

ĐƯỜNG ĐEN AN BÌNH THẬT SỰ (7)

Trích dẫn



Tự chính chúng ta và tất cả những chúng sinh khác muốn hạnh phúc và hoàn toàn thoát khỏi khổ đau. Trong điều này chúng ta thật sự bình đẳng. Tuy vậy, mỗi chúng ta chỉ là một cá thể, trong khi những chúng sinh khác là vô lượng.

Có hai thái độ để quan tâm: đó là vị kỷ yêu mến chính chúng ta và đó là yêu mến những người khác. Thái độ tự yêu mến một cách vị kỷ làm cho chúng ta cứng nhắc, chúng ta nghĩ là chúng ta cực kỳ quan trọng và khao khát căn bản của chúng ta là cho chính chúng ta được hạnh phúc và cho mọi thứ diễn tiến tốt đẹp cho chúng ta. Tuy vậy, chúng ta không biết làm thế nào để đem đến điều này. Trên thực tế là hành động yêu mến vị kỷ không bao giờ làm cho chúng ta hạnh phúc. Những ai đó có thái độ yêu mến người khác nhìn những người khác quan trọng hơn hẳn chính mình và đánh giá sự giúp đỡ người khác trên tất cả những thứ khác. Và, hành động trong cách này, ngẫu nhiên tự họ trở nên rất hạnh phúc.

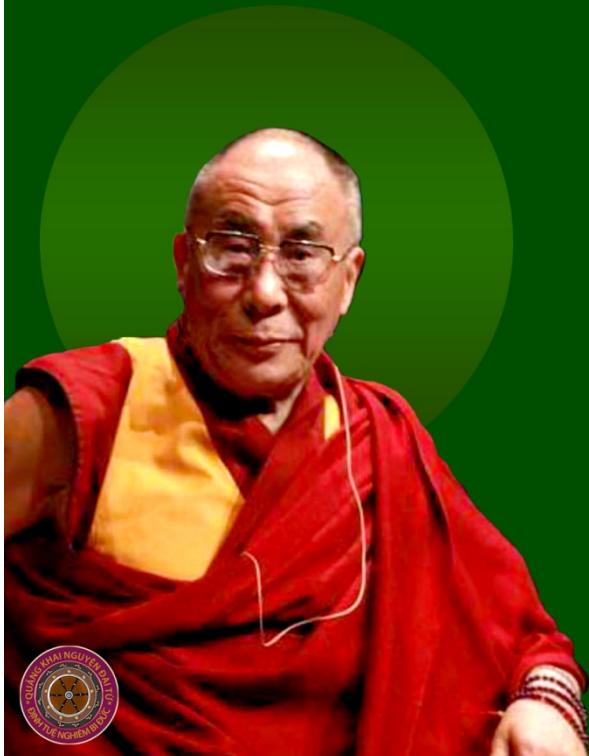




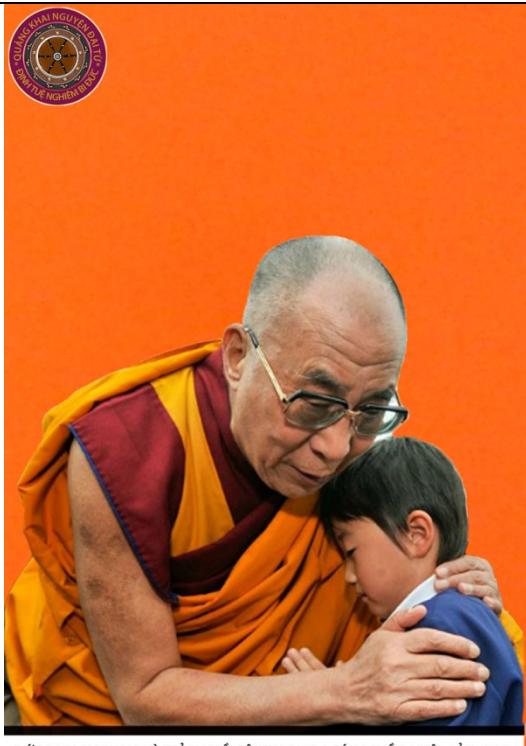
Tạm thời bỏ qua một bên tôn giáo, đời sống tái sinh và niết bàn, ngay cả trong đời sống hiện tại những người vị kỷ đem đến những phản ứng tiêu cực ngược lại cho chính họ bởi những hành động của vị kỷ của họ. Người chân thành công hiến cả cuộc đời và năng lực vô vị lợi phục vụ cho những người nghèo túng, khốn cùng, và neo đơn, luôn luôn được ghi nhớ bởi những hành động cao quý của họ, với sự kính trọng; những người khác không có bất cứ điều gì tiêu cực để nói về họ.

Đây là kết quả của sự yêu mến những kẻ khác: cho dù chúng ta có muốn hay không, ngay những kẻ không phải là người thân cũng luôn luôn yêu thích chúng ta, cảm thấy vui vẻ với chúng ta và có một cảm giác ấm áp đối với chúng ta. Nếu chúng ta là loại người luôn luôn nói năng lich sự trước mặt những người khác, những lại nói xấu sau lưng họ, dĩ nhiên, không ai thích chúng ta.





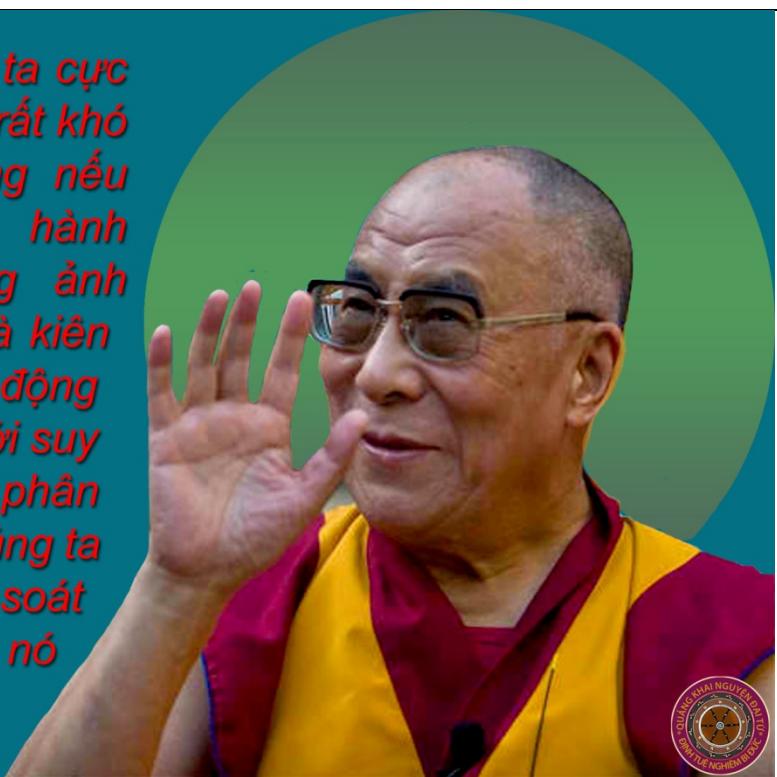
Trong đời sống này, nếu chúng ta cố gắng giúp đỡ kẻ khác bằng nỗ lực tối đa mà chúng ta có thể làm và có ít nhất những tư tưởng ích kỷ, chúng ta sẽ có nhiều kinh nghiệm của hạnh phúc. Đời sống chúng ta không quá dài; một trăm năm là tối đa. Nếu trải qua đời sống này chúng ta cố gắng ân cần, với một trái tim ấm áp, lưu tâm cho lợi ích của những người khác và ít vị kỷ cùng sân hận, điều ấy sẽ thật tuyệt vời, xuất sắc, điều ấy thật sự là nguyên nhân của hạnh phúc.



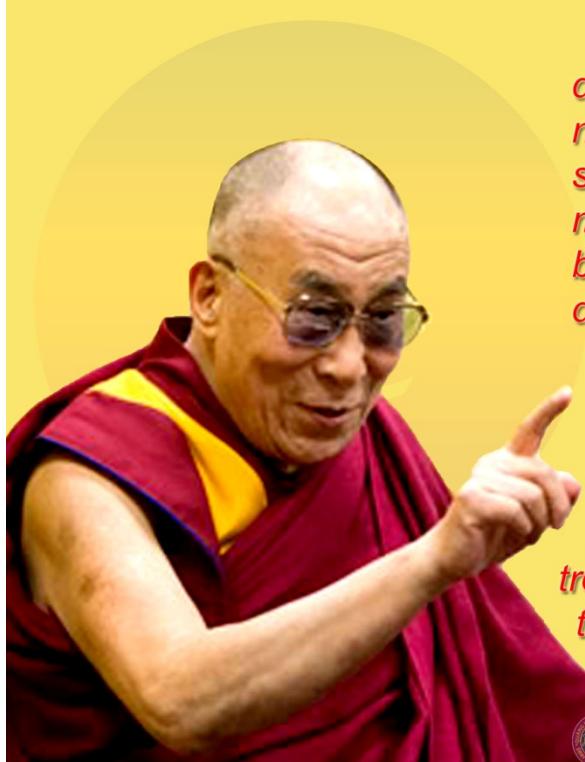
Đừng lo lắng về kiếp sống tối hay niết bàn; những việc này sẽ tiến đến dần dần. Nếu trong kiếp sống này chúng ta thể hiện là một người tốt, ấm áp, không ích kỷ, chúng ta sẽ là một công dân tốt của thế giới. Cho dù chúng ta là một Phật tử, một Kì tô hữu hay là một người cộng sản không quan hệ; điều quan trọng là khi nào chúng ta vẫn là một con người chúng ta nên là một con người tốt. Đây là giáo nghĩa của Đạo Phật; đây cũng là thông điệp của tất cả mọi tôn giáo trên thế giới.

