, bạn trau dồi thị kiến thanh tịnh đến độ bạn nhìn thấy năm uẩn của bạn là những vị đứng đầu của năm bộ Phật, năm vọng tưởng của bạn là năm tánh giác nguyên sơ trong hình dạng của những bản tôn.... Trên giai đoạn thành tựu bạn chuyển hóa những vọng tưởng bằng cách hòa tan chúng vào những thuộc tính tích cực tương ứng của chúng qua những kỹ thuật tinh tế bao gồm những hệ thống năng lượng của thân vi tế. Tham dục

được hòa với lạc bởi thực hành nội nhiệt (*gtum-mo*), tức giận hòa với sự thấu hiểu hiện hữu không thật bởi những thực hành thân huyền và vô minh chấp chặt hòa với giấc ngủ bởi phương tiện tịnh quang.

Phương pháp vô song là của Đại Toàn Thiện. Nhờ tu hành dần dần với những kỹ thuật ở trước, bạn có được sự mềm dẻo nhạy bén và kinh nghiệm để có thể làm chủ nó. Bạn đến chỗ thấu hiểu, chứng nghiệm rằng những tư tưởng lừa dối, mê làm sanh khởi và tan biến đồng thời trong nơi ở của chính chúng như những hình vẽ trên nước. Thế nên không cần từ bỏ những vọng tưởng. Khi bạn chứng ngộ tánh giác nguyên sơ và cõi giới trống không của mọi sự, chúng tự động được tịnh hóa vì chúng tự nhiên tan biến.

Như vậy, bởi vì rất ráo những vọng tưởng không có hiện hữu thật, vô tự tánh và không thể tìm thấy, phương pháp nào bạn dùng để loại trừ chúng thì không quan trọng. Sự dừng dứt và sự tịnh hóa của chúng vào bản tánh nguyên sơ chính xác cùng là một việc. Một nét vẽ trên mặt nước sẽ thôi hiện hữu ngay khi nó được vẽ bất kể phương pháp nào bạn dùng để xóa nó.

Khi bạn nhận biết cái nền tự nhiên cho sự sanh khởi của tham, sân, si, kiêu căng và đồ kỵ, (bạn thấy rằng) chúng tự động lắng chìm. Chúng tự nhiên tan biến, được tịnh hóa thành năm phương diện của tánh giác nguyên sơ.

Nhận biết cái nền tự nhiên cho những vọng tưởng khởi lên, hay nói theo nghĩa đen, “chỗ ở của chúng”, nghĩa là nhận biết bản tánh thực sự trống không của chúng. Rất ráo, những vọng tưởng không thể được tìm thấy. Ngay khi sanh khởi và chìm xuống đồng thời, như những hình vẽ trên mặt nước, chúng không có

sanh, trụ hay diệt thực như những sự cố hiện thực. Tuy nhiên, khi bạn mê lầm về bản tánh của chúng, chúng có vẻ có thực. Nhưng khi bạn nhận biết chúng đúng như chúng là, bạn thấy rằng chúng tự động lắng chìm không cần bạn phải làm gì cả. Như những làn sóng tự động lắng chìm thành nước, bạn không thể thực sự tìm thấy cái gì được lắng chìm và cái gì đã lắng chìm nó. Trong thí dụ này, những làn sóng là những tư tưởng lừa dối mê lầm và nước là bản tánh thực của tâm. Như thế khi bạn nhận biết bản tánh của những vọng tưởng, bạn thấy chúng có bản tánh của loại tánh giác nguyên sơ tương ứng. Chúng được tịnh hóa thành những tánh giác nguyên sơ này và tự động tan chìm như vậy.

Chẳng hạn, khi bạn nhận biết bản tánh của tham muốn khiến bạn chọn ra cái gì thích thú và mong muốn sở hữu nó một cách ám ảnh, bạn thấy rằng vọng tưởng này thuộc về bản tánh của tánh giác nguyên sơ thấy sự cá biệt (Điều quan sát trí). Nói cách khác, bằng cách nhận biết bản tánh của tham muốn, bạn lột bỏ nó khỏi bám nắm cho là thật có của bạn. Khi làm như vậy, bạn làm biểu lộ tánh giác nguyên sơ thấy sự cá biệt.

