

CÁI THẤY ĐÚNG CỦA PHẬT PHÁP

Lý do chúng ta tu tập Phật pháp là để được giải thoát. Để được như vậy, chúng ta phải dẫn mình vào thiền định và nếu muốn thiền định của mình có hiệu quả, chúng ta cần có cái thấy triết lý đúng.

Tập sách của Jamgon Kongtrul Lodro Thaye, *Tập Yếu Tri Kiến* (The Compendium of Knowledge), gồm có mười chương, mỗi chương phụ chia thành bốn phần. Giáo lý này đặt căn bản trên chương thứ bảy, nói về đề mục trí tuệ. Chương thứ bảy phụ chia thành bốn phân bộ, phân bộ thứ ba giải thích cái thấy đúng (chánh kiến). Cái thấy này cho chúng ta cơ sở để hiểu sự tu tập pháp, gồm cả làm sao tu tập và đạt kết quả.

Các hiện tượng (pháp) có hai loại hình thái phân biệt thực tại ở mức qui ước hay tương đối [tục đế] và thực tại ở mức tối hậu hay tuyệt đối [chân đế]. [1] Bản tánh qui ước hay tương đối của các hiện tượng là đau khổ, những khó khăn, vấn đề, và chướng ngại. Ở mức tối hậu hay tuyệt đối, chân tánh của các hiện tượng là chấm dứt sự khổ và những chướng ngại của nó. Để trở nên tự do với cái thấy qui ước, trước hết chúng ta phải nhận ra chân tánh. Chân tánh [2] thực sự đang kinh nghiệm tánh không của các pháp (hiện tượng). Nghiên cứu cái thấy tánh không của các pháp đến từ trường phái Trung đạo [3] (Phạn: Mādhyamaka). Trong trường phái Trung đạo có hai cái thấy chính về tánh không: cái thấy Rangtong (không tự) và cái thấy Shentong (không tha).

Đức Phật, sinh ra là một thái tử, đã từ bỏ kiếp sống luân hồi của mình. Ngài đã chịu đựng nhiều khó nhọc qua các phép tu khổ hạnh, nhưng rồi thành Phật dưới gốc cây bồ-đề. Khi đạt tỉnh thức, giác ngộ, đức Phật nghĩ, “Ta đã đạt sự trong sáng thâm sâu và điều kiện lợi ích qua thiền định và kiên trì của ta. Nếu ta cố giải thích thiền định và tu tập như thế nào, người khác sẽ không hiểu. Vì thế tốt hơn là ta ở lại trong thiền định.” Rồi đức Phật ở lại trong thiền định bảy tuần lễ, tin rằng không có cách nào để truyền đạt sự chứng ngộ của

mình cho kẻ khác. Chỉ vì sự cầu xin và biện hộ của Phạm Thiên (Brahmā) và Đế Thích (Indra) với đức Phật, nên đức Phật đã chuyển bánh xe pháp và bắt đầu dạy Pháp sâu xa.

Chuyển Ba Bánh Xe Pháp

Bởi vì đức Phật có nhiều đệ tử ở những trình độ khác nhau, ngài không ban cho mọi người những giáo lý giống nhau. Với những người ít trí tuệ và tinh tấn, ngài ban cho những lời dạy dễ hơn, và với những người có trí tuệ và tinh tấn thượng đẳng, ngài ban cho những giáo lý phức tạp hơn. Đối với những đệ tử ít trí tuệ và tinh tấn, ngài công hiến thừa Nền tảng (Anh: Foundation vehicle, Phạn: Hīnayāna; Hán: Tiểu thừa) liên hệ với những giáo lý nói rằng bản tánh của sinh tử luân hồi là đau khổ và người ta có thể đạt giải thoát cá nhân khỏi đau khổ qua nỗ lực của riêng mình. Nguyên nhân của sự đau khổ này trong tồn sinh luân hồi hay samsāra là những cảm xúc phiền não (Phạn: klesha) [4] của chúng ta, mà chúng ta không thể loại bỏ bằng sức mạnh. Để được giải thoát khỏi luân hồi, chúng ta phải diệt nguyên nhân của những cảm xúc phiền não của mình, mà nó là niềm tin và sự bám vào ngã.