ĐỨC ĐẠT LẠI LẠT MA VÀ TRẺ EM MỎ CÔI CHA MẸ DO SÓNG THẦN, NHẬT BẢN, 2011

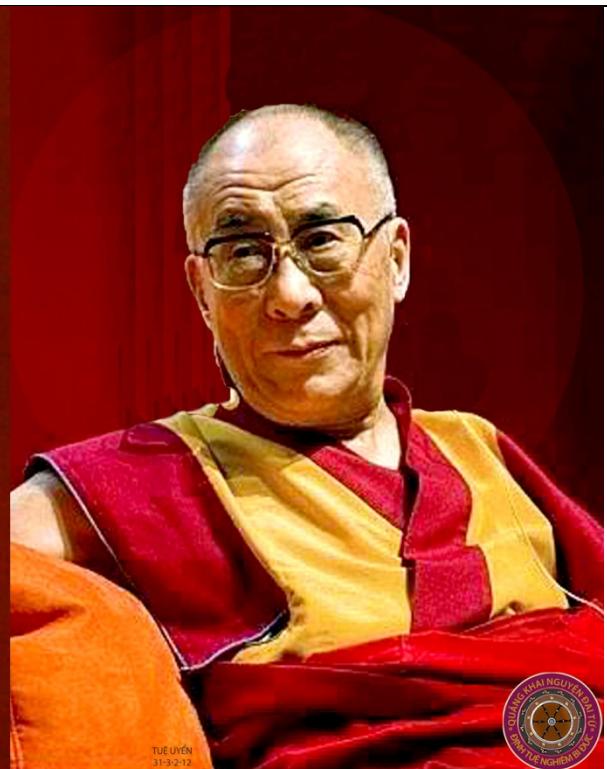
Tâm thức chúng ta cực kỳ giáo quyết và rất khó kiểm soát, nhưng nếu chúng ta tiến hành những tác động ảnh hưởng liên tục và kiên định, hành động không mệt mỏi với suy luận hợp lý và phân tích cẩn thận, chúng ta sẽ có thể kiểm soát và chuyển hóa nó tốt hơn.



Nếu chúng ta nuôi dưỡng, áp ủ những tâm tư phiền não tiêu cực như giận tức chúng sẽ trở thành một thành phần của mỗi chúng ta; mỗi lần chúng ta biểu lộ giận dữ nó trở nên dễ dàng để biểu lộ như thế một lần nữa. Chúng ta cứ làm như thế lần này rồi lần khác cho đến khi chúng ta đơn giản chỉ là một người cuồng dại hoàn toàn không thể kiểm soát. Vì vậy, trong phạm trù của những vấn đề tinh thần, có những điều nào đấy thích đáng để bày tỏ còn những vấn đề khác thì không nên.

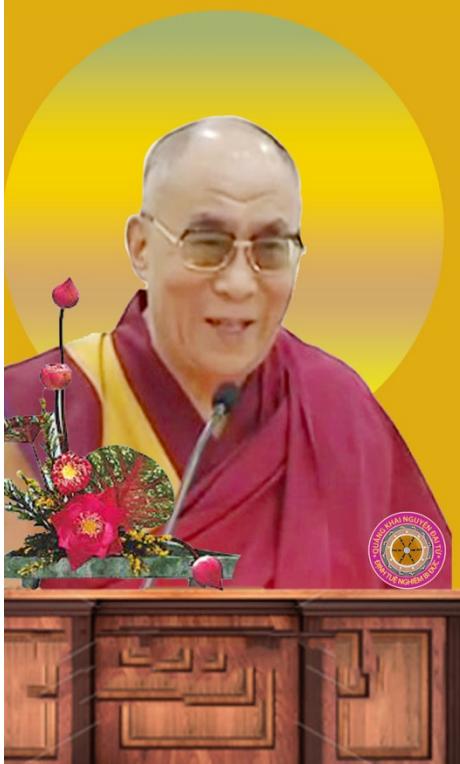


Trước tiên chúng ta cảm thấy khó khăn trong việc cố gắng để kiểm soát những tâm tư phiền não tiêu cực. Ngày đầu tiên, tuần đầu tiên, tháng đầu tiên chúng ta không thể kiểm soát chúng tốt đẹp được. Nhưng với sự liên tục tác động những tiêu cực của chúng ta sẽ dần dần giảm xuống. Tiến trình trong sự tu dưỡng phát triển tâm không phải đến từ việc dùng thuốc uống hay những thứ hóa chất khác; nó tùy thuộc vào việc kiểm soát tâm.



Chúng ta có thể thấy rằng nếu chúng ta muốn hoàn thành những nguyện ước của chúng ta, là tạm bợ tức thời hay căn bản rót ráo, chúng ta nên hướng thệ nguyện đến những chúng sinh khác nhiều hơn cả là những viên ngọc ước và luôn luôn yêu mến họ trên tất cả những thứ khác.

Nếu chúng ta không có động cơ trong sạch, bất cứ những gì chúng ta làm có thể không hoàn thiện, không toàn hảo, không thỏa mãn. Vì vậy, việc trước nhất chúng ta nên làm là phát triển động cơ trong sạch. Nhưng chúng ta không phải chờ cho đến khi động cơ ấy hoàn toàn phát triển trước khi thật sự hành động giúp đỡ những kẻ khác. Dĩ nhiên, để giúp đỡ những kẻ khác trong những phương thức hữu hiệu nhất có thể chúng ta phải hoàn toàn giác ngộ như những Đức Phật.



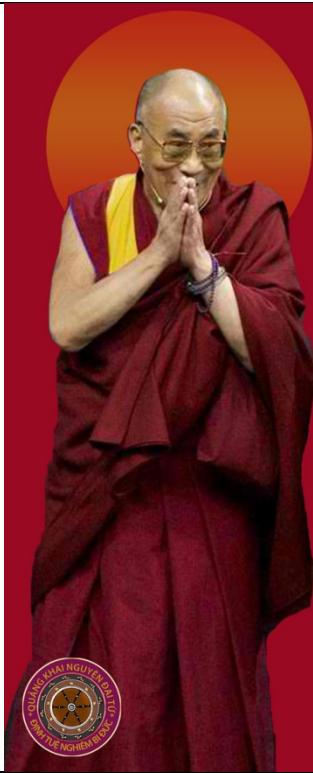
Giúp đỡ những người khác trong những phương thức rộng lớn bao quát cung khắp, chúng ta cần đạt đến những tầng bậc của một vị Bồ tát, đây là, phải có kinh nghiệm trực tiếp, nhận thức vô phân biệt thực tại của tính không và phải đạt đến những năng lực ngoài những giác quan cảm giác thông thường, tức là thần thông. Tuy vậy, có nhiều trình độ khác nhau để giúp đỡ những người khác. Ngay cả trước khi chúng ta đạt đến những phẩm chất này chúng ta có thể hành động như những vị Bồ tát, nhưng thông thường những hành động của chúng ta kém hiệu quả hơn những vị ấy.

Không phải đợi cho đến khi chúng ta đầy đủ hoàn toàn những phẩm chất, mà chúng ta có thể phát sinh những động cơ tốt đẹp, hảo tâm thiện ý và với sự cố gắng đầy để giúp đỡ những kẻ khác trong những phương thức tốt nhất mà chúng ta có thể hành động. Điều này là một sự tiếp cận cân bằng hơn và tốt hơn là chỉ đơn giản ẩn trú một nơi cô lập nào đấy để thiền định và tụng niệm. Dĩ nhiên, điều này tùy thuộc rất nhiều trên từng cá nhân. Nếu chúng ta tin tưởng rằng an trú tại một nơi biệt lập chúng ta có thể đạt được những sự thực chứng rõ rệt trong một thời điểm nào đấy, đó lại là chuyện khác. Có lẽ tốt nhất nên dành phân nửa thời gian của chúng ta để hoạt động và phân nửa kia để thực tập thiền định.

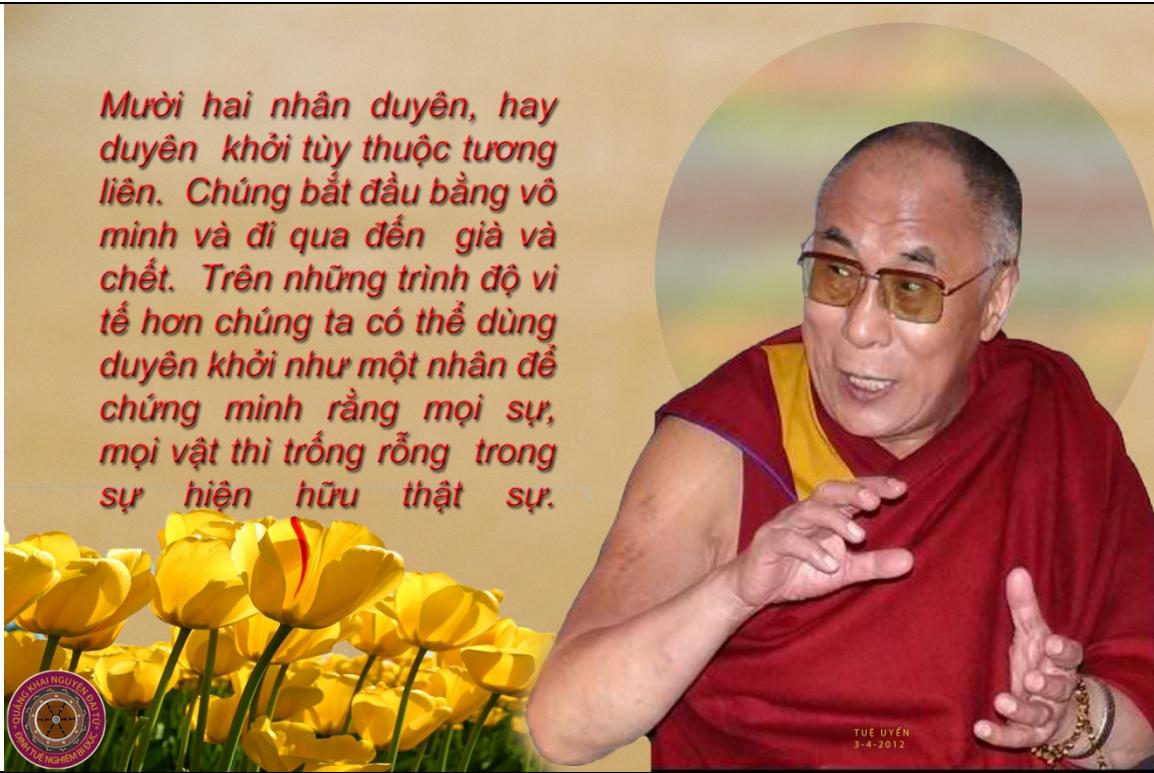


Khi chúng ta so sánh chúng ta với những con thú, thí dụ, chúng ta có thể nghĩ, "ta có thân thể một con người" hay "ta là người thọ giới" và cảm thấy cao hơn những người khác. Cũng từ quan kiến ấy, chúng ta có thể nói rằng chúng ta có thân thể con người và đang thực hành lời Phật dạy và vì vậy chúng ta thật rất là hơn hẳn những con trùng. Nhưng bằng cách khác, chúng ta có thể nói rằng những con trùng thì thật vô tội và chẳng bao giờ lừa đảo, nhưng trái lại chúng ta thường dối trá, xuyên tạc, bóp méo chính mình trong những cách không thành thật để đạt đến mục tiêu cuối cùng hay tự làm mình hơn những người khác. Từ quan kiến này chúng ta phải nói là chúng ta thật tệ hơn những con trùng, điều mà chúng chỉ tiến đến những hành động của chúng mà không giả vờ bất cứ điều gì. Đây là một phương pháp rèn luyện trong khiêm tốn nhún nhường.