Không phải là vào một khoảnh khắc có một vọng tưởng và rồi, khi dừng dứt, thì có tánh giác nguyên sơ tiếp theo đó. Những tư tưởng lừa dối mê lầm sanh khởi và chìm xuống cùng khoảnh khắc. Khi bạn biết bản tánh của chúng, bạn có tánh giác nguyên sơ và khi không biết, đó là vọng tưởng. Nếu bạn mê lầm về bản tánh của chúng, bạn bị lừa dối; nếu không, chúng là thanh tịnh.

Hơn nữa, không phải bạn nhận biết bản tánh của những vọng tưởng trong một khoảnh khắc và rồi trong khoảng khắc tiếp theo chúng tan vào tánh giác nguyên sơ. Chẳng hạn, không phải bóng tối của đêm biến mất trước tiên rồi bạn có ánh sáng của ngày.

Nếu như vậy thì không cần mặt trời bởi vì bóng tối đã biến mất trước khi mặt trời mọc. Thế nên sự xuất hiện của ánh sáng tương đồng với sự biến mất của bóng tối, cũng thế sự biểu lộ của tánh giác nguyên sơ và sự tan biến của mê lầm là đồng thời. Sự khác biệt duy nhất giữa hai cái là chúng có được tịnh hóa hay không trong cõi giới tánh Không của mọi sự. Tánh giác nguyên sơ bị che tối bởi bóng tối của bám chấp vào hiện hữu có thật là sự mê lầm của những vọng tưởng. Những mê lầm được tịnh hóa khỏi bám chấp chính là tánh giác nguyên sơ.

Điều này được biết như là sự tịnh hóa tạm thời của mê lầm của năm độc vào những tánh giác nguyên sơ căn bản, có tên là diệu quan sát, giống như tấm gương, cõi giới của tánh Không, bình đẳng và thành tựu.

Tham muốn là bám luyến vào cái gì bạn xem là thích thú. Nó thấm khắp mọi vọng tưởng khác. Chẳng hạn, tham muốn của tức giận hay của sợ hãi và giận ghét là ý muốn thoát khỏi cái gì không thích, trong khi ham muốn của si là tham muốn ở lại trong sự không biết hay không quan tâm đến cái gì. Sự tịnh hóa cái cố chấp như vậy vào một đối tượng là tánh giác nguyên sơ thấy sự cá biệt. Nó chỉ chọn ra một đối tượng cá biệt, không hòa lẫn nó với cái khác, và thấu hiểu bản tánh trống không của nó là không hiện hữu thực.

Sợ và giận ghét được hướng đến cái bạn cho là không thích. Sự từ chối như vậy được tịnh hóa như là tánh giác nguyên sơ như tấm gương nó chỉ phản chiếu đối tượng một cách trong sáng. Loại tánh giác này được định nghĩa là tánh giác mà sự trong sáng không bị che ngăn, nói cách khác, nó có thể phản chiếu những đối tượng mà không bị ngăn ngại. Đặc trưng chính của nó là trong sáng.

Vô minh là một trạng thái của bóng tối trong đó bạn không thấy gì rõ ràng và không có thấu hiểu. Giống như tham, nó cũng thấm khắp mọi vọng tưởng. Được tịnh hóa, nó là tánh giác nguyên sơ của cõi giới trống không của mọi sự, có tính chất là một thấu hiểu trần trụi, không khái niệm về tánh Không.

Một số vị thầy giải thích hai cái tương ứng sau cùng này theo cách nghịch nhau, nghĩa là tức giận được tịnh hóa là tánh giác nguyên sơ của cõi giới tánh Không và vô minh được tịnh hóa là tánh giác nguyên sơ như tấm gương. Không có mâu thuẫn trong này bởi vì mỗi tánh giác nguyên sơ có thể phân chia thành những phương diện của một trong năm cái. Có những phương diện diệu quan sát, như tấm gương, cõi giới của tánh Không, bình đẳng và thành tựu của tánh giác nguyên sơ của cõi giới của tánh Không và vân vân. Như vậy tất cả năm loại đều có đủ trong mỗi loại. Không phải chúng là những thực thể loại trừ lẫn nhau.