Có một phương pháp chúng ta có thể loại bỏ niềm tin ngã này tức là sự chấp vào “ta” hay “tôi.” Nếu chúng ta khảo sát ngã một cách cẩn thận và cố gắng khám phá nó là cái gì và ở đâu, chúng ta sẽ không thể tìm được bất cứ cái gì là “ngã” hết. Không thể xác minh nó một cách hợp lý. Qua quá trình lý luận thận trọng này, chúng ta sẽ đi đến chỗ hiểu rằng ý niệm “ngã” không có thực tại cố hữu. Không có “ngã.” Nó chỉ là một mê hoặc. Cái hiểu này ngấm ngấm phá vỡ niềm tin ngã và như thế là cắt đứt gốc rễ của những cảm xúc phiền não. Đức Phật dạy phương pháp phân tích này trong thừa Nền tảng và chỉ cách đạt giải thoát khỏi luân hồi bằng cách nhận ra “sự không có ngã hay tính vô ngã của cá nhân.” [5]

Trong lần chuyển bánh xe pháp thứ nhì, đức Phật dạy những phương pháp Đại thừa. Phạm vi của Đại thừa sâu hơn thừa Nền tảng bởi vì ở đây chúng ta quan tâm đến không những chỉ giúp chính mình mà còn giúp tất cả những chúng sinh khác. Trong lần chuyển thứ nhất chúng ta có thể sợ đau khổ vì luân hồi chừng nào chúng ta còn tin rằng nó có sự tồn tại thật sự. Tuy nhiên, vào lần chuyển thứ nhì, đức Phật dạy rằng các hiện tượng luân hồi cũng

không có bất cứ một chân tánh cố hữu nào. Khi chúng ngộ tánh không của các pháp, [6] niềm tin ngã và sự bám vào ngã cuối cùng sẽ bị loại bỏ.

Những giáo lý của Đại thừa được gọi là “trung chuyển” (thừa thứ nhì của ba thừa), trong đó đức Phật dạy tất cả các pháp (dù thân, tâm hay sự vật vật chất) đều không có bản tánh cố hữu của riêng chúng. Tất cả các pháp đều không có chân tánh do đó là không. Do thấy tánh không của tất cả các pháp, chúng ta có thể trở nên tự do với niềm tin và sự ràng buộc với ngã cá nhân và ảo ảnh của hiện tượng. Chúng ta cũng trở nên tự do với sự sợ đau khổ cũng như với đau khổ thực sự. Tự do với đau khổ và với sự sợ đau khổ, chúng ta ở vào một vị trí thực sự trợ giúp cho những người khác. Lời dạy của đức Phật về tánh không trong lần chuyển thứ nhì nằm trong kinh đại Bát-nhã Ba-la-mật-đa 100.000 bài kệ, trong kinh Bát-nhã Ba-la-mật-đa cỡ trung 25.000 bài kệ, và trong kinh Bát-nhã Ba-la-mật-đa ngắn hơn 8.000 bài kệ, xuống đến Tâm Kinh rất ngắn chỉ vài trăm chữ. Trong các kinh này, ngài dạy rằng không hình tướng, không âm thanh, không vị, không mùi, không xúc chạm; không vật gì có chân tánh riêng và như thế bản tánh của tất cả sự vật là không.

Tuy nhiên, các lần chuyển luân thứ nhất và thứ hai là những giáo lý không đầy đủ bởi vì chúng ta vẫn còn phải hiểu tánh không trong tính thâm sâu đúng đắn của nó. Chúng ta có thể nghĩ rằng tánh không [7] thì giống như hư không, rằng nó giống như khoảng chân không của không gian hay như một xác chết không có sự sống. Tánh không (Phạn: *śūnyatā*, Tạng: *tong pa nyi*) thì chẳng giống như hư không cũng chẳng giống như xác chết, bởi vì tánh không thực sự sở hữu tánh giác và tính trong sáng quang minh (Tạng: *salwa*) [8] của tâm. Nếu chúng ta nhầm lẫn nghĩ rằng tánh không là sự vắng mặt hay không có vật gì hết, chúng ta sẽ không hiểu đúng tánh không. Vì thế đức Phật chuyển bánh xe pháp lần thứ ba trong đó ngài dạy rằng tánh không chẳng phải chỉ là sự trống không mà đúng hơn tánh không là nền tảng hay căn bản mà từ đó tất cả mọi phẩm hạnh và trí tuệ của một vị Phật phát sinh. Trong lần chuyển luân thứ ba, đức Phật giải thích rằng tánh không có những phẩm cách siêu việt của Phật tánh (Phạn: *tathāgata-garbha*, Hán: Như lai tạng) [9] và tính quang minh.