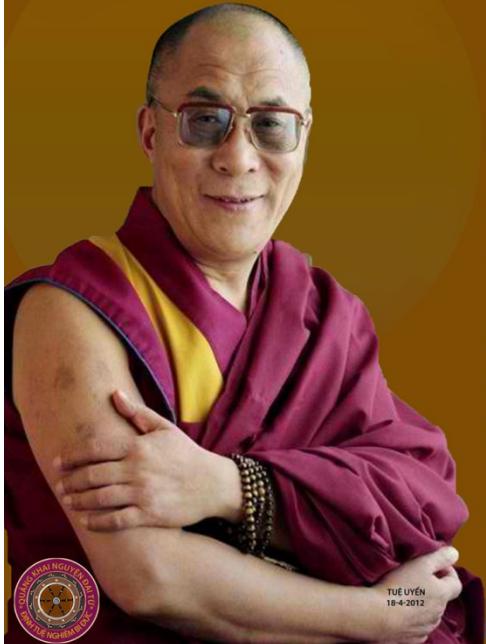




Nếu khảo sát tâm chúng ta tại những thời điểm mà chúng ta thật ích kỷ và bận rộn với chính mình để loại trừ những người khác, chúng ta sẽ thấy rằng tâm thức phiền não tiêu cực là gốc rễ của thái độ này. Vì lẽ chúng quấy rầy tâm chúng ta cực độ, thời điểm chúng ta để ý rằng chúng ta đang tiến đến gần sự ảnh hưởng của chúng, chúng ta nên áp dụng một số biện pháp hóa giải chúng. Đối thủ phổ thông với tất cả những tâm thức phiền não là thiền định trên tinh không, nhưng cũng có thuốc giải đến từng loại đặc hữu mà chúng ta những người mới bắt đầu có thể áp dụng. Vì vậy, đối với chấp ngã, thủ trước, dính mắc, chúng ta thiền định trên tinh xấu xí; với giận tức, trên yêu thương; với mù quáng si mê, trên duyên khởi; cho nhiều tư tưởng phiền não, trên hơi thở và năng lượng của gió.



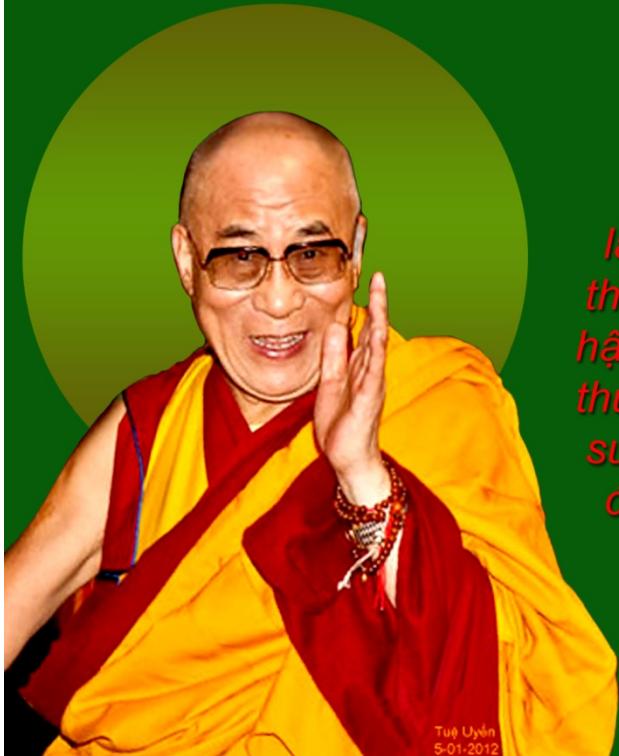
Mười hai nhân duyên, hay duyên khởi tùy thuộc tương liên. Chúng bắt đầu bằng vô minh và đi qua đền già và chết. Trên những trình độ vi tế hơn chúng ta có thể dùng duyên khởi như một nhân để chứng minh rằng mọi sự, mọi vật thì trống rỗng trong sự hiện hữu thật sự.



Một loại yêu thương khác, sự ân cần tử tế, nó không căn cứ trên lý do rằng “những người như vậy và như thế là xinh đẹp, vì vậy, tôi phải tôn trọng và tử tế.” Căn bản thiết yếu của lòng yêu thương tinh khiết là, “Đây là một chúng sinh muốn vui tươi hạnh phúc, không muốn phiền muộn khổ đau và có quyền để hạnh phúc. Vì vậy, tôi nên cảm nhận yêu thương và từ bi.” Loại yêu thương này hoàn toàn khác biệt với loại yêu thương đầu tiên, điều căn cứ trên sự si mê vô minh và vì vậy hoàn toàn không lành mạnh, không chính đáng. Đây là những lý do của lòng yêu thương rộng lớn hay từ bi là lành mạnh, chính đáng, đúng đắn.

Chúng ta nên nghĩ, “người kia là một con người như tôi. Chắc chắn là tôi muốn hạnh phúc; vì vậy, người ấy cũng phải muốn hạnh phúc. Như một chúng sinh tôi có quyền để hạnh phúc; cùng lý do ấy, người kia cũng thế, có quyền để hạnh phúc an lạc. “Lý do chính đáng này cho khởi lên một lòng yêu thương và từ bi. Thế thì không cần biết quan niệm của chúng ta với sự thay đổi của người kia là thế nào – từ tốt đến xấu đến vô cùng tệ hại - người kia luôn luôn căn bản là một chúng sinh. Vì vậy, lý do chính để hiển lộ lòng từ bi yêu thương là luôn luôn ở đây, cảm nhận của chúng ta đối với người kia là kiên định một cách toàn hảo.

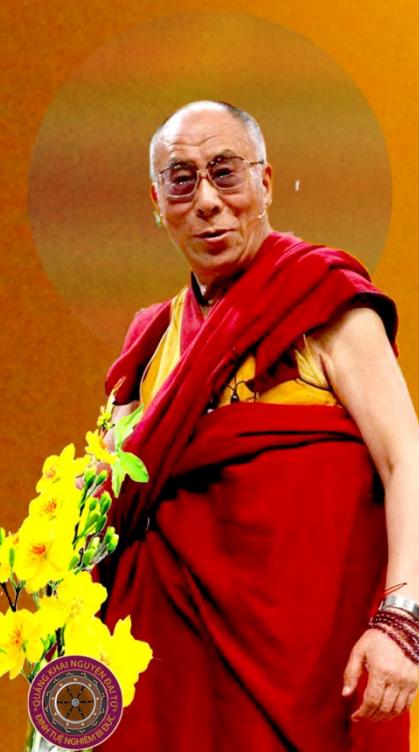




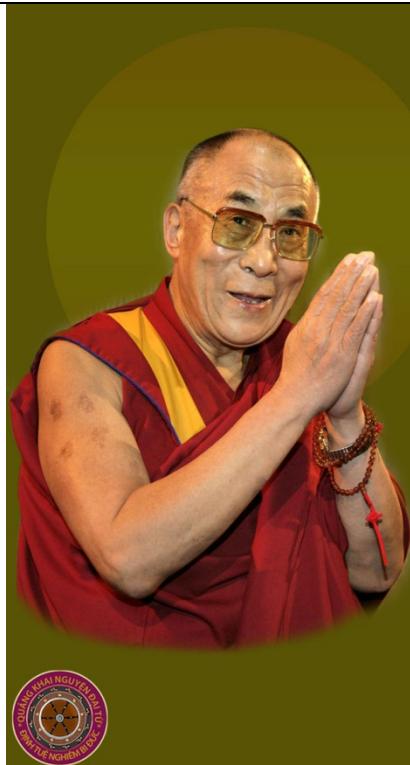
*Thuốc giải độc
cho sân hận-giận túc
là thiển định về yêu
thương, bởi vì sân
hận-giận túc là một tâm
thức rất thô lỗ, sống
sượng, cộc cằn vì thế cần
được làm dịu dàng,
mềm mỏng với tình
yêu thương.*



Khi chúng ta vui thích với những đối tượng mà chúng ta nỗi kêt, gắn bó, hay dính mắc, chúng ta chắc chắn trải qua kinh nghiệm hân hoan, khoái lạc hay thú vị; nhưng như Tổ Long Thọ đã từng nói, điều ấy như có một mụn ngứa và gảy ngứa; nó cho chúng ta sự thích ý nhưng chúng ta sẽ khó hơn nếu trước tiên chúng ta đừng có cái mụn ngứa ấy. Cũng giống như thế, khi chúng ta nhận được những thứ mà với chúng, ta bị ám ảnh, mê thích chúng ta cảm thấy vui sướng, nhưng chúng ta sẽ khó hơn nếu chúng được tự do với điều mà chúng ta bị dính mắc, vướng bận, mong mỏi và là nguyên nhân để chúng ta trở nên bị ám ảnh với những thứ ấy.