Kiêu căng là sự cảm nhận tốt hơn những người khác về vị trí xã hội, gia đình, giàu có, thông minh.... Tánh giác nguyên sơ bình đẳng thì không có những phân biệt mê lầm như trên dưới, tốt xấu, ngoại quốc hay bản địa. Như vậy trong tánh giác không tạo ra những phân biệt nhị nguyên, không có nền cho kiêu căng sanh khởi. Thế nên cái trước là sự tịnh hóa của cái sau.

Cuối cùng, tánh giác nguyên sơ thành tựu là cái đem đến sự không chướng ngại cho những hành động khiến được thành tựu tự phát, không cố gắng. Nó là sự tịnh hóa của đố kỵ, tức là bạn muốn người khác không thành tựu điều gì, còn bạn thì được.

Đây là những kỹ thuật để tịnh hóa mê lầm thành tánh giác nguyên sơ khi ở trên những con đường đến giác ngộ. Tiếp theo là sự tịnh hóa tối hậu, sự tinh hóa của Phật quả.

Về cái tối hậu, khi bạn loại bỏ những vết dơ chốc lát khỏi trường bao la (của Phật tánh) và khám phá trạng thái toàn thiện an lạc không vết dơ, bản tánh của cõi giới này biểu lộ y như nó là. Ba Thân Phật, Pháp thân, một vị hay tánh giác nguyên sơ mà bạn khám phá, được biết là Thân của cõi giới tánh Không, có hai thanh tịnh. Đây không phải là một đối tượng cho ai được biết ngoài chư Phật.

Trường trống không của Phật tánh thì tự nhiên thanh tịnh và thâm tỏa tất cả chư Phật và chúng sanh, dù đối với chúng sanh nó bị che ám bởi những vết dơ tạm thời của vô minh. Khi bạn thấy trọn vẹn tánh Không của những chướng ngại sanh khởi và tan biến đồng thời này, chúng đã ngăn ngại sự giải thoát và toàn trí của bạn, bản tánh này đòi hỏi một sự thanh tịnh thứ hai thêm vào sự thanh tịnh tự nhiên vốn có. Đây là sự thanh tịnh bằng cách thoát khỏi những vết dơ. Hai sự thanh tịnh này giống như vàng được đánh bóng, nó vốn thanh tịnh tự nhiên và sáng sạch khi mọi cấu bần được loại bỏ.

Trạng thái của một Phật tánh được chứng ngộ hoàn toàn này được biết như là Thân của Trường tánh Không có hai sự thanh tịnh và đồng nghĩa với trạng thái giác ngộ của một vị Phật. Nhìn từ những phương diện khác, nó là Ba Thân Phật, Pháp thân, vị đơn nhất hay đơn giản là tánh giác nguyên sơ. Một trong những ý nghĩa của từ Dzogchen hay Đại Toàn Thiện là trong trạng thái toàn thiện của Phật quả, tất cả Ba Thân Phật là tròn đủ một cách tự phát. Pháp thân thỏa mãn những mục tiêu của chính bạn và hai Sắc thân thỏa mãn những mục tiêu của những người khác. Chúng không ngăn ngại nhau mà là một vị. Chúng là đồng thời, tự phát, không tách lìa và tròn đủ trong cõi giới của tánh giác nguyên sơ.