Truyền Thống Tây Tạng

Đức Phật đã chuyển bánh xe pháp ba lần. Những lời đức Phật nói trong ba lần chuyển ấy được kết tập thành các kinh nhưng không phải luôn luôn chúng tự giải thích và cũng không dễ hiểu. Kết quả, các bậc sư và các nhà học giả vĩ đại của Ấn độ đã viết những luận giải được gọi là luận (shāstras) về những lời dạy của đức Phật. Những luận giải này giải thích ý nghĩa những gì đức Phật đã dạy. Bằng cách biên soạn những luận giải này, các bậc sư đã làm sáng tỏ các kinh và đưa ra những lý lẽ biện minh những lời dạy của đức Phật. Hai bậc sư chính đã sáng tác luận giải về tánh không là Long Thọ và Vô Trước. Long Thọ tập trung vào những lời dạy của lần chuyển pháp luân thứ hai trong khi Vô Trước tập trung vào các lời dạy của lần chuyển pháp luân thứ ba.

Nhiều giáo lý của đức Phật đã được dịch sang tiếng Tây Tạng chứa trong Kangyur [Kinh tạng]. Ở Tây Tạng có truyền thống nghiên cứu các luận hay shāstras này do các bậc đại sư Phật giáo Ấn độ sáng tác hơn là nghiên cứu những lời thực sự của đức Phật. Lý do các học giả Tây Tạng nghiên cứu Tengyur [Luận tạng] (chứa nhiều luận giải) hơn Kangyur (chứa những lời thực sự của đức Phật) là vì có những lúc đức Phật ban cho các đệ tử có sự hiểu biết quảng đại những lời dạy rất sâu xa và những lúc khác ngài dạy những đệ tử ít hiểu biết hơn những lời dạy đơn giản và ít khó hơn. Đôi khi ngài đưa ra những lời dạy rất quảng đại và đôi khi ngài đưa ra những lời dạy cô đọng. Các đại sư Phật giáo Ấn độ có thể làm đơn giản những lời dạy quảng đại và quảng diễn và làm sáng tỏ những ý nghĩa cô đọng. Đây là lý do tại sao các luận giải mà không phải những lời nguyên gốc của đức Phật được nghiên cứu trong truyền thống Tây Tạng.

Các học giả và các sư Tây Tạng đã xếp các giáo lý thành ba cuộc chuyển pháp luân. Họ cho thấy rằng lần chuyển pháp luân giữa nhấn mạnh cái thấy của trường phái Trung đạo. Rồi các giáo lý này được gọi là cái thấy của Rangtong (“empty of itself”: không tự). Lần chuyển pháp luân thứ ba nhấn mạnh tính trong sáng quang minh và Phật tánh, và các học giả Tây Tạng gọi những giáo lý này là cái thấy của Shentong (“empty of other”: không tha). Một vài học giả Tây Tạng nhấn mạnh và tu tập cái thấy Rangtong, trong khi những học giả khác của Tây Tạng nhấn mạnh và tu tập cái thấy của Shentong. Thí dụ, Tsongkhapa đã viết nhiều luận giải về lần chuyển pháp luân thứ hai đưa ra cái thấy Rangtong trong khi

Karmapa thứ Tám Mikyo Dorje viết những bản văn bác bỏ các kết luận của Tsongkhapa và đưa ra cái thấy Shentong. Taranatha viết những bản văn về cái thấy Shentong và những học giả khác viết những bản văn bác bỏ cái thấy của Taranatha. Tuy nhiên, tất cả điều này không có nghĩa là cái thấy này hay hơn cái thấy kia, bởi vì mỗi cái thấy tự nó quan trọng.

Hỏi Đáp

Hỏi: Rinpoche có thể giải thích các từ Rangtong và Shentong cho không?

Rinpoche: Chữ Tây Tạng Rang có nghĩa là “tự” (self) và tong có nghĩa là “không” (empty) có nghĩa là các hiện tượng (pháp) là không và không có bản tánh riêng. Các hiện tượng tương đối không có chân thực tại; chúng không có bản tánh riêng của chúng, không có tự tánh.

Chữ Tây Tạng Shen có nghĩa là “tha” (other: kia, khác) và tong có nghĩa là “không” (empty), nghĩa là không có cái gọi là tha (kia) với “tha” là những cái bất tịnh. Tự tánh của tánh không theo Shentong là tính trong sáng quang minh, không phải trống rỗng. Đó là giáo lý tánh không mà Shentong dạy.

Hỏi: Phần lớn thời gian tôi đọc các bản văn, trừ phi nói về Phật tánh, tôi thực sự không ý thức nó là Rangtong hay Shentong. Nhưng tôi cũng thừa nhận rằng, nhất là khi đọc các bản văn Gelug, có một khuynh hướng nằm ngằm bên dưới đưa tôi vào một chiều hướng nào đó. Có phải Rinpoche đang nói rằng phân tích để người ta có thể phân biệt điều đó là của Rangtong hay của Shentong là rất quan trọng hay không?