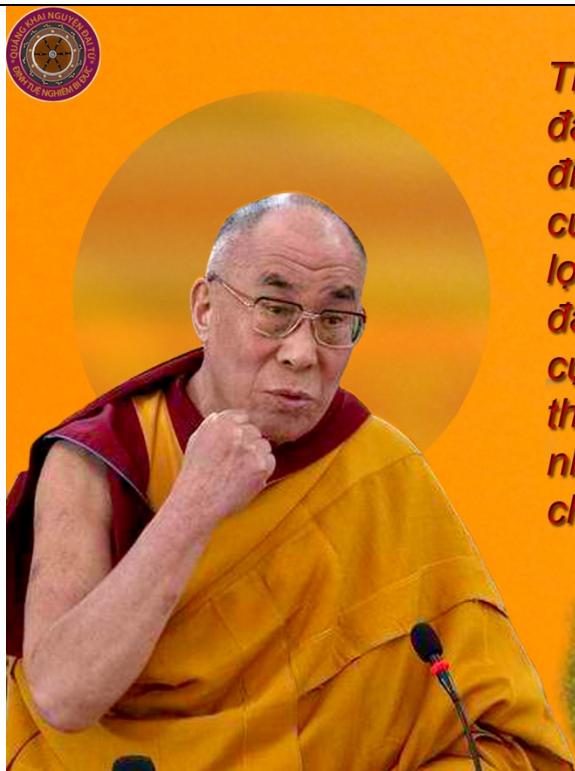
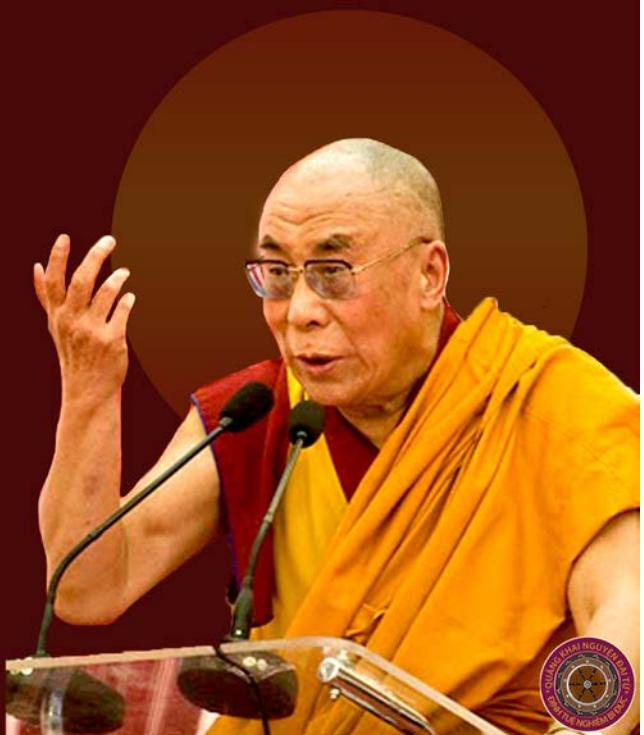


Nếu có những người xỉ vả, ngược đãi hay bình phẩm, chỉ trích chúng ta, nói rằng chúng ta kém cỏi, bất tài, không đủ khả năng làm bất cứ việc gì, v.v..., chúng ta chắc là có thể rất giận dữ và phản bác lại những gì người kia nói. Chúng ta không nên hành động như vậy, thay vì thế, với sự khiêm tốn và bao dung, chúng ta nên chấp nhận những gì đã được phát biểu.



Nơi mà nói rằng chúng ta nên chấp nhận thất bại và nhường sự thắng lợi cho người khác, chúng phải phân làm hai loại khác nhau của tình trạng. Nếu một mặt, chúng ta bị ám ảnh với lợi ích của chính chúng ta và động cơ rất là ích kỷ, chúng ta nên chấp nhận thua cuộc và nhường chiến thắng cho kẻ khác, ngay cả có thể đời sống chúng ta bị lâm nguy. Nhưng có thể về phương diện khác, trường hợp tình trạng như vậy mà quyền lợi của những kẻ khác bị lâm nguy, chúng ta phải hành động thật nồng nở và đấu tranh vì quyền lợi của những người khác, và không chấp nhận thua cuộc với bất cứ giá nào.

*Một trong bốn mươi sáu
thệ nguyện của một vị
Bồ tát liên hệ đến một
trường hợp khi mà ai
đầy làm những hành vi
rất là tai hại và chúng ta
phải dùng đến những
biện pháp vũ lực hay
bắt cứ cách nào khác
cần thiết để chấm dứt
những hành vi bạo
ngược của kẻ ấy lập tức
– nếu chúng ta không
hành động, chúng ta vi
phạm lời thệ nguyện ấy.*



Thệ nguyện của một vị Bồ tát
đáp ứng với một tình trạng mà
điểm chính yếu là sự quan tâm
của một người đối với quyền
lợi của những kẻ khác: nếu ai
đầy đang làm những hành vi
cực kỳ tai hại và nguy hiểm thì
thật là sai lầm nếu không có
những hành động mạnh mẽ để
chấm dứt chúng, nếu cần thiết.

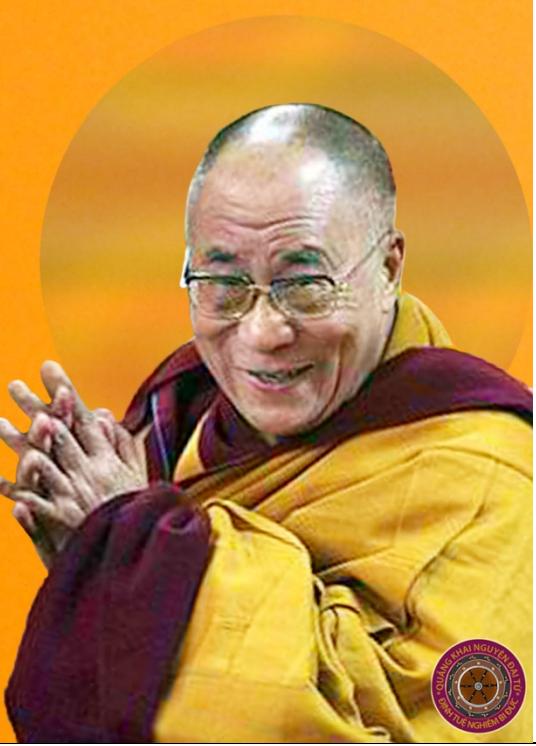


Ngày nay, ngay trong những xã hội tranh đua, những hành động tự vệ mạnh mẽ hay tương tự như thế thì thường luôn luôn được đòi hỏi. Động lực như thế này không nên bị ích kỷ nhuộm màu nhưng là những cảm giác rộng rãi bao la của ân cần và từ bi yêu thương đối với kẻ khác. Nếu chúng ta hành động với những cảm nhận, ý thức như thế để hỗ trợ, cứu giúp kẻ khác tránh khỏi tai họa do những nghiệp cảm tiêu cực tạo ra, điều này hoàn toàn đúng đắn.

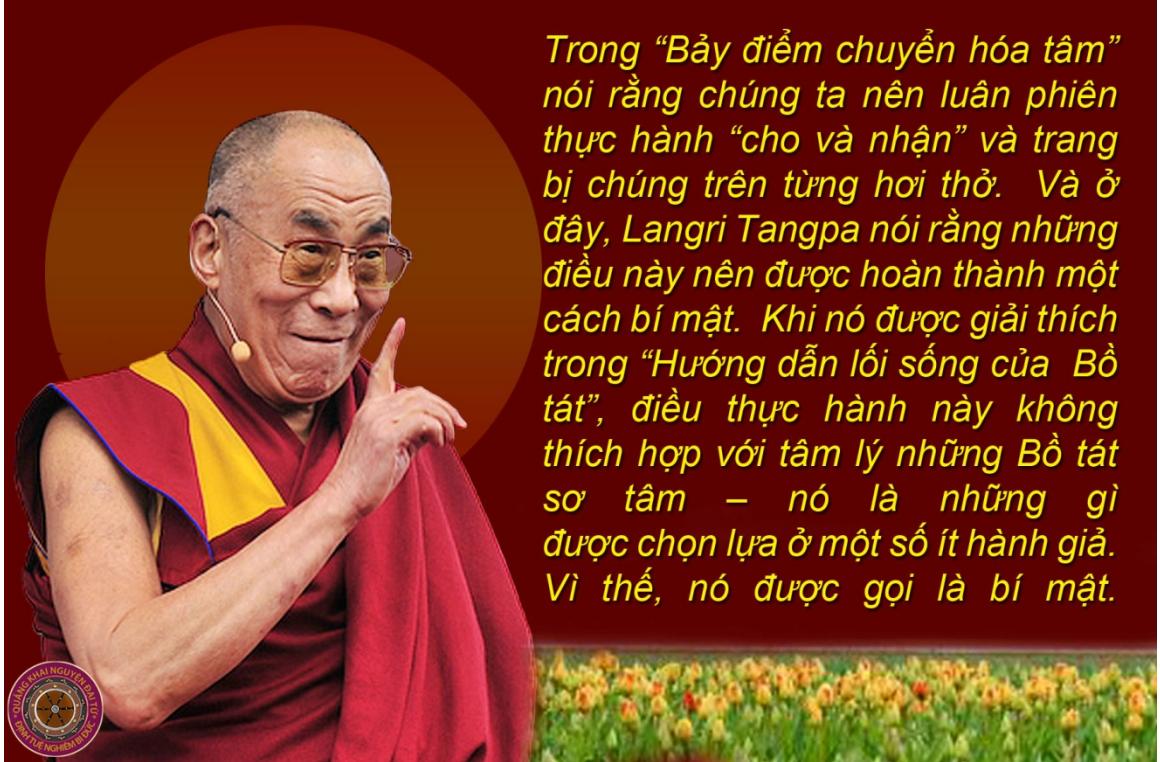


Thông thường chúng ta dự tưởng rằng những ai đấy mà mình từng giúp đỡ những gì to tát là phải rất biết ơn chúng ta và nếu họ lại hành động đến mình với sự vô ơn chắc là chúng ta phải giận dữ. Trong những trường hợp như thế, chúng ta không nên khó chịu nhưng thay vì thế phải thực hành nhẫn耐. Hơn thế nữa, chúng ta nên thấy những người như thế là những vị thầy thử thách sự nhẫn nhục của chúng ta và vì thế nên đối xử với họ một cách tôn trọng. Đề mục này chưa đựng tất cả trong “Hướng dẫn lối sống của Bồ tát” về nhẫn nhục.