Ba Thân Phật, Thân Trùm khắp mọi Sự (Pháp thân), Thân Lợi Lạc (Báo thân) và Thân Lưu xuất (Hóa thân), cùng với tánh giác nguyên sơ, tất cả được bao gồm trong Thân của Tự tánh (Svabhavakaya), nó thường trụ, toàn khắp, không nhân duyên và không biến đổi, chuyển động. An trụ trong cõi giới của Pháp thân, là một viên ngọc như ý, Thân của Đức hạnh của tánh Giác nguyên sơ phô diễn từ trạng thái này như là Báo thân và Hóa thân xuất hiện lần lượt cho những người trên các địa Bồ tát và cho những chúng sanh khác. Tuy nhiên, chúng chỉ xuất hiện theo cách ấy qua sự kết hợp của lực đức hạnh hay công đức của Phật và chùng nào còn sanh tử, nó còn tiếp tục không dứt làm thỏa mãn những mong ước (của tất cả chúng sanh) như một cây hay viên ngọc như ý, và nó được biết như là sự tịnh hóa (tối hậu) mê lầm thành tánh giác nguyên sơ.

Thân của Tự Tánh là bản tánh thường trụ của tất cả thực tại, thấm tủa khắp và hòa nhập tất cả Thân Phật, thật ra là sự không thể tách rời của chúng. Phương diện biết của nó là Thân của tánh Giác nguyên sơ, trò phô diễn tự nhiên của nó là đức hạnh hay công đức của chư Phật thỏa mãn mong muốn của tất cả chúng sanh bằng cách biểu lộ những Sắc Thân theo cách như mặt trời phát ra ánh sáng.

Những Sắc Thân này có hai loại, Báo thân và Hóa thân. Cái trước chỉ xuất hiện với các Bồ tát đã có tri giác trực tiếp về tánh Không và như vậy đang ở trên một của mười địa Bồ tát. Cái sau xuất hiện cho chúng sanh bình thường đã tích tập công đức và thanh tịnh của tâm để có thể thấy chúng. Như cùng cách mà những phản chiếu của mặt trăng xuất hiện trên các mặt viên ngọc qua lực kết hợp của những tia sáng mặt trăng và sự bóng láng của

các viên ngọc, tương tự những Sắc Thân xuất hiện trong không gian trống không của Pháp thân qua lực phối hợp của những làn song gia trì của chư Phật và công đức của chúng sanh. Sự đạt đến đức hạnh của những Sắc Thân là sự tịnh hóa tối hậu mê lầm thành tánh giác nguyên sơ.

Nguyện rằng mặt trời, là tinh tú của nghĩa sâu xa, tỏa ra muôn ngàn tia sáng của lời và nghĩa trên thế giới của các đệ tử qua bầu trời tâm của họ và như thế loại trừ bóng tối vô minh khỏi tất cả chúng sanh.

LỜI KẾT CỦA TÁC GIẢ

Lễ hội hân hoan của những phương pháp đã được phổ biến cho lợi lạc của cả chính tôi và những người khác từ những ngôi nhà tuyệt hảo của thông tuệ rộng lớn và phong phú bởi nghe, suy nghĩ và thiền định, đã được sắp xếp phù hợp với nghĩa của những kinh, tantra, và những giáo lý khẩu truyền tinh túy. Do công đức của điều này, nguyện tôi và tất cả chúng sanh san bằng ngọn núi sanh tử trong đời này và đạt đến giác ngộ an vui và vô nhiễm. Nguyện chúng ta thành Phật và hoàn thành trọn vẹn những mục tiêu của chúng ta và những người khác. Và trong một xứ sở trang nghiêm bằng những núi tuyết của nghĩa sáng tỏ, nguyện mặt trời của những phẩm tính đức hạnh trắng tinh, trải khắp các phương, làm nổi bật những điểm trong kho tàng kinh điển, do đó đem lại niềm vui và đức tin cho quảng đại chúng sanh.

Công trình này, gọi là Vòng Hoa Báu Bốn Pháp, đã được hoàn thành bởi thiền giả của Thừa Vô thượng, Kunkhyen Ngazi Wangpo (1308-1363) trong một lần ngồi dưới ánh sáng của trăng pha lê thượng tuần trong căn nhà Phổ Hiền trong động “Một Đám mây Hoa” trên sườn Núi Đá Vô. Nguyện một cơn mưa đại lạc mãi rơi xuống trong mọi hướng như trong Thời đại Hoàng kim, thỏa mãn tất cả hy vọng và ước nguyện cho mọi người.