Rinpoche: Trong bản văn này, Rangtong và Shentong được giải thích một cách đặc biệt. Tuy nhiên, khi đọc các sách Phật giáo, không quan trọng phải thắc mắc nó là quan điểm của Rangtong hay của Shentong. Chỉ đọc các sách Phật giáo mà không nghĩ đến Rangtong và Shentong.

Hỏi: Tôi thắc mắc về Phật tánh. Có phải nó là tri giác về sự tự hiện hữu như một thực thể.

Rinpoche: Người ta tin rằng cái ngã hiện hữu như một thực thể và họ không khảo sát xem nó là cái gì chừng nào họ còn tin như thế. Tuy nhiên, Phật tánh khác với niềm tin ngã ấy.

Hỏi: Tính trong sáng hay tính quang minh là của Shen-tong?

Rinpoche: Phải, bản tánh của tánh không là tính quang minh theo Shentong.

Hỏi: Làm sao các hành giả Rangtong có thể thành Phật vì họ chỉ nhận thức tính không-thực-tại?

Rinpoche: Các hành giả của cái thấy Rangtong thành Phật bởi vì những gì ngăn cản chúng ta thành Phật là sự chấp ngã như là một cá thể và sự chấp vào ngã của các hiện tượng. Nếu một người nhận ra tánh không, thì sự chấp vào thực tại của ngã và các hiện tượng bị loại bỏ. Một khi niềm tin vào thực tại đó bị phá tan, người ta có thể thành Phật. Có sự khác nhau trong các hạn từ nói về thiền định, dù là dễ hay không như thế nào.

Hỏi: Vậy thì trường phái Rantong đã có cái thấy không đúng chăng?

Rinpoche: Không, bởi vì họ đã nhận ra sự vắng mặt của thực tại trong hiện tượng. Khi thấy chân tánh của thực tại, người ta được dẫn đến điểm đó trong cái thấy của Rangtong; dần dần người ta được đưa đến cảnh giới đó qua con đường khảo sát, phân tích, và thấy sự vắng mặt của thực tại của các hiện tượng. Nếu không thiền định đúng, đấy có thể là một chướng ngại đối với sự tu tập của mình. Long Thọ nói rằng tin không hiện hữu còn tệ hơn là tin hiện hữu. Cái thấy đúng (chánh kiến) trong thiền định là cần thiết để đạt chánh quả.

~ Trích " TÁNH KHÔNG TRONG TRUYỀN THỐNG TÂY TẠNG", Thrangu Rinpoche

Chú thích:

[1] Mức qui ước hay tương đối (Tạng: kunzop) là những hiện tượng như chúng hiện ra trước chúng ta những người bình thường trong đời sống hàng ngày. Ở mức này chúng ta cảm thấy mình là những con người tách rời và các vật thể ở bên ngoài chúng ta là kiên cố và có thật. Mức tối hậu hay tuyệt đối (Tạng: dondam) là những hiện tượng như chúng thực sự là không có bản tánh nội tại như một người giác ngộ hay Phật nhận thức.

Một thí dụ kiểu Tây phương, chúng ta có thể ngồi trên một cái ghế và cái ghế này ở mức qui ước của thực tại có vẻ kiên cố, làm bằng một chất gỗ đơn thuần và có màu nâu. Tuy nhiên, một nhà khoa học sẽ bảo chúng ta rằng “trong thực tại” cái ghế là một cái mẫu của các nguyên tử (atoms) Carbon, Hydrogen, và Oxygen đang di động ở tốc độ không thể tin được và đang phát ra tần số phóng xạ mà mắt con người thấy như là “màu nâu.” Các nguyên tử này cách nhau xa đến độ cái ghế thực sự 99.9% => là khoảng không. Đây còn hơn cái ghế là gì, ở mức tối hậu. Thrangu Rinpoche chỉ ra rằng một người đã phát triển ở mức cao, đã giác ngộ triệt để về tánh không của vật chất, như Milarepa chẳng hạn, có thể thọc bàn tay xuyên qua cái ghế chứng tỏ rằng nó không đặc cứng mà là “trống rỗng.”