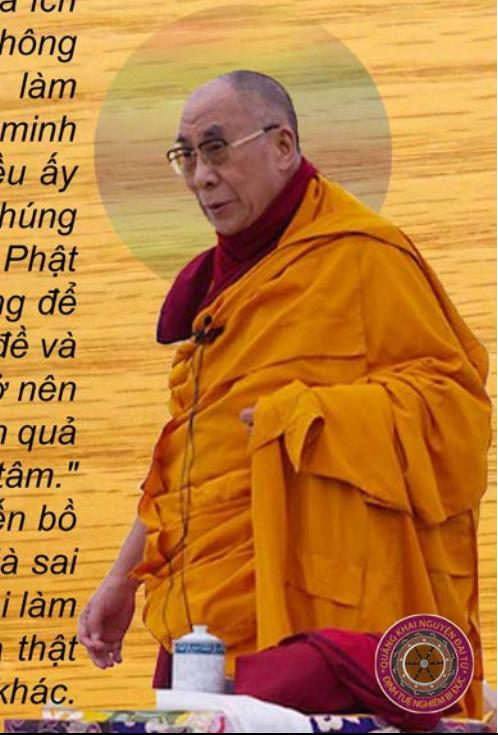
Cho hạnh phúc và nhận khổ đau của người khác. Không chắc rằng chúng ta thật thực sự có thể gánh vác những khổ đau của kẻ khác và trao tặng hạnh phúc của chúng ta cho họ hay không. Nhưng khi những hoán chuyển như thế giữa những hữu tình chúng sinh thật sự xảy ra, nó là kết quả của một số liên hệ nghiệp quả liên tục rất mạnh mẽ nào đấy từ quá khứ kiếp. Tuy thế, sự thiền định để mục này là rất mãnh liệt có ý nghĩa của việc xây dựng nên sự can đảm trong tâm chúng ta và vì thế là một thực hành có lợi ích cao thượng.



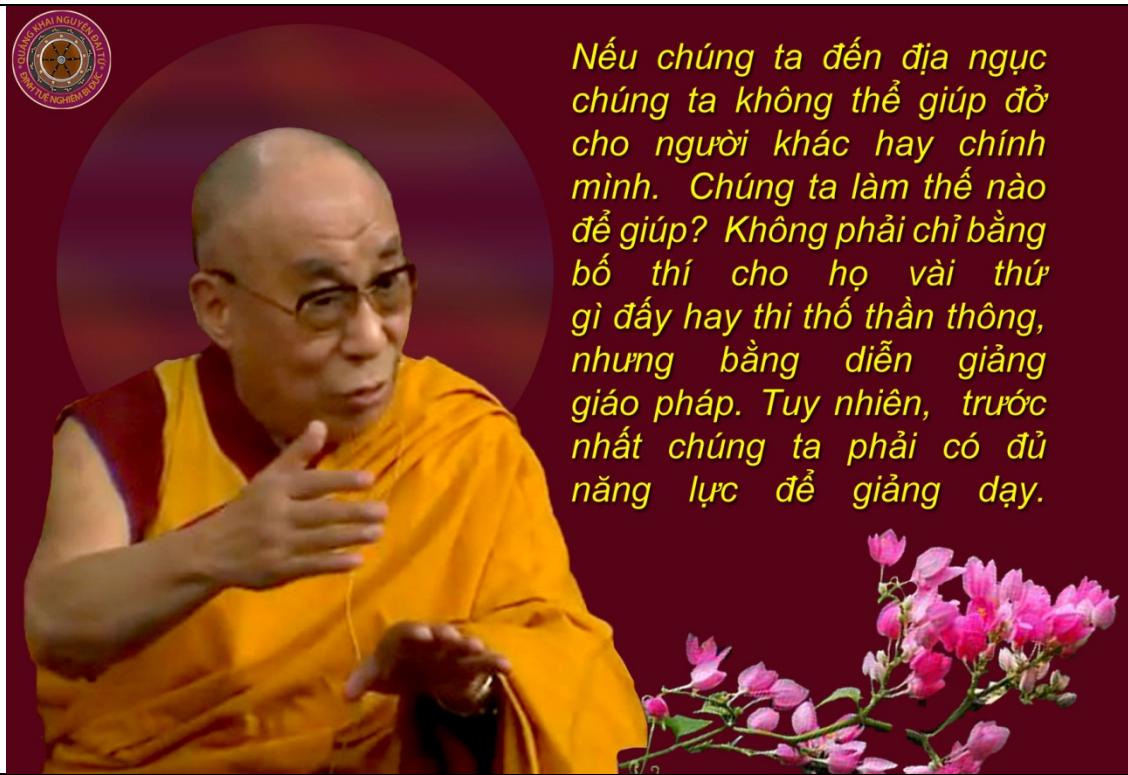
Trong “Bảy điểm chuyển hóa tâm” nói rằng chúng ta nên luôn phiên thực hành “cho và nhận” và trang bị chúng trên từng hơi thở. Và ở đây, Langri Tangpa nói rằng những điều này nên được hoàn thành một cách bí mật. Khi nó được giải thích trong “Hướng dẫn lối sống của Bồ tát”, điều thực hành này không thích hợp với tâm lý những Bồ tát sơ tâm – nó là những gì được chọn lựa ở một số ít hành giả. Vì thế, nó được gọi là bí mật.



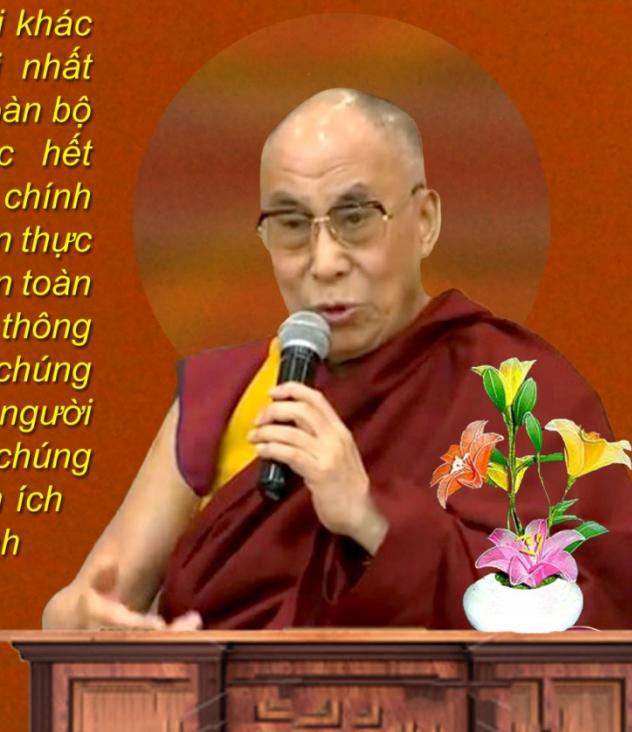
Tại sao chúng tôi nói rằng, nếu chúng ta ích kỷ thì chúng ta nên ích kỷ một cách thông minh. Thực tế, hay hép hòi, ích kỷ làm nguyên nhân chúng ta đi xuống; thông minh ích kỷ đưa chúng ta đến Phật quả. Điều ấy thật sự thông tuệ! Bất hạnh thay, điều chúng ta thường làm trước nhất là đến với Phật quả. Theo kinh điển, chúng ta hiểu rằng để đạt đến Phật quả chúng ta cần tâm bồ đề và nếu không có nó chúng ta không thể trở nên giác ngộ; vì vậy chúng ta nghĩ, "tôi muốn quả Phật, vì thế tôi phải thực hành bồ đề tâm." Chúng ta không quá quan tâm nhiều đến bồ đề tâm cũng như Phật quả. Điều này là sai lầm một cách chắc chắn. Chúng ta phải làm ngược lại; hãy quên động cơ ích kỷ và thật sự nghĩ làm thế nào để giúp kẻ khác.



Nếu chúng ta đến địa ngục chúng ta không thể giúp đỡ cho người khác hay chính mình. Chúng ta làm thế nào để giúp? Không phải chỉ bằng bồ thí cho họ vài thứ gì đấy hay thi thoả thông, nhưng bằng diễn giảng giáo pháp. Tuy nhiên, trước nhất chúng ta phải có đủ năng lực để giảng dạy.

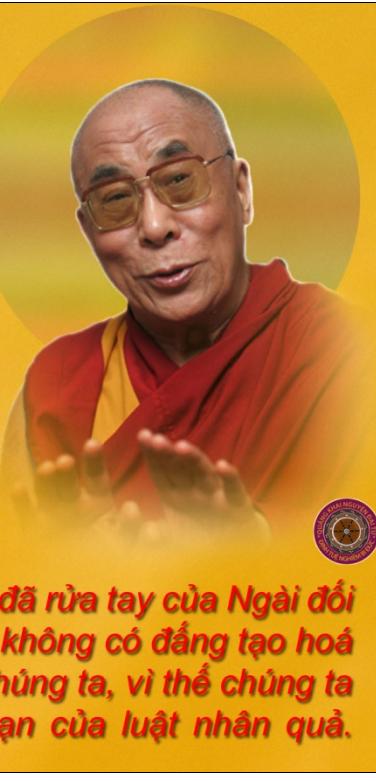


Để có thể hỗ trợ những người khác trong phương pháp rộng rãi nhất bằng sự hướng dẫn họ theo toàn bộ con đường giác ngộ, trước hết chúng ta phải giác ngộ cho chính mình. Vì lý do này chúng ta nên thực hành tâm bồ đề. Điều này hoàn toàn khác biệt với cách suy nghĩ thông thường của chúng ta, khi mà chúng ta bị buộc phải nghĩ về những người khác và dâng hiến trái tim của chúng ta cho họ do bởi sự quan tâm ích kỷ về sự giác ngộ của chính chúng ta. Cách này hướng về những thứ hoàn toàn sai lạc, một loại lừa phỉnh.