CHÚ THÍCH

1. Sắc thân có năm điều xác định ám chỉ Báo thân của một vị Phật, nó luôn luôn (1) có 112 tướng của một vị Phật, (2) ở trong Tịnh độ, (3) cho đến khi sanh tử chấm dứt, (4) dạy pháp Đại thừa, (5) cho các bậc thánh Bồ tát.
2. Ba khuyết điểm là những khổ đau của cảnh khổ, của biến dịch, và của nhiễm ô. Cái thứ nhất là đau đớn hiển nhiên như bệnh tật. Khổ của biến dịch xảy ra, chẳng hạn bạn đang lạnh mà phải đứng ngoài nắng quá nóng rồi lại phải vào trong bóng mát. Khổ của nhiễm ô đến từ việc sanh ra với các uẩn mà bản chất của chúng thu hút bệnh tật như nam châm hút sắt.

Ba khuyết điểm này có thể mở rộng thành tám: khổ đau của sanh, già, bệnh, chết, xa lìa cái bạn thích, gặp cái bạn không thích, không có được cái mình muốn dù rất cố gắng, và có những uẩn nhiễm ô do nghiệp quá khứ, đây chính là căn bản của khổ.

3. Những con đường và các phẩm trợ đạo là chung cho cả Tiểu thừa và Đại thừa. Nếu bạn thực hành với động cơ của truyền thống trước, chúng đưa bạn đến sự toàn thiện của giải thoát như bậc Thanh Văn hoặc Độc Giác Phật, nhưng nếu với động cơ của Đại thừa, thì đến sự toàn diện của Giác ngộ như một vị Phật.

Nói chung, trên con đường tích tập (Tu lương vị) bạn hoàn thành định tâm (shamatha) và một hiểu biết dựa trên niềm tin hợp lý về tánh Không từ năng lực nghe giảng đúng đắn về nó. Trên con đường chuẩn bị (Gia hạnh vị) bạn đạt đến quán chiếu thấu suốt (vipashyana) và một hiểu biết khái niệm do suy luận về tánh Không. Với sự đạt đến tri giác không khái niệm, trần trụi tánh Không trong những thời thiền định, bạn đến con đường thấy (Kiến đạo vị hay Thông đạt vị) và trở thành một bậc thánh. Nếu bạn đi những con đường như một Bồ tát với Bồ đề tâm, đây cũng là sự đạt đến địa thứ nhất của Bồ tát. Trên con đường thiền định (Tu tập vị) bạn làm quen với tri giác trực tiếp để loại trừ những chướng ngại ngăn chặn cái biết Phật tánh của bạn và đi qua địa thứ hai cho đến địa thứ mười. Trên con đường cuối cùng của sự không học nữa, bạn chứng ngộ trọn vẹn cõi giới tánh Không của mọi sự, Phật tánh của bạn, tánh giác nguyên sơ thấu biết sự không thể tách biệt của tánh Không và hình tướng xuất hiện. Đây là sự đạt đến Giác ngộ Hoàn toàn của Phật quả.

Ba mươi bảy phẩm trợ đạo đưa đến sự chứng đắc này hay của vị A La Hán Tiểu thừa là bốn niệm xứ, bốn chánh cần, bốn thần túc, năm căn, năm lực, bảy giác chi và tám thánh đạo. Ba bộ đầu tiên được làm chủ trên con đường tích tập, năm căn và năm lực trên con đường chuẩn bị, bảy giác chi trên con đường thấy và tám thánh đạo trên con đường thiền định.

Bốn niệm xứ, bốn chánh cần, bốn thần túc được đạt đến trên phần thứ ba của chín phần của con đường tích tập.