[2] Khái niệm “bản tánh” này tương tự như khái niệm của Aristotle trong triết học Tây phương. Thí dụ, nước có hiện tượng nóng và hơi (khi nó bốc hơi), lỏng và chảy (khi nó là nước), cứng và lạnh (khi nó đóng băng hay là nước đá). Đây là những hiện tượng của nó (rất giống chân lý qui ước đã miêu tả trên), nhưng bản tánh hay tự tánh của nó là bản tánh của nước (rất giống chân lý tối hậu đã miêu tả).

[3] Trường phái Trung đạo (Phạn: Mādhyamaka) hay truyền thống nghiên cứu đã được Long Thọ sáng lập khoảng 500 năm sau khi đức Phật diệt độ vào thế kỷ thứ nhất của kỷ nguyên. Long Thọ, ngoài là một học giả sáng chói ở Đại học Nalandā, Ấn độ, còn là một hành giả mật điển đã thành tựu (mahāsiddha: bậc đại thành tựu) qua năng lực thiền định (thần thông) của mình, sư đã có thể đến viếng Long cung và đem về các giáo lý Bát-nhã Ba-la-mậ-đa, tức là những lời dạy của đức Phật về tánh không (Phạn: śūnyatā). Long Thọ

đã viết nhiều tác phẩm giải thích tánh không và những tác phẩm này đã được nghiên cứu rộng rãi ở Tây Tạng cho đến ngày nay.

[4] Phiền não (Phạn: klesha; Tạng.: nyon mong) được dịch là “khô não,” “ô nhiễm,” hay “klesha.” Đây là những xúc cảm có thể làm u tối hay quấy rầy tâm, vì thế không thấy được bản tánh của tâm. Dĩ nhiên, cũng có những cảm xúc và tình cảm tích cực như sự sùng mộ giúp người ta thấy chân tánh. Đặc tính chính của những cảm xúc phiền não là tất cả chúng đều phát xuất từ một niềm tin không đúng và ủng hộ niềm tin không đúng đó. Ba cảm xúc phiền não chính là bám vào sự vật (chấp trước), công kích hay muốn loại bỏ bất cứ cái gì mình không thích, và nhàm lẩn về sự vật thực sự như thế nào, thường được dịch là vô minh hay lầm lạc. Năm cảm xúc phiền não là ba phiền não này cộng với kiêu hãnh và ganh tị. Có một nhóm lớn những cảm xúc khác ủng hộ niềm tin ngã, và như thế đưa đến đau khổ.

[5] Tính vô ngã của cá nhân thường được gọi là “tính vô ngã của ngã” hay “tính vô ngã của con người” (nhân vô ngã) và là sự thức ngộ rằng ngã cá nhân không hiện hữu như là một thực thể kiên cố, mà đúng hơn nó là một cấu trúc do tâm tạo.

[6] Tính vô ngã của các pháp (hiện tượng) thường được gọi là “pháp vô ngã” và đây là thức ngộ rằng không những đó là niềm tin ngã không có bản tánh cố hữu mà còn là tất cả mọi hiện tượng bên ngoài như cây, đá và những người khác cũng đều không có bản tánh cố hữu.

[7] Trong Tạng ngữ, từ tánh không (Tạng: tong pa nyi, Phạn: shūnyatā,) có nghĩa đen là “trống không” như cái ly trống không. Tuy nhiên, thuật ngữ triết học Phật giáo này có nghĩa nhiều hơn thế. Khi nói rằng một vật thể là “không,” không có nghĩa là vật thể ấy chỉ đơn giản là không có ở đó bởi vì vật thể ấy hiển nhiên có thể thấy được, ngửi được, và cảm được. Mặt khác, bởi vì vật thể ‘không’ này hiện bày trước chúng ta, đây không có nghĩa là nó là một vật thể có thật, cứng chắc, hiện hữu bên ngoài ý niệm của tâm. Khái niệm này tối quan trọng để hiểu bản văn và được giải thích rất chi tiết nhiều lần trong bản văn này.

[8] Tính trong sáng quang minh (Tạng: salwa) thường gọi là tính quang minh hay chỉ “tính trong sáng” là phẩm tính của tâm biết hay nhận => thức. Cái biết liên tục này của tâm tiếp

tục ngay cả khi chúng ta buồn ngủ, hiện diện trong tất cả thời gian ngay cả khi chính cái tâm trống không.

[9] Phật tánh hay Tự tánh Phật (Phạn: sugatagarbha, Tạng: der shing nying po) là phẩm tính đó của tánh không hiện hữu trong tất cả mọi chúng sinh cho phép họ cuối cùng thành Phật. Lý do chúng ta không đột nhiên thành Phật là vì Phật tánh này bị những cảm xúc phiền não che mờ.