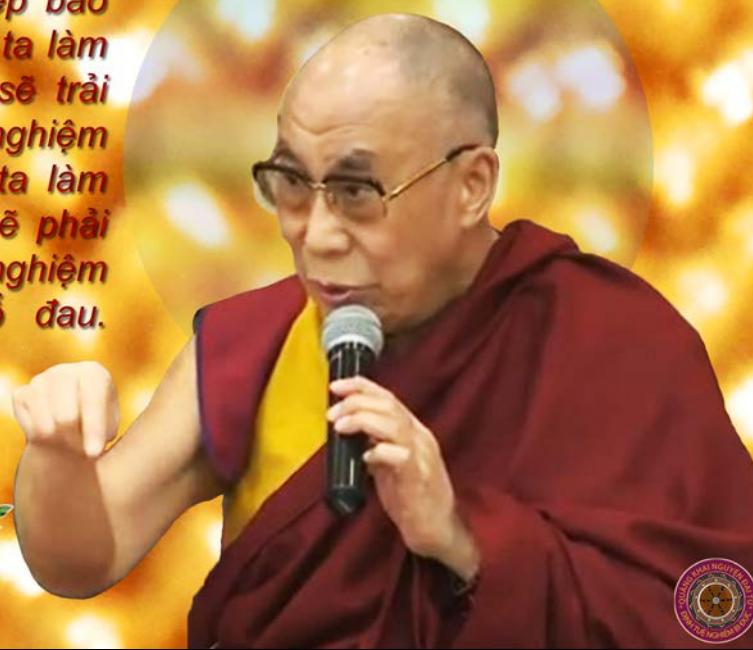


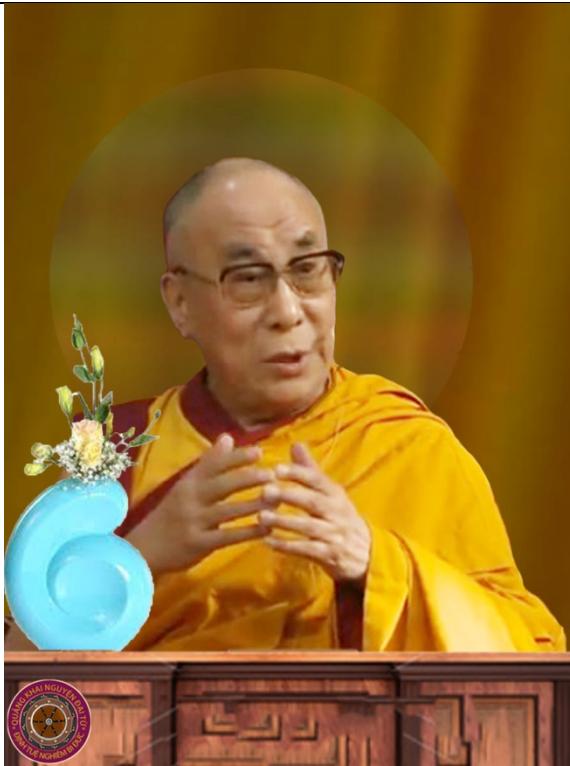
Chúng ta trì niệm mật ngôn OM MANI PADME HUM và dâng hiến công đức ấy cho sự nhanh chóng đạt đến giác ngộ vì lợi ích của tất cả chúng sinh. Chúng ta có thể nói rằng chỉ bằng sự trì niệm mật ngôn chúng ta sẽ tốc chứng giác ngộ, nhưng chúng ta có thể nói rằng những sự thọ trì như thế hành động như sự đóng góp cho NHÂN của giác ngộ. Giống như thế, trong khi sự thực hành giáo pháp của chúng ta sẽ không tự hỗ trợ thân quyền của chúng ta không đến những sự tái sinh thấp hơn, nhưng nó có thể hoạt động như một sự góp phần cho NHÂN này.

Nếu sự hành trì của chúng ta hoạt động như nguyên nhân chính yếu của một kết quả được trải nghiệm bởi những người khác, nó sẽ mâu thuẫn với luật nghiệp báo, sự liên hệ giữa nguyên nhân và hiệu quả. Thế thì chúng ta chỉ giàn dì ngồi lại và nghĩ ngoài thoái mái và để chư Phật cùng các vị Bồ Tát làm mọi thứ cho chúng ta; chúng ta sẽ không phải nhận lấy một trách nhiệm nào đối với lợi ích của chính mình. Tuy thế, Đẳng giác ngộ hoàn toàn đã từng nói rằng tất cả những gì ngài có thể làm là giảng dạy, chỉ dẫn chúng ta giáo pháp, con đường giải thoát khỏi khổ đau, và thế là nó tuỳ thuộc vào chúng ta đặt mình vào sự thực hành - Ngài đã rửa tay của Ngài đối với trách nhiệm ấy! Như đạo Phật đã dạy rằng không có đẳng tạo hoá và rằng chúng ta tạo dựng mọi thứ cho chính chúng ta, vì thế chúng ta là đạo sư của chính chúng ta - trong giới hạn của luật nhân quả.

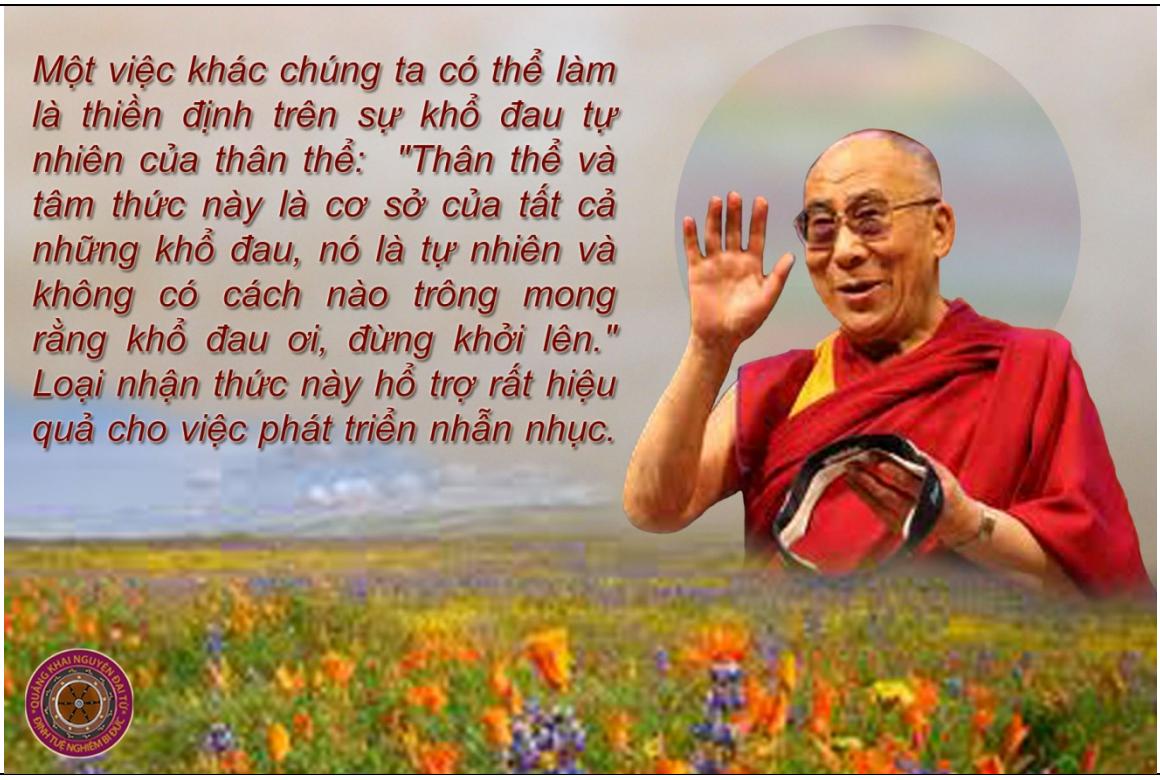


Và đây là luật nghiệp báo dạy rằng nếu chúng ta làm việc lành chúng ta sẽ trải qua kết quả kinh nghiệm lành và nếu chúng ta làm việc xấu chúng ta sẽ phải trải qua những kinh nghiệm của bất hạnh, khổ đau.





Chúng ta nhận thức rằng, "điếc khổ đau này tôi đang gánh chịu là lỗi lầm của tôi hoàn toàn, kết quả của những hành động của chính tôi tạo nên trong quá khứ. Vì rằng tôi không thể tránh khỏi nó tôi phải sống với nó. Tuy vậy, nếu tôi muốn tránh khổ đau trong tương lai tôi cũng có thể hành động bằng sự phát triển đạo đức như nhẫn nhục chẳng hạn. Tức tôi hay giận dữ với khổ đau này sẽ chỉ tạo nên những nghiệp tiêu cực, nguyên nhân của bất hạnh tương lai". Đây là một cách thực hành nhẫn nhục.



Một việc khác chúng ta có thể làm là thiền định trên sự khổ đau tự nhiên của thân thể: "Thân thể và tâm thức này là cơ sở của tất cả những khổ đau, nó là tự nhiên và không có cách nào trông mong rằng khổ đau ơi, đừng khởi lên." Loại nhận thức này hỗ trợ rất hiệu quả cho việc phát triển nhẫn nhục.

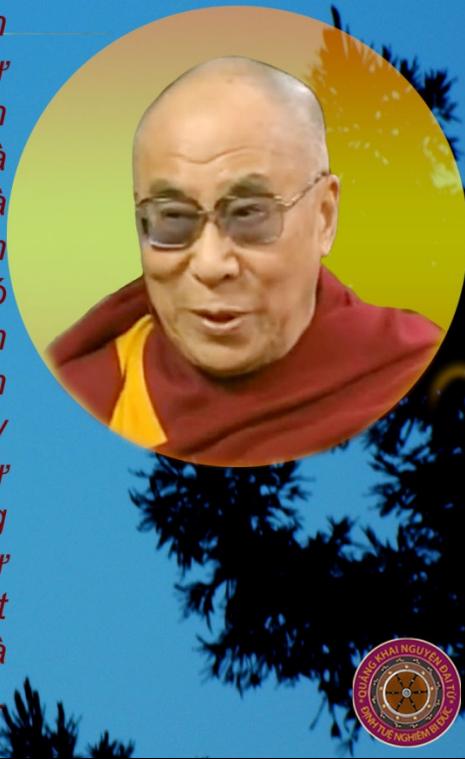


Nếu có một phương pháp vượt thoát khổ đau hay một cơ hội để làm như thế, chúng ta không phải lo lắng. Nếu thật sự không có gì chúng ta có thể làm để thoát khổ, lo lắng không giúp được gì cả. Điều này thật đơn giản và rất rõ ràng.



Những gì khác chúng ta có thể làm là suy tư sự bất lợi của tức giận và thuận lợi của thực hành nhẫn nhục. Chúng ta là những con người - một trong những phẩm chất hơn hẳn của chúng ta là khả năng suy nghĩ và phân đoán của chúng ta. Nếu chúng ta mất nhẫn nại và lại tức giận, chúng ta mất đi khả năng để thực hiện những phán xét cụ thể và vì thế mất đi một trong những công cụ hiệu lực nhất mà chúng ta có để giải quyết những vấn nạn: đây là tuệ trí của con người. Đây là những gì mà thú vật không có. Nếu chúng ta mất đi nhẫn nhục, và lại cău tức chúng ta đang làm tổn hại đến công cụ quý giá này. Chúng ta nên nhớ điều này; nó càng tốt hơn nhiều để có can đảm và quyết định và đối diện với khổ đau bằng nhẫn nhục.