Cái thứ hai của năm con đường, con đường chuẩn bị, được chia thành bốn giai đoạn: nóng (noãn), đỉnh, nhẫn và Pháp tối cao (thế đệ nhất). Năm căn làm cho bạn hoàn thành hai cái đầu và sửa soạn cho bạn đạt đến hai cái sau. Chúng là những trạng thái của tâm nhắm đến bốn chân lý cao cả (tứ thánh đế), cho phép bạn đạt được một thấu hiểu sâu hơn về chúng. Năm lực cũng giống như năm căn và cũng nhắm đến bốn chân lý cao cả. Tuy nhiên chúng mạnh hơn và không thể bị các đối nghịch của chúng đánh bại. Đạt đến giai đoạn nhẫn, chúng đưa đến cái tri giác trực tiếp về tánh Không trên con đường thấy.

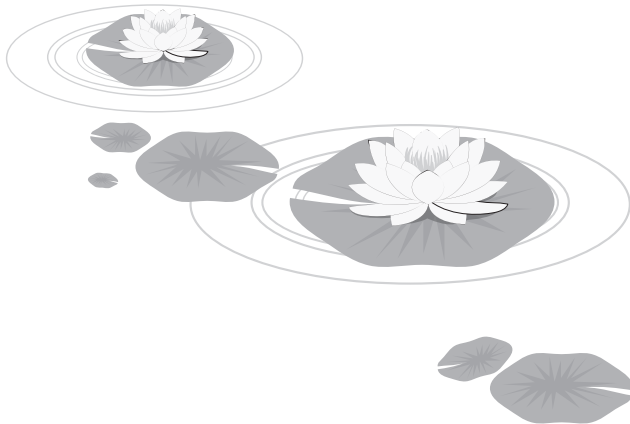
Bảy giác chi đem đến sự hoàn thiện trên con đường thứ ba, con đường thấy. Cũng nhắm đến bốn chân lý cao cả, chúng là những trí huệ của bậc thánh. Trí huệ này loại trừ những vọng tưởng mê lầm che ám Phật tánh của bạn. Bởi vì bảy giác chi đặt nền trên tri giác trực tiếp về tánh Không, chúng thấy bốn chân lý cao cả rõ ràng hơn trước và có thể tiêu trừ nhiều vọng tưởng hơn.

Những vọng tưởng sau chót che ám Phật tánh của bạn được loại bỏ trên con đường thiền định. Chúng bị loại bỏ bởi tám thánh đạo của các bậc thánh, tất cả nhắm vào bốn chân lý cao cả. Trong cách tiệm tiến này, sự làm chủ, thông thạo ba mươi bảy phẩm trợ đạo của một Bồ tát, như được giải thích trong Abhisamayalamkara của Maitreya.

4. Mười sáu loại tánh Không được chia theo những cơ sở khác nhau để đặt tên tánh Không, đó là những loại hiện tượng khác nhau nhưng đều không có hiện hữu thật và nội tại, vô tự tánh. Đây là tánh Không của (1) những hiện tượng bên

trong (nội Không) (2) những hiện tượng bên ngoài (ngoại Không), (3) cả bên trong lẫn bên ngoài (nội ngoại Không), (4) Không của Không (Không Không), (5) lớn rộng, tức là mọi sự trong mười phương (đại Không), (6) tối hậu, tức là niết bàn và diệt đế (Đệ nhất nghĩa Không), (7) những hiện tượng do điều kiện (hữu vi Không), (8) những hiện tượng không do điều kiện (vô vi Không), (9) cái vượt khỏi những cực đoan, tức là duyên sanh (tất cánh Không), (10) cái vô thủy vô chung (vô tế Không), (11) cái không thể bị trừ bỏ, tức là các địa Bồ tát, (12) bản tánh của mọi sự (bản tánh Không), (13) mọi sự (nhất thiết Pháp không), (14) những định nghĩa (tự tướng Không), (15) cái không thể được đối tượng hóa, tức là quá khứ, hiện tại, và tương lai (bất khả đắc Không), và (16) cái không phải là một hiện tượng, nghĩa là hiện hữu không thật của mọi sự (vô tánh tự tánh Không).

Từ quan điểm tánh Không, mười sáu cái này đều như nhau.



*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 bè bạn gần
xa ủng hộ, đóng góp cho chương trình này.*

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