Chúng ta phải phân biệt giữa sự tin tưởng vào những khả năng và lòng tự hào của chúng ta. Chúng ta phải nên tin tưởng vào bất cứ những phẩm chất và khả năng thiện xảo mà chúng ta có và sử dụng chúng một cách quả cảm, can trường, nhưng chúng ta không nên có cảm xúc kiêu căng, ngạo mạn, tự mãn về chúng. Hiện hữu khiêm tốn hay bình thường không có nghĩa là cảm thấy hoàn toàn bất tài, kém cỏi, và không tự lo liệu được. Sự khiêm tốn nhún nhường được phát triển như sự đối lập với tự kiêu, nhưng chúng ta nên sử dụng bất cứ những phẩm chất tốt đẹp nào mà chúng ta có đến sự trọn vẹn của nó.



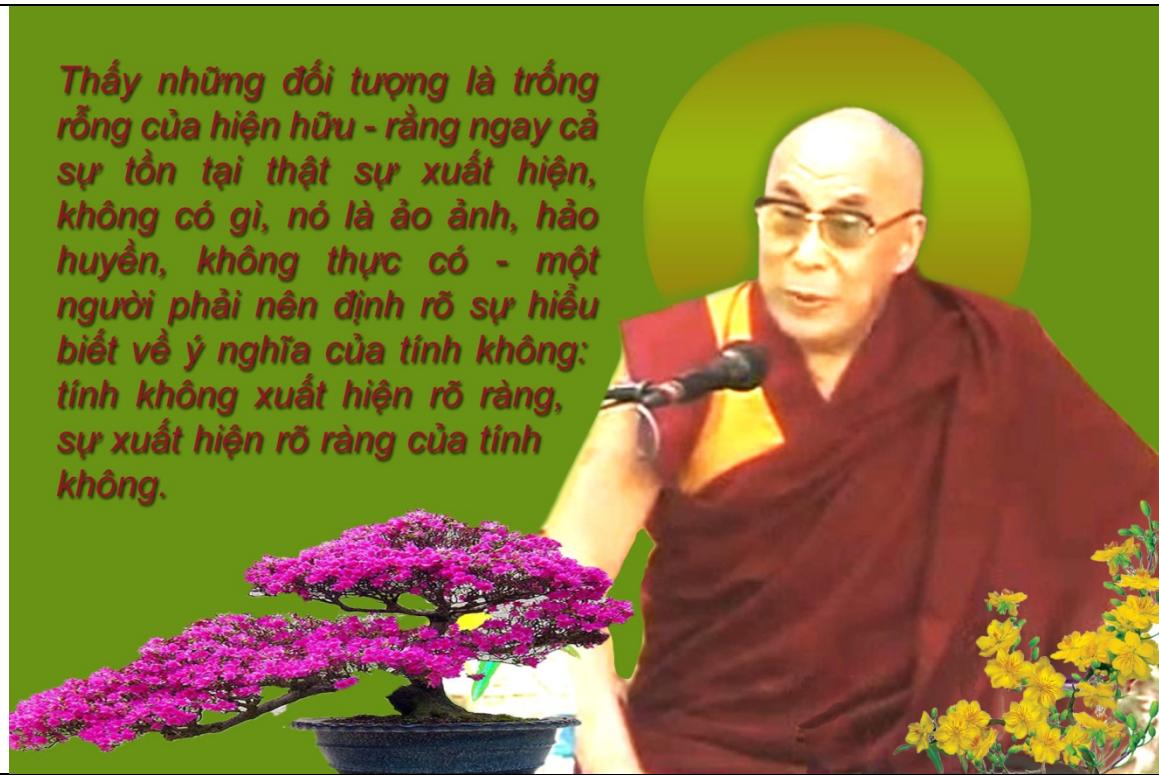
Một cách lý tưởng, chúng ta nên có một sự đáp ứng rộng rãi của lòng can trường, quả cảm và năng lực nhưng không phải là sự khoác lác, niêm kiêu hảnh hay làm một sự phô trương lớn về nó. Rồi thì, những khi cần, chúng ta nên vươn lên đến những trường hợp cụ thể và chiến đấu một cách dũng mãnh cho những gì đúng. Điều này là toàn hảo. Nếu chúng ta không có những phẩm chất tốt đẹp này mà lại khoác lác mọi nơi rằng chúng ta vĩ đại thế nào và trong khi cần thiết lại co đầu rút cổ lại một cách hoàn toàn, chúng ta chỉ là ngược lại. Người thứ nhất thì rất can đảm, quả cảm nhưng không tự hào; người kia thì rất tự kiêu nhưng không có can trường, dũng cảm.

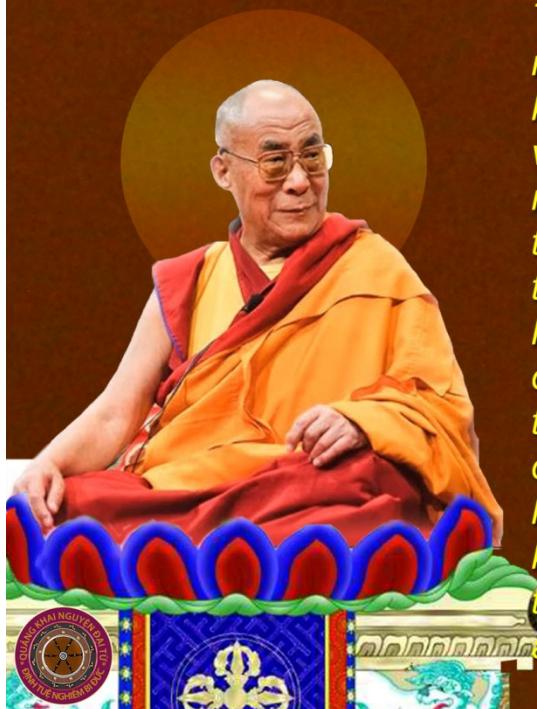


Tất cả những thực hành trước nhất không nên bị nhuộm bẩn bởi những vết nhơ của mê tín, vướng mắc đối với tám pháp thế gian (khổ - vui, được - mất, hòn - thua, khen - chê). Tám điều này có thể liên hệ như trắng, đen lẫn lộn. Làm thế nào một người có thể tránh bị nhuộm bẩn sự thực hành của mình trong cách này? Bằng sự nhận thức tất cả sự hiện hữu hay tồn tại như ảo tưởng và không liên hệ với sự tồn tại thật sự. Trong cách này, một người được giải thoát khỏi trói buộc của loại liên hệ hay bám víu này.



Thầy những đối tượng là trống rỗng của hiện hữu - rằng ngay cả sự tồn tại thật sự xuất hiện, không có gì, nó là ảo ảnh, hão huyền, không thực có - một người phải nên định rõ sự hiểu biết về ý nghĩa của tinh không: tinh không xuất hiện rõ ràng, sự xuất hiện rõ ràng của tinh không.





Trước nhất chúng ta nên chắc chắn rằng tất cả mọi hiện tượng là trống không của sự tồn tại thật sự. Rồi thì về sau, khi mà có điều thuận tuý tự nhiên xuất hiện là tồn tại một cách thật sự, người ấy phản bác lại sự tồn tại thật sự bằng sự nhắc lại điều hiểu biết chắc chắn của mình trước đây là hoàn toàn vắng bóng của sự tồn tại thật sự. Khi chúng ta đặt hai điều này chung với nhau - sự hiện hữu của sự tồn tại thật sự và tính không của nó như kinh nghiệm trước đây - chúng ta khám phá sự ảo tưởng của mọi hiện tượng.

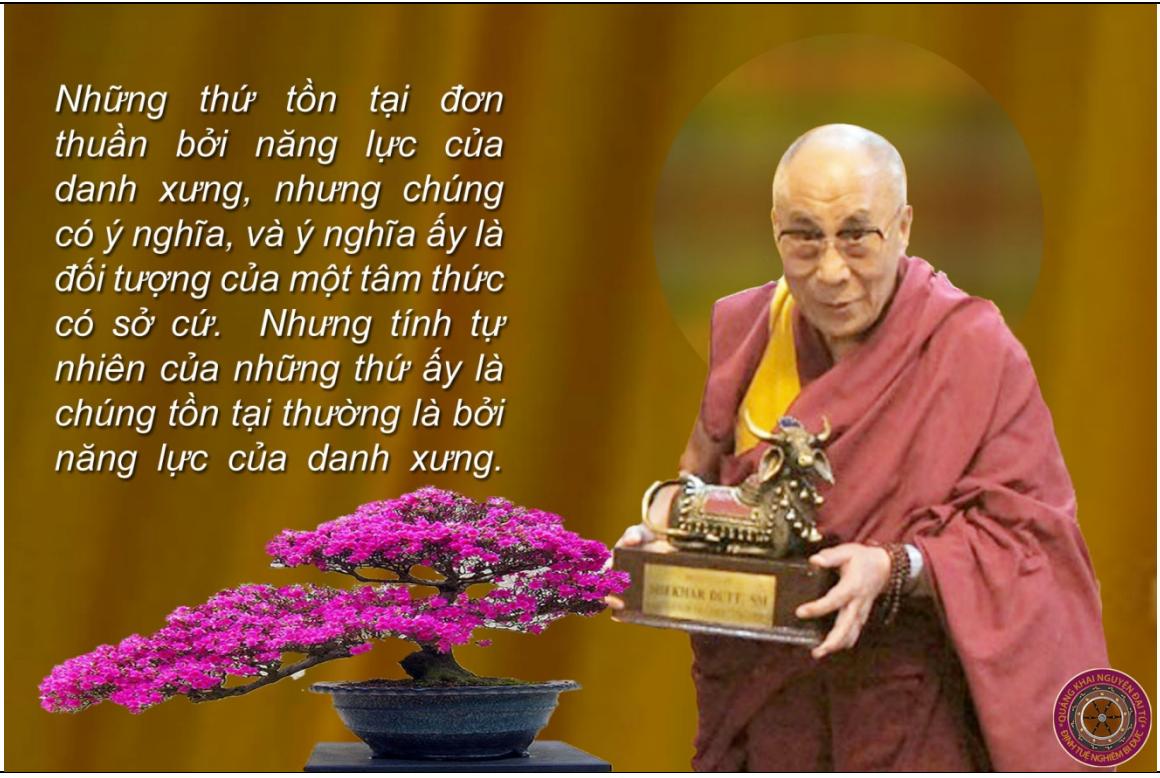
Chúng ta phải phân tích hoặc là những thứ tồn tại thực sự hay là không, thật sự có thể tìm thấy hay không: chúng ta không thể tìm thấy chúng. Nhưng nếu chúng ta nói rằng chúng thật không tồn tại gì cả, đây là một lỗi lầm, bởi vì chúng ta quả có kinh nghiệm về chúng. Chúng ta không thể chứng minh qua lý luận hợp lý (logic) rằng những sự kiện tồn tại một cách có thể tìm thấy, nhưng chúng ta quả biết qua kinh nghiệm rằng chúng tồn tại. Vì vậy, chúng ta có thể làm một kết luận rõ ràng rằng những thứ ấy quả tồn tại. Bây giờ, nếu những thứ ấy tồn tại chỉ có hai cách trong điều chúng có thể làm như thế: hoặc là từ căn bản của chính chúng hoặc là bởi dưới sự kiểm soát của những nhân tố khác, đấy là, hoàn toàn độc lập hoặc là một cách lệ thuộc. Vì lý luận hợp lý không thể chứng minh rằng những thứ ấy tồn tại một cách độc lập, thì chỉ còn cách là chúng có thể tồn tại một cách phụ thuộc.





Trên điều gì làm những thứ ấy tùy thuộc cho sự tồn tại của chúng? Chúng tùy thuộc trên căn bản được gắn nhãn hiệu và sự tư duy những nhãn hiệu ấy. Nếu chúng có thể tìm thấy được khi truy tầm, chúng phải tồn tại bởi tính tự nhiên của chính chúng, và vì vậy Trung Quán Luận nói rằng, những thứ ấy không tồn tại bởi tính tự nhiên của chính chúng, sẽ là sai. Tuy nhiên, chúng ta không thể tìm thấy những thứ ấy khi truy tầm chúng. Những gì chúng ta tìm thấy tồn tại dưới sự khống chế của những nhân tố khác, vì vậy điều được nói là tồn tại chỉ đơn thuần trong danh xưng.

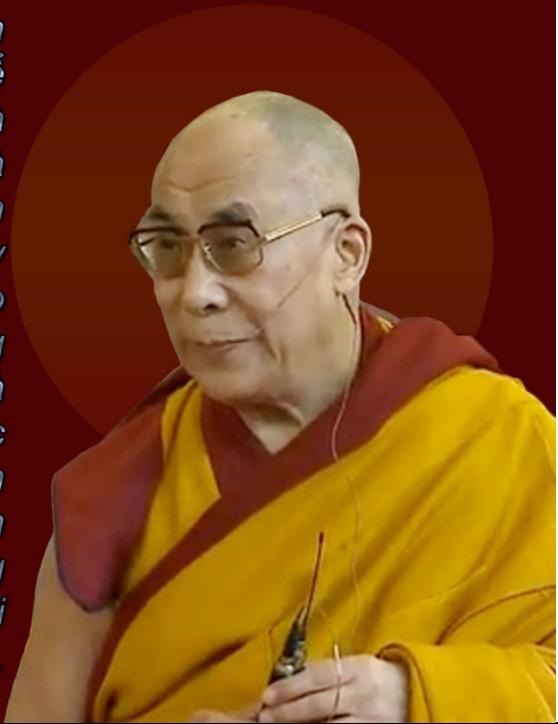
Những thứ tồn tại đơn thuần bởi năng lực của danh xưng, nhưng chúng có ý nghĩa, và ý nghĩa ấy là đối tượng của một tâm thức có sở cứ. Nhưng tính tự nhiên của những thứ ấy là chúng tồn tại thường là bởi năng lực của danh xưng.

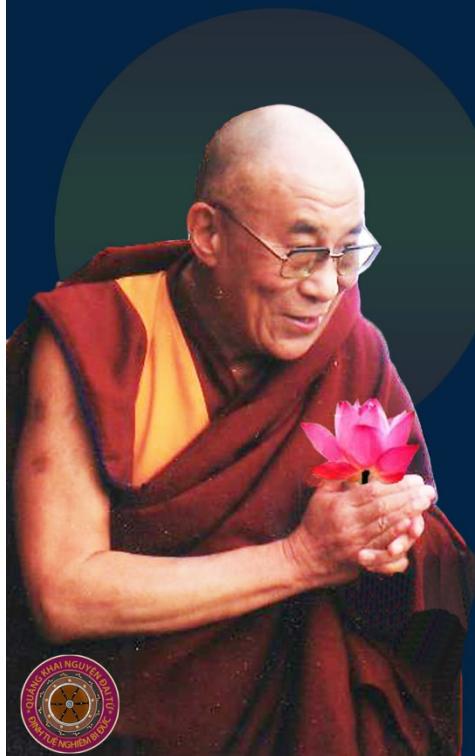




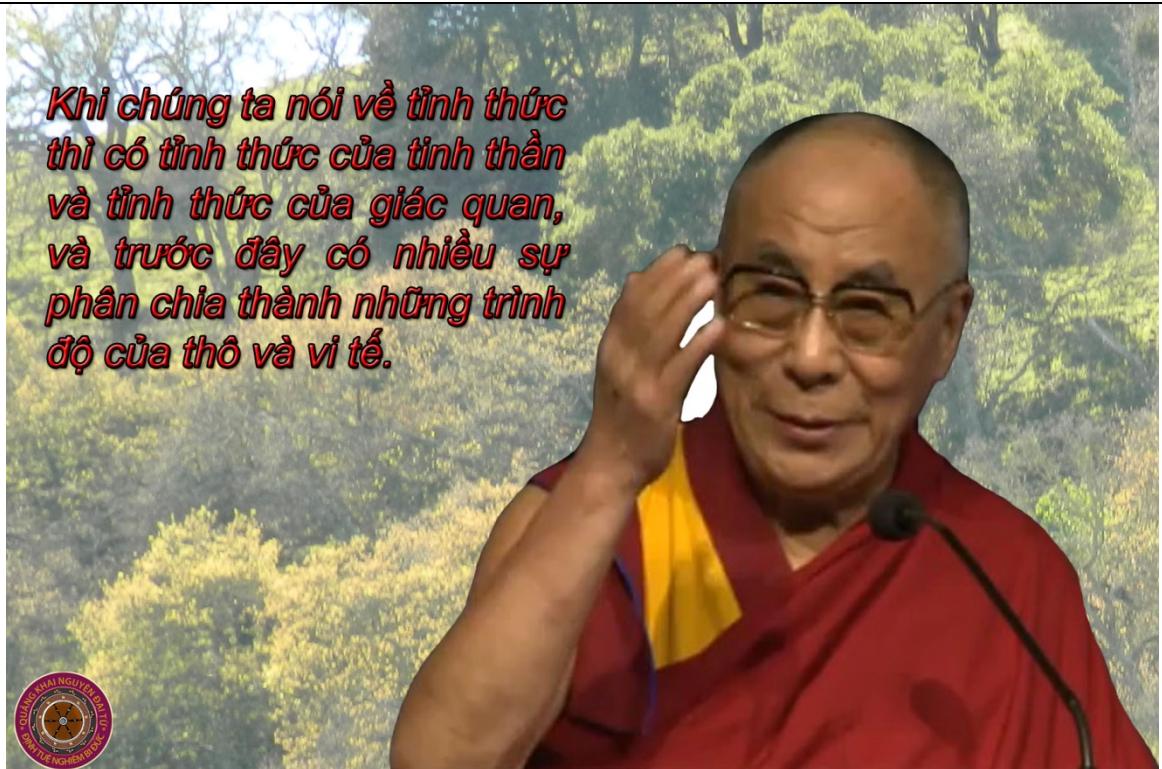
Không có cách nào khác, chỉ là năng lực của danh xưng. Điều ấy không có nghĩa là bên cạnh danh xưng không có gì. Có sự kiện, có một ý nghĩa và có một danh xưng. Ý nghĩa là gì? Ý nghĩa cũng tồn tại đơn thuần trong danh xưng. Theo trường phái Trung Quán Prasangika, quan điểm cơ bản, chính xác nhất, cũng giống như thế cho dù nó là một đối tượng bên ngoài hay là nhận thức bên trong hiểu rõ, thấy rõ, nhận thức thấu đáo nó: cả hai tồn tại bởi năng lực của danh xưng; không có thứ nào thật sự tồn tại. Tư duy tự nó tồn tại đơn thuần trong danh xưng; tinh không, Phật, tốt, xấu, và trung tính cũng thế thôi. Mọi thứ tồn tại duy chỉ bởi năng lực của danh xưng.

Khi chúng ta nói “duy chỉ danh xưng” thì không có cách nào để hiểu nó có ý nghĩa gì khác hơn là nó cắt đứt những ý nghĩa mà những ý nghĩa không chỉ là danh xưng. Thí dụ, nếu chúng ta lấy một người thật sự và một người ảo tưởng, cả hai là giống nhau trong điều họ tồn tại chỉ đơn thuần là danh xưng, nhưng có một sự khác nhau giữa họ. Bất cứ điều gì tồn tại hay không tồn tại chỉ đơn thuần là nhãn hiệu gắn lên, nhưng trong danh xưng, có những thứ tồn tại và những thứ khác không tồn tại.





Theo trường phái Duy thức những hiện tượng bên ngoài xuất hiện vốn dĩ tồn tại, nhưng thực tế là sự tồn tại bên ngoài vốn dĩ trống không, trong khi ấy tâm thức là thật sự tồn tại (Thị chư thức chuyển biến, Phân biệt sở phân biệt, Do thử bỉ giai vô, Cố nhất thiết duy thức). Đến đây, chúng tôi nghĩ rằng điều này cũng đủ về giáo lý đạo Phật.



*Khi chúng ta nói về tinh thức
thì có tinh thức của tinh thần
và tinh thức của giác quan,
và trước đây có nhiều sự
phân chia thành những trình
độ của thô và vi tế.*

Trích từ bài **The Eight Verses of Thought Transformation**
Ãn Tâm Lộ ngày 14-3-2013

